

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan kondisi fisiologis yang dimulai dengan pembuahan, berkembang menjadi embrio, dan berakhir dengan kelahiran. Pada masa kehamilan anemia disebabkan oleh kurangnya kebutuhan sel darah merah untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk asam folat, vitamin B12, dan kekurangan zat besi. Ini sering kali merupakan kondisi yang terjadi ketika tubuh kekurangan zat besi yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin. Hemoglobin merupakan protein dalam sel darah merah yang bertugas untuk mengangkut oksigen ke seluruh tubuh. Pada masa kehamilan, volume darah ibu hamil meningkat sehingga kebutuhan zat besi pun meningkat (Fauzia et al, 2024).

Saat sebelum hamil kadar hemoglobin ibu kurang dari 11gr, maka terjadi hemodilusi (pengenceran darah). Hemodilusi merupakan peningkatan volume darah untuk memenuhi kebutuhan sirkulasi darah ke plasenta, uterus, dan payudara yang membesar terjadi sejak awal kehamilan dan mencapai puncak pada usia kehamilan 32-36 minggu yang akan mengakibatkan anemia (Siregar et al, 2022). Anemia pada ibu hamil merupakan suatu kondisi kadar hemoglobin dalam darah ibu hamil kurang dari 11 gr%. Kondisi anemia pada ibu hamil akan menyebabkan suatu komplikasi baik terjadi selama kehamilan, persalinan, nifas dan berdampak pada janin yang dikandung (Manggul et al, 2024). Pemenuhan gizi pada ibu hamil untuk kecukupan besi dibutuhkan asupan zat besi yang cukup seperti buah pisang ambon yang memiliki banyak manfaat untuk ibu hamil (Yudha dan Meihartati, 2023).

Pisang ambon memiliki kandungan zat besi yang tinggi sehingga sangat baik untuk mengatasi anemia. Pisang ambon baik untuk menambah energi dalam tubuh jika tubuh sering lemas, letih, mudah lelah dan tidak bersemangat, pisang ambon dapat dimanfaatkan untuk kekuatan tubuh. Pisang ambon (*Musa*

Acuminata Cavendish) mengandung nutrisi yang lebih tinggi dibanding dengan beberapa jenis buah lain (Silvia et al, 2023). Mengonsumsi 2 buah pisang ambon sehari selama 7 hari sudah cukup untuk memenuhi asupan zat besi ibu hamil dengan anemia. Mengonsumsi buah pisang ambon setiap hari bagi ibu hamil bermanfaat untuk mengatasi anemia (Siregar et al, 2022).

Berdasarkan penelitian terdahulu oleh Fatimah *et al* (2024), didapatkan 10 ibu hamil dengan hasil kadar hemoglobin sebelum pemberian buah pisang ambon adalah 9,2 g/dl dan meningkat menjadi 11,7 g/dl setelah pemberian buah pisang ambon selama 7 hari berturut-turut dan dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian buah pisang ambon terhadap peningkatan hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia. Sejalan dengan penelitian Siregar *et al* (2022), Hasil penelitian menunjukkan kadar hemoglobin mengalami peningkatan setelah konsumsi pisang ambon dari 9,09 mg/dl menjadi 10,13 mg/dl dapat disimpulkan ada pengaruh konsumsi pisang ambon terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Upaya untuk memberikan edukasi digunakan media berupa buku saku. Buku saku merupakan buku yang berukuran kecil yang ringan, dapat disimpan didalam saku dan praktis untuk dibawa serta dibaca kapan dan dimana saja. Buku saku dapat memudahkan bagi pembaca dalam mempelajari materi dengan keadaan apapun, karena buku saku tersebut dapat dibawa kemana-mana. Buku saku bisa digunakan sebagai alat bantu untuk referensi pelengkap yang digunakan sebagai media pada proses pembelajaran. Media berupa buku saku untuk pembelajaran efektif menunjukkan angka 70-100% dan berkategori layak untuk media promosi kesehatan (Bintoro et al, 2022).

Dari hasil observasi di PMB Rusmaniar, ditemukan 7 ibu hamil yang mengalami anemia. Buah pisang ambon dapat menjadi alternatif non-farmakologi yang dapat meningkatkan hemoglobin, mudah didapatkan dengan harga yang terjangkau dan banyak ditemukan disekitar daerah tempat tinggal. Dari permasalahan tersebut maka penulis tertarik untuk membuat luaran yang berjudul “Edukasi Konsumsi Pisang Ambon untuk Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil dengan Media Buku Saku”.

