

BAB V

PEMBAHASAN

Pada bab ini di jelaskan bahwa pembahasan studi kasus yang telah dilakukan pengumpulan data dasar asuhan kebidanan dan interpretasi data pada ibu hamil di TPMB Marlinda pada tanggal 13 Maret 2025 dengan menerapkan manajemen kebidanan 7 langkah varney dimulai dari pengkajian hingga evaluasi didapatkan hasil pengkajian pada Ny. U usia 24 tahun G1P0A0 dengan keluhan merasa pusing serta mudah Lelah dan konjungtiva mata pucat.

Studi kasus asuhan kebidanan pada Ny. U dengan anemia ringan dilakukan berdasarkan data subjektif yang didapati dari hasil wawancara penulis kepada ibu saat melakukan kunjungan pada tanggal 13 Maret 2025 di TPMB Marlinda, S.Tr. Keb dan ibu mengatakan ingin memeriksakan kehamilannya dengan keluhan yang dirasakan ibu yaitu ibu merasa pusing serta mudah Lelah dan konjungtiva mata pucat juga, diketahui Ny. U tidak rutin mengonsumsi tablet Fe mengeluh mual saat setelah diminum. Berdasarkan hasil pengkajian dari data objektif dengan melakukan pemeriksaan fisik dengan hasil tanda-tanda vital secara umum dengan hasil TD: 120/70 mmHg, N: 82x/menit, R: 22x/menit, dan T: 36,5°C dan konjungtiva mata pada ibu pucat. Sehingga diagnose yang didapatkan dari interpretasi data diatas adalah Ny. U usia 24 tahun usia kehamilan 33 minggu G1P0A0 dengan anemia ringan.

Kunjungan pertama dilakukan pada tanggal 15 Maret 2025 pukul 08.00 WIB dan 19.00 WIB Ny.U usia 24 tahun usia kehamilan 33 minggu dilakukan pemeriksaan ibu mengatakan pusing serta mudah lelah dan konjungtiva pada mata ibu pucat dan dilakukan pemeriksaan Hb dengan menggunakan alat cek Hb digital didapatkan hasil bahwa Hb ibu 10,5 g/dl. Ibu diberikan intervensi untuk rutin mengonsumsi tablet Fe 1 kali sehari pada malam hari untuk mengurangi rasa mual dan memberikan Ny.U bening bayam merah untuk dikonsumsi pada pagi dan malam hari selama 1 minggu kedepan dimulai sejak 15 Maret 2025. Kemudian dilakukan pemeriksaan TTV, hasil TD: 110/80 mmHg, N: 82x/menit, R: 20x/menit, dan T: 36,5°C.

Kunjungan ke-2 dilakukan pada tanggal 16 Maret 2025 pukul 08.30 WIB dan 18.30 WIB, ibu mengatakan masih pusing serta mudah lelah dan konjungtiva mata pada ibu masih pucat. Ibu sudah mengkonsumsi bening bayam merah dan tablet Fe. Kemudian dilakukan pemeriksaan TTV, hasil TD: 110/80 mmHg, N: 82x/menit, R: 20x/menit, dan T: 36,3°C.

Kunjungan ke-3 dilakukan pada tanggal 17 Maret 2025 pukul 08.30 WIB dan 19.00 WIB, ibu mengatakan keluhan pusing serta mudah lelah sudah sedikit berkurang dan konjungtiva mata pada ibu sudah tidak terlalu pucat. Ibu sudah mengkonsumsi bening bayam merah dan tablet Fe sejak 2 hari yang lalu. Kemudian dilakukan pemeriksaan TTV, hasil TD: 110/80 mmHg, N: 81x/menit, R: 22x/menit, dan T: 36,2°C.

Kunjungan ke-4 dilakukan pada tanggal 18 Maret 2025 pukul 09.00 WIB dan 19.00 WIB, ibu mengatakan keluhan pusing serta mudah lelah sudah berkurang dan konjungtiva mata pada ibu sudah tidak terlalu pucat setelah 3 hari rutin mengkonsumsi bening bayam merah dan tablet Fe. Kemudian dilakukan pemeriksaan TTV, hasil TD: 120/80 mmHg, N: 82x/menit, R: 20x/menit, dan T: 36,5°C.

Kunjungan ke-5 dilakukan pada tanggal 19 Maret 2025 pukul 08.30 WIB dan 19.00 WIB, ibu mengatakan keluhan pusing serta mudah lelah sudah berkurang dan konjungtiva mata pada ibu sudah tidak pucat setelah 4 hari rutin mengkonsumsi bening bayam merah dan tablet Fe. Kemudian dilakukan pemeriksaan TTV, hasil TD: 110/70 mmHg, N: 81x/menit, R: 21x/menit, dan T: 36,1°C.

Kunjungan ke-6 dilakukan pada tanggal 20 Maret 2025 pukul 09.30 WIB dan 18.30 WIB, ibu mengatakan sudah tidak merasakan pusing serta mudah lelah dan konjungtiva mata pada ibu sudah tidak pucat setelah 5 hari rutin mengkonsumsi bening bayam merah dan tablet Fe. Kemudian dilakukan pemeriksaan TTV, hasil TD: 120/80 mmHg, N: 82x/menit, R: 22x/menit, dan T: 36,4°C.

Kunjungan ke-7 dilakukan pada tanggal 21 Maret 2025 pukul 09.00 WIB dan 19.00 WIB, Ibu mengatakan sudah rutin mengkonsumsi bening bayam merah dan tablet Fe selama seminggu ini keluhan pusing serta mudah lelahnya sudah

tidak dirasakan lagi dan konjungtiva mata pada ibu sudah tidak pucat. Kemudian dilakukan pemeriksaan TTV, hasil TD: 110/80 mmHg, N: 82x/menit, R: 22x/menit, dan T: 36,3°C.

Setelah dilakukan penatalaksanaan pemberian bening bayam merah yang dikonsumsi pagi dan malam hari terhadap Ny.U dengan anemia ringan pada tanggal 15-21 Maret 2025 sudah tidak terdapat keluhan yang dirasakan lagi. Hasil tersebut didapatkan dari hasil pemeriksaan dan hasil wawancara terhadap Ny.U yang mengatakan kondisinya sudah membaik dari sebelumnya. Ny.U tetap dianjurkan untuk mengonsumsi tablet Fe dan bening bayam atau makanan lain yang banyak mengandung zat besi seperti sayuran hijau, daging, buah-buahan, dan kacang-kacangan.

Berdasarkan asuhan yang dilakukan selama 7 hari terhadap Ny. U yang mengalami anemia ringan, penulis melakukan evaluasi dan didapatkan hasil bahwa ada peningkatan kadar Hemoglobin ibu, yaitu terjadi peningkatan sebesar 1,1 gr/dl dimana pada awal kunjungan kadar hemoglobin ibu 10,5 gr/dl dan 7 hari setelah diberikan bening bayam merah menjadi 11,6 gr/dl. Dari asuhan yang telah diberikan kepada Ny.U dengan tetap menganjurkan ibu mengonsumsi tablet Fe secara rutin dan diberi penambahan bening bayam merah dapat menaikkan kadar Hemoglobin ibu. Dengan begitu angka kesakitan ibu dan angka kematian janin akibat anemia dapat terasi dengan pemberian tablet Fe dan bening bayam merah. Tidak terdapat kesenjangan teori maupun praktek.

Anemia pada ibu hamil didefinisikan sebagai keadaan di mana kadar hemoglobin kurang dari 11 g/dl selama trimester I dan III, atau kadar hemoglobin kurang dari 10,5 g/dl selama trimester II dan kurang dari 10 g/dl setelah persalinan.^{4,6,7} Anemia dapat berdampak pada ibu dan dada bayi. Cadangan zat besi yang rendah kemungkinan besar ditemukan pada bayi yang lahir dari ibu yang memiliki anemia defisiensi zat besi. Hal ini dapat menyebabkan gangguan fungsi kognitif pada anak-anak dan orang dewasa. Salah satu masalah kesehatan masyarakat karena adalah anemia, yang dikaitkan dengan peningkatan morbiditas dan mortalitas bayi (Fatmawati et al, 2023).

Bayam merah (*Amaranthus Tricolor*) merupakan salah satu jenis terapi non-farmakologi berupa sayuran yang dapat meningkatkan kadar Hb. Bayam

merah memiliki kadar zat besi yang tinggi yaitu 7,0 mg/100gr. Bayam merah juga dapat melancarkan sirkulasi oksigen didalam darah. Selain itu juga mengandung Vitamin C sebagai antioksidan yang mampu mempercepat penyerapan zat besi di dalam tubuh (Sitepu & Blezinsky, 2022).

Selain pemberian suplemen zat besi, upaya untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dapat dipadukan dengan pengobatan komplementer yang terbuat dari tanaman herbal, seperti bayam merah. Bayam merah, tanaman pangan yang sangat penting bagi kelangsungan hidup manusia, memiliki konsentrasi zat besi yang tinggi. Hal ini dikarenakan zat besi membantu meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil, sehingga mencegah terjadinya anemia (Saifuddin, 2015).

Kandungan zat besi yang tinggi pada bayam merah dapat membantu dalam pengobatan anemia pada ibu hamil. Vitamin C, yang juga terkandung dalam bayam merah, dapat membantu tubuh menyerap zat besi seefisien mungkin. Sebelum memakannya, ibu hamil dapat mengolahnya dengan merebusnya atau dengan berbagai cara (Satiti & Wahyuningrum, 2024).

Selain itu untuk menanggulangi anemia, peningkatan asupan makanan dapat diupayakan dengan mengkonsumsi bahan makanan yang mengandung zat besi tinggi dan meningkatkan absorpsi besi seperti bening bayam merah karena mengandung zat-zat yang diperlukan untuk pembentukan sel darah merah sehingga dapat mengurangi efek penurunan hemoglobin. bayam merah juga banyak mengandung Vitamin C yang dapat membantu proses penyerapan zat besi dalam tubuh.

Menurut hasil penelitian (Syamsiah, 2020) Pengaruh Pemberian Rebusan Bayam Merah Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Ibu Hamil di Puskesmas Marihat Bandar Kabupaten Simalungun Tahun 2020” Berdasarkan hasil penelitian menyatakan bahwa untuk mengonsumsi bayam merah sebaiknya dikonsumsi sesaat setelah bayam diolah, jangan membiarkan bayam terlalu lama. Jangan mengonsumsi bayam yang sudah didiamkan diatas meja lebih dari 5 jam. Bayam merah dalam 1 kali sehari dapat di konsumsi sebanyak 250 gram, mengolah bayam merah yang baik dan benar adalah 1 ikat bayam merah/250 gram bayam merah direbus tidak boleh lebih dari 10 menit. Dari penelitian ini

didapatkan bahwa sebelum diberikan perlakuan rebusan daun bayam merah didapatkan rerata kadar hemoglobin sebesar 10,220 gr/dL dan terjadi peningkatan kadar hemoglobin sesudah diberikan perlakuan rebusan daun bayam merah yaitu sebesar 11,333 gr/dL.

Berdasarkan hasil penelitian saya terdapat perbedaan perolehan hasil kadar Hemoglobin pada ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Hasil asuhan yang diberikan penulis kepada Ny. U didapatkan bahwa terdapat persamaan kenaikan kadar Hemoglobin ibu hamil terhadap jurnal yang dipakai. Intervensi yang saya lakukan terdapat kenaikan sebanyak 1,1 gr/dL, yang mulanya sebelum dilakukan intervensi kadar hemoglobin ibu hamil 10,5 gr/dL dan naik menjadi 11,6 gr/dL setelah dilakukan intervensi dengan pemberian rebusan bayam merah yang direbus sekitar 5 menit sebanyak 250 gram dalam 1 kali sehari. Dari asuhan yang telah saya berikan kepada Ny. U juga di anjurkan ibu untuk meminum tablet Fe secara rutin setiap hari pada malam hari.

Hasil ini sejalan dengan penelitian (Sitepu & Blezinsky, 2022), di mana ibu hamil yang mengalami anemia dapat meningkatkan kadar hemoglobin mereka dengan mengonsumsi rebusan bayam merah secara teratur selama tujuh hari. Pada penelitian ini, peningkatan hemoglobin selama 7 hari adalah 0,56 g/dL. Oleh karena itu, ibu hamil yang menderita anemia mungkin mendapatkan kadar hemoglobin yang lebih tinggi dengan mengonsumsi bening bayam merah selama 7 hari.

Menurut penelitian (Dewi, Panjaitan, & Ramadhini, 2021) , “Pengaruh Rebusan Bayam Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil di Kelurahan Losung Kecamatan Padang sidimpuan Selatan Kota Padangsidimpuan Tahun 2020” Berdasarkan hasil penelitian diperoleh rata-rata Hemoglobin sebelum diberikan intervensi adalah 9,85 gr/dL, dengan kadar Hb terendah adalah 9 gr/dL , dan kadar Hb tertinggi adalah 11 gr/dL sedangkan Hb sesudah intervensi adalah 11,40 gr/dL, dengan kadar Hb terendah adalah 10 gr/d/L , dan kadar Hb tertinggi adalah 12 gr/dL. Dapat ditarik kesimpulan adanya pengaruh rebusan bayam merah terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Di harapkan bagi ibu hamil yang mengalami anemia atau Hb rendah selama kehamilannya disarankan mengkonsumsi bening bayam merah

Berdasarkan hasil penelitian saya terhadap jurnal di atas terdapat persamaan perolehan hasil kadar Hemoglobin pada ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukan intervensi selama 7 hari teratur. Hasil asuhan yang diberikan penulis kepada Ny. U didapatkan bahwa terdapat persamaan kenaikan kadar Hemoglobin ibu hamil terhadap jurnal yang dipakai yaitu 1,1 gr/dL. sedangkan Hb sebelum intervensi adalah 10,5 gr/dL dan Hb sesudah intervensi adalah 11,6 gr/dL. keduanya sama-sama membuktikan bahwa rebusan daun bayam merah efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia ringan sesuai dengan hasil intervensi penulis.

Ibu hamil tidak hanya bergantung pada bayam merah dan tablet Fe saja. Ia juga dengan disiplin mengonsumsi berbagai sayuran hijau lainnya seperti daun katuk, daun kelor, dan kangkung yang juga kaya akan zat besi non-heme. Untuk meningkatkan penyerapan zat besi, Ny. U secara sadar mengonsumsi makanan dan minuman yang kaya vitamin C, seperti jeruk, buah naga, dan pepaya. Ia bahkan rutin membuat sendiri jus buah bit, yang terkenal sebagai sumber zat besi nabati, folat, dan nitrat alami yang membantu meningkatkan aliran darah.

Di luar pola makan, Ny. U juga mulai memperhatikan pola hidup sehat lainnya. Ia menyadari bahwa tubuhnya membutuhkan cairan yang cukup untuk membantu distribusi oksigen dan mendukung metabolisme zat besi. Karena itu, ia mulai memperbanyak minum air putih, minimal 8–10 gelas per hari. Air putih membantu menjaga volume darah tetap stabil, mencegah dehidrasi, dan mempercepat proses detoksifikasi tubuh.

Tak kalah penting, Ny. U juga mulai menjaga pola tidur dan istirahat. Sebelumnya, ia sering tidur larut malam karena merasa sulit tidur atau terlalu lelah. Setelah diberi edukasi, ia mulai tidur lebih awal dan menjaga kualitas tidurnya agar tubuh memiliki waktu yang cukup untuk meregenerasi sel, termasuk sel darah merah. Ia tidur setidaknya 7–8 jam setiap malam dan menghindari aktivitas berat menjelang tidur.

Tidak hanya itu, keberhasilan pengelolaan anemia pada Ny. U juga sangat dipengaruhi oleh dukungan emosional dan praktis dari keluarga, terutama suaminya. Suaminya rutin mengingatkan jadwal minum tablet Fe, menyiapkan jus buah bit, dan membantu memasak makanan sehat. Dukungan ini menjadi support

sistem penting yang memengaruhi semangat dan kepatuhan Ny.U dalam menjalani perawatan.

Setelah 7 hari menjalani intervensi kombinasi tersebut, hasil pemeriksaan ulang menunjukkan peningkatan kadar Hb menjadi 11,6 gr/dL. Ini menunjukkan bahwa pendekatan holistik dengan menggabungkan pemberian zat besi farmakologis dan makanan tinggi zat besi serta vitamin C, ditambah dukungan keluarga, dapat secara signifikan membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia ringan.

Ny. U menunjukkan bahwa anemia pada ibu hamil tidak harus selalu dihadapi dengan pengobatan medis saja. Pendekatan yang bersifat holistik dan integratif, yaitu kombinasi antara tablet zat besi, konsumsi makanan bergizi (bayam merah, sayuran hijau, vitamin C alami, dan jus buah bit) serta dukungan psikososial dari keluarga, memberikan hasil yang lebih efektif dan menyeluruh. Hal ini membuktikan bahwa perubahan gaya hidup sederhana yang dilakukan dengan kesadaran dan dukungan lingkungan dapat menjadi solusi nyata dalam meningkatkan derajat kesehatan ibu hamil secara mandiri dan berkelanjutan.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji secara lebih mendalam pengaruh kombinasi pemberian rebusan bayam merah, tablet Fe, konsumsi sayuran hijau lainnya, vitamin C alami (seperti jeruk, pepaya, dan buah naga), serta jus buah bit terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia ringan. Selain itu, perlu diteliti pula peran dukungan keluarga atau suami sebagai faktor non-gizi yang dapat memengaruhi kepatuhan dan keberhasilan intervensi gizi dalam mengatasi anemia pada ibu hamil.