

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

Setelah dilakukan asuhan kebidanan pada ibu hamil di Desa Srikaton, Kecamatan Tanjung Bintang, Lampung Selatan pada 17 Maret 2025 dengan pendekatan manajemen Varney, diperoleh hasil bahwa Ny. D, usia 29 tahun, G2P1A0, mengeluh pusing, cepat lelah, dan konjungtiva pucat. Keluhan ini muncul saat kunjungan kehamilan di TPMB Yulina Wati, S.Tr.Keb. Pemeriksaan Hb menunjukkan 10,9 gr/dl, dengan TTV normal dan konjungtiva pucat. Berdasarkan data tersebut, Ny. D didiagnosis mengalami anemia ringan pada kehamilan 25 minggu.

Intervensi dilakukan melalui pemberian sayur bening daun kelor setiap pagi selama 14 hari. Pada 31 Maret 2025, Ny. D menyatakan tidak ada lagi keluhan. Pemeriksaan menunjukkan peningkatan kadar Hb menjadi 13,0 gr/dl. Ibu dianjurkan melanjutkan konsumsi tablet Fe setiap malam dan mengonsumsi makanan tinggi zat besi seperti sayuran hijau, kacang-kacangan, daging, dan buah.

Kehamilan menyebabkan peningkatan kebutuhan zat besi yang cukup besar, yaitu sekitar 27 mg per hari. Hal ini disebabkan oleh peningkatan volume darah dan kebutuhan janin serta plasenta. Bila kebutuhan ini tidak terpenuhi, ibu berisiko tinggi mengalami anemia defisiensi besi. Menurut Mujahadatul jannah & Rabiatunnisa (2024), kondisi hemodilusi selama kehamilan turut berkontribusi menurunkan kadar hemoglobin, sehingga diperlukan asupan zat besi tambahan.

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan RI (2017) dalam *Tabel Komposisi Zat Gizi Pangan Indonesia (TKPI)*, setiap 100 gram daun kelor segar mengandung zat besi sebesar 2,3 mg, vitamin C 220 mg, protein 6,7 gram, kalsium 440 mg, zinc sekitar 0,6 mg, dan vitamin E sebesar 16,9 mg. Kandungan gizi tersebut menjadikan daun kelor efektif dalam membantu mencegah dan mengatasi anemia, serta mendukung proses pembentukan sel darah merah dalam tubuh. Berdasarkan hal tersebut, asuhan kebidanan yang telah dilaksanakan dalam laporan ini sepenuhnya mencerminkan teori tersebut dalam praktik.

Penelitian Bangun et al. (2022) menunjukkan peningkatan signifikan kadar Hb pada ibu hamil setelah pemberian sayur bening kelor, dari rata-rata 6,9 g/dl menjadi 18,8 g/dl. Data diperoleh melalui wawancara dan pemeriksaan langsung kadar Hb. Satriawati dkk (2021) menunjukkan bahwa 96% ibu hamil mengalami peningkatan Hb menjadi normal setelah konsumsi daun kelor 30 gram dalam 100 ml selama 14 hari. Rata-rata kenaikan Hb sebesar 2,75 g/dl. Penelitian Ratu et al. (2024) juga membuktikan bahwa kombinasi tablet Fe dan daun kelor efektif meningkatkan Hb.

Ny. D juga rutin mengonsumsi jus jeruk sebagai sumber vitamin C yang membantu penyerapan zat besi. Dukungan keluarga, terutama suami, berperan besar dalam keberhasilan asuhan. Suami turut aktif mengingatkan konsumsi kelor dan tablet Fe. Evaluasi menunjukkan peningkatan Hb dari 10,9 gr/dl menjadi 13,0 gr/dl setelah 14 hari intervensi. Ibu disarankan tetap mengonsumsi tablet Fe dan melakukan olahraga ringan. Dengan demikian, intervensi ini terbukti efektif menurunkan risiko anemia dan kesenjangan antara teori dan praktik tidak ditemukan.