

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia adalah masa hemoglobin atau pada kondisi sel-sel darah merah telah berkurang pada sirkulasi darah merah, yang mengakibatkan oksigen masuk kedalam tubuh tidak berfungsi secara normal. Pada kehamilan kebutuhan oksigen lebih tinggi sehingga memicu peningkatan eritropoietin. Akibatnya, sel darah merah (eritrosit) meningkat dan volume plasma bertambah. Namun, peningkatan volume plasma terjadi dalam proporsi yang lebih besar jika dibandingkan dengan peningkatan eritrosit sehingga terjadi penurunan konsentrasi hemoglobin akibat hemodilusi. Umumnya ibu hamil dianggap anemik jika kadar hemoglobin di bawah 11 gr/dl. Anemia pada ibu hamil ditandai dengan wajah pucat, mata dan telapak tangan yang pucat, lekas lelah, lemah dan lesu, hal tersebut terjadi karena sel-sel darah merah kekurangan hemoglobin atau kekurangan zat besi (Lutfiasari & Yanuaringsih, 2020; Silawati et al., 2024).

Dampak anemia selama kehamilan dapat memiliki banyak efek, misalnya wanita dengan anemia sering mengalami ketidaknyamanan ringan hingga berat, terkadang berdampak buruk pada wanita hamil dan bayi yang masih dalam kandungan. Anemia menyebabkan risiko komplikasi pada kandungan dan persalinan, seperti resiko kematian ibu, angka kelahiran prematur yang tinggi, berat badan rendah, dan kematian perinatal atau BBRL. Selain itu terjadinya 3 perdarahan saat sebelum maupun sesudah melahirkan paling banyak mengalami pada wanita yang kekurangan darah merah. (Lutfiasari & Yanuaringsih, 2020).

Anemia adalah masalah kesehatan masyarakat yang serius di seluruh dunia, terutama bagi anak-anak, anak perempuan, remaja perempuan, ibu hamil, dan ibu nifas. Sekitar 40% anak usia 6-59 bulan, 37% ibu hamil, dan 30% wanita usia 15-49 tahun di seluruh dunia menderita anemia. (WHO, 2020). Anemia pada kehamilan telah terbukti menjadi faktor risiko yang secara mandiri memberikan banyak dampak buruk baik bagi ibu maupun bayinya. Beberapa komplikasi yang dapat terjadi seperti perdarahan pasca melahirkan, perdarahan saat melahirkan, operasi caesar, histerektomi, transfusi darah, kelahiran

prematurn, dan penyakit menular (Widyantari, 2024).

Hasil survey yang dilakukan pada tanggal 5 Maret 2024 di PMB Istiqomah, S.Tr.Keb ditemukan hasil wawancara bidan mengatakan bahwa Ibu hamil yang mengalami anemia sebanyak 10 orang. Dari permasalahan tersebut maka penulis tertarik untuk membuat luaran yang berjudul “Media Edukasi Booklet Tentang Konsumsi Telur Ayam Rebus Untuk Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil”

Di dalam satu butir telur ayam rebus yang utuh mengandung protein, zat besi, seng, selenium, lemak, kolesterol, vitamin A, vitamin D, riboflavin, asam folat, vitamin B12, choline, fosfor dan zinc. Putih telur ayam rebus mengandung protein, lemak, vitamin A, riboflavin, asam folat, vitamin B12, fosfor, zat besi, zinc, selenium dan seng. Dan pada kuning telurnya mengandung zat besi, seng, selenium, lemak, kolesterol, vitamin A, vitamin D, riboflavin, asam folat, vitamin B12, choline, fosfor dan zinc (Dessy, 2020). Kandungan gizi telur ayam rebus kaya akan protein hewani yang bermutu tinggi. Di dalam telur ayam rebus juga mengandung zat yang sangat penting dan cukup tinggi yakni zat besi 6,5 mg, seng 6,0 mg dan selenium 5,8 mg. Selain itu, kandungan tambahan dalam telur ayam rebus berupa lemak, kolesterol, vitamin A, vitamin D, Riboflavin, asam folat, vitamin B12, choline, pospor dan zink. Telur mengandung zat besi yang cukup baik. Kandungan besi telur ayam rebus adalah 6,5 mg pada telur utuh, 0,2 mg pada putih telur dan 6,3 mg pada kuning telur. Kandungan zat seng pada telur ayam rebus adalah sebesar 6,0 mg telur utuh dan 0,2 mg kuning telur dan putih telur 5,8 mg dan kandungan zat selenium pada telur ayam ras 5,8 mg telur utuh, 1,6 mg putih telur dan 4,2 mg kuning telur. Ibu hamil yang mengkonsumsi telur ayam ras rebus satu butir sehari selama 1 – 4 minggu, kenaikan kadar HB akan lebih tinggi dibandingkan yang tidak mengkonsumsi telur ras rebus (Lutfiasari & Yanuaringsih, 2020)

Salah satu peran dan fungsi bidan dalam meningkatkan pelayanan kesehatan yaitu sebagai educator atau pendidik. Setelah mempertimbangkan berbagai aspek booklet merupakan salah satu media yang dapat digunakan

bidan dalam memberikan asuhan dan pelayanan berupa KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi) kepada masyarakat khususnya pada Ibu Hamil.

Booklet adalah buku yang berukuran kecil sehingga mudah dibawa kemana- mana untuk dipelajari. Adapun kelebihan booklet yaitu dapat menyajikan informasi dalam jumlah banyak, informasi dapat dipelajari sesuai kemampuan pembaca, dapat dipelajari kapan dan dimana saja dikarenakan mudah dibawa, menarik karna dilengkapi gambar dan warna yang menarik. Selain kelebihan adapun kelemahannya yaitu bahan cetak yang tebal akan membosankan dibaca, mudah sobek dan rusak karena terbuat dari kertas (Tambusai et al., n.d.)

Dari uraian diatas, penulis tertarik untuk membuat luaran berupa booklet dengan judul “Konsumsi Telur Ayam Rebus Untuk Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil”. Pembuatan booklet ini diharapkan bisa meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam pengurangan gejala anemia dengan mengkonsumsi telur ayam rebus diharapkan mampu menjadi KIE kepada masyarakat secara umum dan khususnya pada ibu hamil yang mengalami masalah anemia.