
PENATALAKSANAAN ANEMIA RINGAN MENGGUNAKAN SARI KACANG HIJAU DI BPM NURHASANAH BANDAR LAMPUNG

Jihan Nur Aisyah Rudi¹, Margareta Rinjani², Utama Laduni Lubis²,
Dita Selvia Aditia²

^{1,2}Sekolah tinggi Ilmu Kesehatan Adila Di Kota Bandar Lampung
e-mail: Jihan.adjja@gmail.com¹, Margarethrinjani89@gmail.com²,
unnilubis.olfianwari@gmail.com², aditiaselvia@gmail.com²

Abstrak

Menurut hasil Riskesdas bahwa anemia terjadi pada 37,1% ibu hamil di Indonesia, 36,4% ibu hamil di perkotaan dan 37,8% ibu hamil di pedesaan. Untuk mencegah anemia setiap ibu hamil diharapkan mendapatkan tablet tambah darah (TTD) minimal 90 tablet selama kehamilan. Setelah dilakukan pendataan di BPM Nurhasanah Bandar Lampung didapatkan data ibu hamil yang berkunjung sebanyak 25 ibu hamil. Dan terdapat 14 ibu hamil yang mengalami anemia yang terbagi atas 10 (sepuluh) anemia ringan, 4 (empat) anemia sedang. Setelah dilakukan wawancara tentang anemia yang terjadi pada ibu hamil seperti pengertian, tanda gejala, dan penanganan ternyata ibu tidak mengetahuinya. Untuk menerapkan Asuhan Kebidanan Terhadap NY N Usia 25 Tahun G₁P₀A₀ Dengan Penatalaksanaan anemia ringan menggunakan sari kacang hijau Di BPM nurhasanah bandar lampung Tahun 2021. Metodologi Penelitian ini adalah dekskriftif. Asuhan Kebidanan ini didapat dengan melakukan asuhan kebidanan secara mandiri dan penanganan secara dini, terdapat kesenjangan dari pemeriksaan fisik pada muka Ny. N yang masih pucat dan mengalami anemia namun pada kunjungan berikutnya hasil pemeriksaan fisik pada muka sudah terlihat tidak pucat, dan Ny.N sudah tidak mengalami anemia. Saran : Diharapkan dalam memberikan sumber informasi untuk kemajuan perkembangan ilmu kebidanan dan sebagai referensi untuk mengetahui perbandingan antara praktek lahan dan teori.

Kata Kunci : Anemia, Sari Kacang Hijau, Pusing

MANAGEMENT OF MIDDLE ANEMIA USING GREEN BEAN SITE AT BPM NURHASANAH BANDAR LAMPUNG

Abstract

According to the results of Riskesdas that anemia occurs in 37.1% of pregnant women in Indonesia, 36.4% of pregnant women in urban areas and 37.8% of pregnant women in rural areas. To prevent anemia, every pregnant woman is expected to get a blood-added tablet (TTD) of at least 90 tablets during pregnancy. After collecting data at BPM Nurhasanah Bandar Lampung, data on pregnant women who visited were 25 pregnant women. And there are 14 pregnant women who experience anemia which is divided into 10 (ten) mild anemia, 4 (four) moderate anemia. After conducting interviews about anemia that occurs in pregnant women such as understanding, signs, symptoms, and handling, it turns out that the mother does not know it. To apply midwifery care to NY N, aged 25 years G1P0A0 with the management of mild anemia using mung bean juice at BPM nurhasanah, Bandar Lampung in 2021. The methodology of this research is descriptive. Conclusion: This midwifery care was obtained by doing midwifery care independently and early treatment, there was a gap from the physical examination on Mrs. N, who was still pale and anemic, but on the next visit the results of the physical examination on her face did not look pale, and Mrs. N was not anemic. Suggestion: It is expected to provide a source of information for the advancement of the development of midwifery science and as a reference to find out the comparison between land practice and theory.

Keywords: Anemia, Green Bean Extract, Dizziness

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa 35-75% ibu hamil di negara berkembang dan 18% ibu hamil di negara maju mengalami anemia. Namun, banyak diantara mereka yang telah menderita anemia pada saat konsepsi, dengan perkiraan prevalensi sebesar 43% pada perempuan yang tidak hamil di negara berkembang dan 12% di negara yang lebih maju. (Prawirohardjo, 2016).

Menurut hasil Riskesdas 2013 bahwa anemia terjadi pada 37,1% ibu hamil di Indonesia, 36,4% ibu hamil di perkotaan dan 37,8% ibu hamil di pedesaan. Untuk mencegah anemia setiap ibu hamil diharapkan mendapatkan tablet tambah darah (TTD) minimal 90 tablet selama kehamilan. (Profil Kesehatan RI, 2017).

Berdasarkan data dinas kesehatan Kota Bandar Lampung prevalensi angka kejadian anemia dalam kehamilan meningkat pada tahun 2014 menjadi sebesar 6.425 kasus (26,8%) sedangkan pada tahun 2015 angka kejadian anemia sebesar 6.856 (27,6%). (Profil Kesehatan Provinsi Lampung, 2015).

Anemia merupakan suatu keadaan adanya penurunan kadar hemoglobin, hematokrit dan jumlah eritrosit di bawah nilai normal. Pada penderita anemia, lebih sering disebut kurang darah, kadar sel darah merah (hemoglobin/Hb) di bawah nilai normal. Klasifikasi anemia dalam kehamilan dibagi menjadi : tidak anemia Hb 11 gr%, Anemia Ringan Hb 9-10 gr%, Anemia Sedang Hb 7-8 gr%, Anemia Berat Hb <7 gr%. Penyebabnya bisa karena kekurangan zat gizi untuk pembentukan darah, misalnya zat

besi, asam folat dan vitamin B12. Tetapi yang sering terjadi adalah anemia karena kekurangan zat besi. (Rukiyah dan Yulianti, 2015).

Anemia pada kehamilan sangat berbahaya bagi ibu dan janin. Dampak anemia pada ibu hamil adalah abortus, persalinan prematur, hambatan tumbuh kembang janin dalam rahim, rentan terkena infeksi, perdarahan antepartum, ketuban pecah dini saat persalinan dapat mengakibatkan gangguan his, kala pertama dalam persalinan dapat berlangsung lama dan terjadi partus terlantar, pada kala nifas terjadi subinvolusi uteri yang menimbulkan perdarahan post partum, memudahkan infeksi puerperium, serta berkurangnya produksi ASI (Aryanti, dkk, 2017). Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar hemoglobin (HB) < 11 gr% pada trimester I dan III sedangkan pada trimester ke II kadar hemoglobin < 10,5 gr%. Anemia kehamilan di sebut "*potential danger to mother and child*" (potensi membahayakan ibu dan anak), karena itulah anemia memerlukan perhatian serius dari semua pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan. (Pratiwi dan Fatimah, 2019).

Penyebab anemia yaitu defisiensi zat-zat nutrisi. Didefisiensinya bersifat multiple dengan manifestasi klinik yang disertai infeksi, gizi buruk, atau kelainan heredit seperti hemoglobinoati. Namun penyebab mendasar anemia nutrisi meliputi asupan yang tidak cukup. *Absopsi* yang tidak adekuat bertambahnya zat gizi yang hilang, kebutuhan yang berlebihan, dan kurangnya utilisasi nutrisi

hemopoietik sekitar 75% anemia dalam kehamilan disebabkan oleh defisiensi besi yang memperhatikan gambaran yaitu megaloblastik yang dapat disebabkan oleh defisiensi asam folat dan defisiensi Vitamin B. Penyebab anemia lainnya jarang ditemui antara lain yaitu Hemoglobinopati proses inflamasi, Toksikitas zat kimi. (Prawirohardjo, 2016)

Dampak dari anemia adalah abortus, persalinan prematur, hambatan tumbuh kembang janin dalam rahim/*Intrauterin Grow Restriction* (IUGR), terkena infeksi, perdarahan antepartum, ketuban pecah dini, saat persalinan dapat menyebabkan gangguan his, kala I dalam persalinan dapat berlangsung lama dan terjadi partus terlantar, pada masa nifas terjadi *subinvolutio* uteri yang menimbulkan perdarahan postpartum, memudahkan infeksi, serta berkurangnya produksi Air Susu Ibu (ASI). (Pratiwi, 2019).

Upaya pencegahan anemia dapat dilakukan dengan mengkonsumsi suplemen asam folat dan zat besi dengan pemberian dosis sehari sebanyak 1 tablet (60 mg dan 0,25 g asam folat) berturut-turut minimal selama 90 hari selama masa kehamilan, mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi tinggi seperti (daging, ayam, ikan, telur, dan gandum), memakan makanan yang kaya asam folat seperti (kacang kering, gandum, jus jeruk, dan sayuran hijau), mengkonsumsi suplemen dan makanan yang mengandung vitamin C seperti (buah dan sayuran segar). (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI, 2013)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Fitriani dan Yuhendri (2018) mengungkapkan ada pengaruh

kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil tetapi tidak terlalu signifikan, sebaiknya jus kacang hijau ini dijadikan sebagai usaha preventif dalam pencegahan anemia. nilai rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan intervensi adalah 10,22 g/dl sedangkan nilai rata-rata kadar hemoglobin sesudah pemberian buah naga adalah 10,56g/dl . Hasil uji statistik yang dilihat dari nilai (2-tailed) pada table dependent sample test adalah 0.0005(< 0.005), artinya ada pengaruh antara kadar HB sebelum dan sesudah diberikan intervensi jus kacang hijau.

Upaya pencegahan anemia dapat dilakukan dengan pemberian kacang hijau dapat meningkatkan kadar hemoglobin. Karena kacang hijau mengandung protein, lemak, karbohidrat, kalsium, fosfor, zat besi, vitamin A, vitamin B dan vitamin C yang mengandung serat yang sangat bermanfaat. Kacang hijau sering disajikan berbentuk bubur, kandungan dalam kacang hijau terdapat 22,2 g protein, 1,2 g lemak, 62,9 g karbohidrat, 125 mg kalsium, 320 mg fosfor, 6,7 mg besi, 157 SI vitamin A, 0.64 mg vitamin B, 6 mg vitamin C dalam 100 gram jus kacang hijau.

Berdasarkan hasil *pre survey* yang telah dilakukan di BPM Nurhasanah Bandar Lampung pada bulan 22 April 2021. Setelah dilakukan pendataan didapatkan data ibu hamil yang berkunjung sebanyak 25 ibu hamil. Dan terdapat 14 ibu hamil yang mengalami anemia yang terbagi atas 10 (sepuluh) anemia ringan, 4 (empat) anemia sedang. Setelah dilakukan wawancara tentang anemia yang terjadi pada ibu hamil seperti pengertian, tanda gejala, dan penanganan ternyata ibu

tidak mengetahuinya. Sehingga saya tertarik untuk melakukan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan penatalaksanaan anemia ringan di BPM Nurhasanan Bandar Lampung tahun 2021.

METODE PENELITIAN

Jenis laporan kasus yang digunakan dalam Laporan Tugas Akhir ini adalah laporan deskriptif dengan pendekatan studi kasus/*case study* (studi penelaah kasus). Studi kasus dilakukan dengan cara meneliti suatu permasalahan melalui suatu kasus yang terdiri dari unit tunggal. Unit tunggal disini dapat berarti satu orang, sekelompok penduduk terkena suatu masalah misalnya keracunan, atau sekelompok masyarakat disuatu daerah. Unit yang menjadi kasus tersebut secara mendalam dianalisis baik dari segi yang berhubungan dengan kasus itu sendiri, faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian-kejadian khusus yang muncul sehubungan dengan kasus, maupun tindakan dan reaksi kasus terhadap suatu perlakuan atas pemaparan tertentu.

Laporan Tugas Akhir ini menggunakan jenis laporan *case study* (studi penelaah kasus), karena dalam Laporan tugas akhir ini hanya meneliti suatu kasus yang terdiri dari unit tunggal yaitu terhadap Ny. N dengan penatalaksanaan anemia ringan.

HASIL PENELITIAN

Pengkajian dilakukan mulai dari tanggal 22 April 2021 pukul 15.00 WIB dan didapatkan data subjektif yaitu ibu nifas mengatakan bernama Ny. N umur 25 tahun melahirkan anak pertama, memiliki keluhan utama sering pusing, dan mudah merasalelah dan lemas.

Data objektif yang didapatkan didalam pemeriksaan keadaan umum baik, kesadaran compos mentis, tekanan darah 110/60 mmHg, pernafasan 28 x/menit, Nadi 88 x/menit, warna kulit wajah pucat, konungtiva pucat.

Assesment yang dapat ditegakkan dari pengkajian data subjektif dan objektif adalah Ny. N umur 25 tahun G1P0A0 dengan anemia ringan.

Pada kasus Ny. N dengan masalah anemia ringan dilakukan rencana asuhan yaitu beritahu ibu hasil pemeriksaan, jelaskan tentang keluhan yang ibu rasakan, menjelaskan kepada ibu tentang ketidaknyamanan trimester III yaitu nyeri punggung bawah, peningkatan frekuensi kemih dan konstipasi, menjelaskan kepada ibu bahwa ibu yang mengalami anemia ringan yaitu suatu keadaan dimana terdapat penurunan kadar hemoglobin, hematocrit dan jumlah eritrosit dibawah nilai normal, anjurkan ibu untuk mengkonsumsi makanan yang bergizi, anjurkan ibu untuk memenuhi kebutuhan istirahat tidur, beritahu ibu akan dilakukan kunjungan ulang.

Penatalaksanaan kasus pada Ny. N dengan masalah anemia ringan dilakukan rencana asuhan yaitu beritahu ibu hasil pemeriksaan, jelaskan tentang keluhan yang ibu rasakan, menjelaskan kepada ibu tentang ketidaknyamanan trimester III yaitu nyeri punggung bawah, peningkatan frekuensi kemih dan konstipasi, menjelaskan kepada ibu bahwa ibu yang mengalami anemia ringan yaitu suatu keadaan dimana terdapat penurunan kadar hemoglobin, hematocrit dan jumlah eritrosit dibawah nilai normal, anjurkan ibu untuk mengkonsumsi

makanan yang bergizi, anjurkan ibu untuk memenuhi kebutuhan istirahat tidur, beritahu ibu akan dilakukan kunjungan ulang

Evaluasi asuhan pada kasus Ny. N dengan masalah anemia ringan dilakukan sejak tanggal 06 April sampai 20 Mei 2021 didapatkan hasil ibu sudah mengerti hasil pemeriksaan, ibu sudah mengerti tentang keluhan yang dirasakannya, ibu sudah mengerti tentang anemia, ibu telah mengkonsumsi makanan yang bergizi, ibu telah memenuhi istirahat tidurnya, ibu sudah dilakukan kunjungan ulang untuk memberikan asuhan. Setelah diberikan asuhan selama 44 hari anemia ibu sudah kambuh lagi.

PEMBAHASAN

Pola istirahat sangat penting untuk melihat gambaran kebiasaan istirahat ibu supaya diketahui hambatan yang mungkin muncul jika didapatkan data yang senjang tentang pemenuhan kebutuhan istirahat. Dan menanyakan tentang berapa lama ibu tidur di malam hari dan siang hari. Istirahat malam hari rata-rata normal tidur malam ialah 6 – 8 jam, istirahat siang hari tidak semua wanita mempunyai kebiasaan tidur siang, oleh karena itu hal ini dapat disampaikan kepada ibu bahwa tidur siang sangat penting untuk menjaga kesehatan selama hamil. (Pratiwi, 2019)

Pada ibu hamil yang tidak mengalami anemia konjungtiva berwarna merah dan sklera berwarna putih sedangkan pada kasus ibu hamil dengan anemia konjungtiva berwarna pucat dan sklera berwarna putih. (Pratiwi, 2019)

Pada ibu hamil yang tidak mengalami anemia warna bibir tidak pucat sedangkan pada kasus ibu

hamil dengan anemia warna bibir terlihat pucat. Serta untuk melihat kebersihan pada lidah, karies pada gigi, dan gangguan pada mulut. Tambahkan tanda2 anemia. (Pratiwi, 2019)

Untuk mengetahui kadar hemoglobin, hematokrit, golongan darah dan leukosit dalam darah dan nilai ambang batas yang digunakan untuk menentukan status anemia ibu hamil, didasarkan pada kriteria menurut Manuaba, 2014 ditetapkan 3 kategori yaitu normal 11g%, Ringan 9-10g%, Sedang 7-8 g%, Berat <7 g%. (Pratiwi, 2019)

SIMPULAN

Setelah diberikan asuhan penatalaksanaan anemia ringan dari tanggal 06 April - 20 Mei 2021 masalah NY. N yaitu anemia ringan, ibu sudah tidak sakit merasa pusing-pusing kembali. Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan acuan oleh tenaga kesehatan dalam memberikan asuhan khususnya dalam penanganan puting susu lecet.

SARAN

Diharapkan agar hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan informasi mengenai pengetahuan tentang penanganan anemia ringan sehingga pasien dapat melakukannya dirumah dan memberikan informasi kesehatan secara jujur, agar asuhan yang diberikan tepat sesuai kebutuhan pasien serta dapat melakukan anjuran dari bidan agar masalah yang dialami cepat teratasi.

DAFTAR PUSTAKA

Badan Pemerintah dan Pengembangan Kesehatan (2013), *Riset Kesehatan Dasar*

-
- (*RISKESDES*). Laporan Nasional, 46, 1-384 <https://doi.org/10.24060/riskedes.v46i1.1384> Desember 2013
- Notoatmodjo, S (2017), *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Pratiwi, A.M dan Fatimah. (2019), *Patologi Kehamilan*, PT. Pustaka Baru Press, Yogyakarta.
- Prawirohardjo, S. (2016), *Ilmu Kebidanan*, PT Bina Pustaka, Jakarta.
- Profil Kesehatan Indonesia, (2017), *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta : Kementerian Kesehatan
- Profil Provinsi Lampung, Dinas Kesehatan (2015), *Profil Kesehatan Provinsi Lampung*. Bandar Lampung, Dinas Kesehatan.
- Rukiyah. A.Y dan Yulianti. L (2015), *Asuhan Kebidanan Patologi*, Edisi Revisi, Trans Info Media, Jakarta.