

BAB I

PENDAHULUAN

Kehamilan menyebabkan perubahan fisik, emosional, dan psikologis pada wanita. Walaupun banyak kehamilan berjalan lancar, tidak sedikit ibu hamil yang mengalami masalah kesehatan yang berisiko bagi dirinya dan janin. Jika komplikasi tidak segera terdeteksi dan ditangani, dampaknya bisa sangat serius, termasuk kematian ibu atau bayi (Febrina, 2021). Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2023 menyebutkan bahwa anemia secara global tercatat sebesar 40% terjadi pada anak usia 6 – 59 bulan, 37 % terjadi pada wanita hamil dan 30 % wanita usia 15 – 49 tahun. Angka kejadian anemia ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1% pada tahun 2013 meningkat di tahun 2018 menjadi sebesar 48,9% (Masruloh dan Handayani, 2024).

Pada trimester II, banyak ibu mengalami hemodilusi, yaitu peningkatan volume plasma darah sebesar 40–50% tanpa peningkatan jumlah sel darah merah. Meskipun ini adalah proses normal untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi janin, kondisi ini juga dapat meningkatkan risiko anemia. Kurangnya pemahaman dan keterbatasan akses informasi menyebabkan banyak ibu terlambat mendapatkan penanganan yang tepat (Sari, 2024). Anemia dapat dicegah melalui upaya farmakologi dan nonfarmakologi. Secara farmakologi, dengan mengkonsumsi tablet besi (Fe), dan secara non farmakologi dengan mengkonsumsi sari kacang hijau yang terbukti secara signifikan dapat meningkatkan kadar hemoglobin. Kacang hijau juga mengandung vitamin C, vitamin A, dan seng yang berperan penting dalam pertumbuhan dan diferensiasi sel darah merah, meningkatkan imunitas, serta membantu mobilisasi cadangan zat besi di seluruh jaringan tubuh (Fatimah et al., 2023).

Tablet besi sering menimbulkan efek samping seperti mual, kembung, diare, dan hilang nafsu makan pada ibu hamil, sehingga banyak ibu hamil kurang rutin mengkonsumsinya. Sebagai alternatif, kacang hijau dapat membantu menaikkan kadar hemoglobin karena kandungan zat besinya yang tinggi. Konsumsi kacang hijau secara rutin juga bermanfaat untuk mencegah anemia serta menjaga kesehatan ibu dan janin karena kaya protein, serat, vitamin, dan

mineral (Satria & Faisal, 2023)

Edukasi bagi ibu hamil membutuhkan media yang dapat membantu tenaga kesehatan, terutama bidan, dalam memberikan informasi dengan efektif. Buku saku merupakan salah satu media yang tepat karena mampu menyampaikan informasi dengan jelas dan mudah dipahami, sehingga memudahkan proses penyerapan pengetahuan. Media ini sangat cocok digunakan dalam program komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) bagi masyarakat, khususnya ibu hamil (Indiyah et al., 2023).

Proyek media KIE ini bertujuan untuk menyusun media berupa buku saku untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat terutama ibu hamil mengenai meningkatkan hemoglobin ibu hamil sebagai upaya untuk mencegah dari anemia. Manfaat media KIE buku saku bagi tenaga kesehatan khususnya bidan dapat digunakan sebagai media edukasi kepada masyarakat khususnya ibu hamil, sehingga dapat menambah pengetahuan dan wawasan mengenai pentingnya meningkatkan hemoglobin.

Dari uraian diatas, penulis tertarik untuk membuat luaran berupa media buku saku dengan judul “Media Edukasi Buku Saku Tentang Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Hemoglobin Pada Ibu Hamil”. Pembuatan buku saku ini diharapkan dapat dipublikasikan, sehingga bisa memberikan edukasi untuk ibu hamil mengenai sari kacang hijau untuk meningkatkan haemoglobin ibu hamil trimester II.