

BAB I

PENDAHULUAN

Anemia dalam kehamilan sebagian besar disebabkan oleh kekurangan zat besi yang dikarenakan kurangnya masukan unsur besi dalam asupan makanan dan masalah gangguan reabsorpsi zat besi. Selain disebabkan oleh defisiensi besi, kemungkinan dasar penyebab anemia adalah kehilangan darah atau perdarahan kronik, gizi yang buruk misalnya pada gangguan penyerapan protein dan zat besi oleh usus dan gangguan pembentukan eritrosit oleh sumsum tulang belakang (Yanti Vera, 2022).

Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 70% atau 7 dari 10 wanita hamil menderita anemia. Indonesia merupakan salah satu negara dengan jumlah penderita anemia kehamilan terbanyak (Nuraprilia, 2023). Di NTT sendiri masalah anemia bukanlah hal yang biasa menurut penelitian yang dilakukan oleh Eddwin Aryanto dan kawan-kawan di RSUD Waikabubak ibu hamil dengan rentan umur 20-35 tahun pada trimester 3 rentan terkena anemia. Anemia pada ibu hamil memiliki dampak kesehatan terhadap ibu dan janin dalam kandungan, antara lain meningkatkan resiko bayi dengan berat lahir rendah, keguguran, kelahiran prematur dan kematian pada ibu dan bayi baru lahir (Vera, 2023) berdasarkan penelitian yang dilakukan di RSUD. Prof. W. Z. Johannes 2019 ditemukan bahwa ibu hamil yang memiliki kadar hemoglobin <11 mempunyai resiko 5,464 kali lebih tinggi melahirkan bayi berat rendah.

Terjadinya anemia pada kehamilan dapat dipengaruhi oleh pengetahuan ibu hamil. Apabila ibu hamil mengetahui dan memahami akibat anemia dan cara mencegah anemia maka akan mempunyai perilaku kesehatan yang baik sehingga terhindar dari berbagai dampak terjadinya anemia kehamilan. Cara untuk menanggulangi atau mencegah terjadinya anemia defisiensi besi yaitu dengan farmakologi dan non farmakologi. Farmakologi adalah ilmu pengetahuan yang berhubungan dengan obat-

obatan. Departemen kesehatan telah melaksanakan program penanggulangan anemia defisiensi besi pada ibu hamil dengan membagikan tablet besi berturut-turut 90 hari selama masa kehamilan. Sedangkan non farmakologi merupakan terapi tambahan selain mengkonsumsi obat-obatan antara lain dengan mengkonsumsi bayam, buah kurma, jus jambu biji, sayur daun kelor (Djaba dan Marfi'ah, 2023). Namun diantara bahan-bahan tersebut daun kelor memiliki kandung zat besi pada daun kelor setara dengan dua puluh lima kali zat besi yang terdapat dalam bayam dapat dijadikan alternatif bagi ibu hamil yang kekurangan zat besi secara alami (Eka, 2023).

Tanaman kelor dan daging sapi merupakan alternatif yang dapat dipilih untuk membantu meningkatkan hemoglobin ibu hamil karena terkandung zat besi yang baik untuk menangani anemia. Daun kelor memiliki banyak manfaat sehingga sering diolah menjadi makanan ringan untuk meningkatkan kesehatan seperti ekstrak daun kelor, susu, biskuit, puding dan yang paling sederhana adalah sayur sup daun kelor. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Satriawati dalam upaya peningkatan hemoglobin ibu hamil dengan anemia ringan dan sedang, dilakukan intervensi pemberian sayur daun kelor dengan frekuensi 1 kali setiap hari selama 2 minggu, hasil penelitian menunjukkan peningkatan hemoglobin ibu hamil. Selain daun kelor mengonsumsi daging sapi dapat membantu peningkatan kadar Hemoglobin bagi ibu hamil. Daging sapi biasa diolah menjadi makanan rumahan seperti bakso, rendang dan juga sup. Penelitian yang dilakukan Maiyena dan Mawarnis, menunjukkan bahwa daging sapi memiliki kandungan zat besi lebih tinggi dibandingkan daging ayam dan ikan. Dalam daging sapi sendiri terdapat kandungan zat besi, protein, selium, zinc, vitamin B kompleks serta omega yang baik untuk perkembangan janin dan kesehatan ibu.

Dengan melihat banyak manfaat serta kandungan pada daun kelor dan daging sapi penulis tertarik menggunakan daun kelor dan daging sapi dalam membantu peningkatan hemoglobin bagi ibu hamil dengan masalah anemia ringan dan sedang di wilayah pustu lasiana. Buku saku merupakan salah satu media cetak, buku saku dipilih karena sifatnya yang sederhana, ringkas, serta memuat banyak informasi. Buku saku

adalah buku dengan ukuran kecil seukuran saku sehingga efektif untuk di bawa kemana-mana serta dapat dibaca kapan saja pada saat dibutuhkan (Hidayat, 2018)

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik mengambil judul “MediaEdukasi Buku Saku Pemberian Sayur Daun Kelor dan Daging Sapi Untuk PeningkatanKadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia” dengan pengambilan topik ini bertujuan menambahkan pengetahuan ibu dan keluarga mengenai manfaat dari daun kelor dan daging sapi dalam membantu meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil, meningkatkan keterampilan ibu dalam mengelola bahan yang mudah ditemui untuk membantu peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil. Pemilihan buku saku dikarenakanmedia buku saku dapat menyajikan informasi yang lebih banyak dan sesuai dengan minat pembaca, serta lebih efektif dan mudah dibawa kemana saja.