

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia merupakan suatu keadaan ketika jumlah sel darah merah atau konsentrasi pengangkut oksigen dalam darah (HB) tidak mencukupi untuk kebutuhan fisiologis tubuh. Anemia yang paling sering dijumpai dalam kehamilan adalah anemia akibat kekurangan zat besi yang disebabkan karena kurangnya asupan unsur besi dalam makanan, gangguan penyerapan, peningkatan kebutuhan zat besi (Nadia, Ludiana and Dewi, 2022)

Anemia pada ibu hamil merupakan penurunan kadar hemoglobin dibawah 11 gr/dl, trimester I dan III atau kadar < 10,5 gr/dl pada trimester II, akibatnya dapat mengganggu kapasitas darah untuk mengangkut oksigen keseluruh tubuh. Anemia merupakan indikator untuk gizi buruk dan kesehatan yang buruk. Anemia pada ibu hamil sangat terkait pada morbiditas dan mortalitas ibu dan bayi, termasuk resiko keguguran, prematuritas, bayi berat lahir rendah. Pada wanita hamil, anemia meningkatkan frekuensi komplikasi pada kehamilan dan persalinan. Resiko kematian maternal, berat badan bayi lahir rendah, angka prematuritas, dan angka kematian perinatal meningkat. Perdarahan antepartum dan postpartum lebih sering dijumpai pada wanita yang anemis dan lebih sering berakibat fatal, sebab wanita anemia tidak dapat mentolerir kehilangan darah (Winarni, Lestari and Wibisono, 2020).

Anemia pada ibu hamil umumnya disebabkan karena perubahan fisiologis saat kehamilan dan diperparah dengan keadaan kurang gizi. Anemia yang sering

dijumpai pada kehamilan adalah akibat kekurangan zat besi. Hal ini terjadi karena meningkatnya kebutuhan zat besi untuk mensuplai fetus dan plasenta, dalam rangka pembesaran jaringan dan masa sel darah merah. Adapun dampak anemia pada ibu hamil dapat menyebabkan hambatan pada pertumbuhan janin baik sel tubuh maupun sel otak, abortus, lamanya waktu persalinan karena kurangnya daya dorong rahim, perdarahan, dan infeksi (Salma, Hadisaputro and Sudiyono, 2024)

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2022 prevalensi anemia pada ibu hamil secara global di seluruh dunia sebesar 41,8%, prevalensi anemia pada ibu hamil di Asia sebesar 48,2%, Afrika 57,1%, Amerika 24,1% dan Eropa 25,1%. Prevalensi anemia pada kehamilan di Indonesia setiap tahunnya meningkat yang disebabkan oleh berbagai faktor. Data yang diperoleh dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), prevalensi kasus anemia pada ibu hamil tahun 2018 sebesar 37,1% dan meningkat pada tahun 2018 sebesar 48,9%. Jumlah ibu hamil yang mengonsumsi tablet Fe $\geq$ 90 butir selama kehamilan hanya sebesar 38,1% (WHO,2022).

Defisiensi besi dapat menyebabkan anemia, seperti kurangnya asupan protein dan zat besi dari makanan, gangguan absorpsi usus, perdarahan, baik akut maupun kronis, dan kebutuhan zat besi yang meningkat pada wanita hamil, masa pertumbuhan, dan penyembuhan penyakit. Konsumsi tablet besi, umur, paritas, tingkat pendidikan, dan makanan yang mengandung zat besi juga dapat menyebabkan anemia (Omasti et al., 2022)

Anemia yang terjadi pada ibu hamil di dunia penyebabnya adalah anemia defisiensi besi. Faktor yang mempengaruhi terjadinya anemia kehamilan

disebabkan faktor usia, paritas, pendidikan, tingkat ekonomi, frekuensi ANC, kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe. Anemia dalam kehamilan yang paling sering terjadi di Indonesia disebabkan oleh defisiensi zat besi sebanyak 62,3 % Anemia defisiensi besidisebabkan kurangnya suplai besi dalam tubuh dimana sel darah merah atau hemoglobin dalam sel darah berada dibawah normal. jika asupan ibu kurang akan meningkatkan resiko terjadinya anemia yang berakibat pada gangguan janin. Dampak anemia pada ibu hamil yaitu abortus, partus premature, partus lama, pendarahan postpartum, dan syok.(Norfitri and Rusdiana, 2023)

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Banda Aceh tahun 2022 jumlah ibu hamil sebanyak 5.556 orang, jumlah ibu hamil yang dilakukan pemeriksaan hemoglobin sebanyak 4.311 orang dan yang mengalami anemia sebanyak 482 orang (11,1%). Jumlah anemia tertinggi terdapat di Puskesmas Kopelma Darussalam sebesar 32% dan terendah terdapat di Puskesmas Jaya Baru sebesar 2% (Dinkes Kota Banda Aceh, 2023). Sedangkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Aceh tahun 2020 prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 36,3%. Cakupan pemberian tablet Fe $\geq$ 90 butir selama kehamilan hanya sebesar 36,2% (Dinkes Aceh, 2020).

Data dari laporan lain menyebutkan prevalensi anemia di Puskesmas Kopelma Darussalam sekitar 28,9% pada tahun 2024, dengan mayoritas kasus anemia ringan. Penelitian lain juga menekankan pentingnya strategi intervensi yang efektif berupa edukasi gizi, perencanaan keluarga, dan program kesehatan komunitas untuk mengurangi angka anemia pada ibu hamil di wilayah tersebut.

Data dari Puskesmas Kopelma Darussalam januari sampai juni tahun 2025 jumlah ibu hamil sebanyak 356 orang dan yang mengalami anemia sebanyak 47 orang (13,2%) yang terdiri dari anemia ringan sebanyak 45 orang dan anemia sedang sebanyak 2 orang. Angka ini terjadi penurunan bila dibandingkan tahun 2024. Tujuan Penelitian untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan anemia pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kopelma Darussalam Kota Banda Aceh Tahun 2025.

Anemia dalam kehamilan sebagian besar disebabkan oleh kekurangan zat besi yang dikarenakan kurangnya masukan unsur besi dalam makanan, gangguan reabsorpsi, gangguan penggunaan, atau karena terlampaui banyaknya besi keluar dari tubuh, misalnya pada perdarahan. 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, gangguan pembentukan eritrosit oleh sumsum tulang belakang.

Anemia pada ibu hamil memiliki dampak kesehatan terhadap ibu dan anak dalam kandungan, antara lain meningkatkan risiko bayi dengan berat lahir rendah, keguguran, kelahiran prematur dan kematian pada ibu dan bayi baru lahir. Ibu hamil dengan kadar HB <10 g/dl mempunyai risiko 2,25 kali lebih tinggi untuk melahirkan bayi BBLR, sedangkan ibu hamil dengan anemia berat mempunyai risiko melahirkan bayi BBLR 4,2 kali lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang tidak anemia berat. Risiko kematian ibu meningkat 3,5 kali pada ibu hamil yang menderita anemia. (Yanti, Dewi and Sari, 2023)

Upaya yang dapat dilakukan untuk penanganan anemia pada ibu hamil adalah secara farmakologis dan non farmakologis. Penanganan secara farmakologis yaitu dengan pemberian tablet Fe pada trimester 1 sebesar 26 mg perhari, meningkat pada trimester II sebesar 35 mg perhari dan pada trimester III sebesar 39 mg atau minimal 90 butir selama kehamilan yang bermanfaat meningkatkan kadar hemoglobin. Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan anemia defisiensi zat besi yaitu kemiskinan atau status sosial ekonomi rendah, kurangnya pengetahuan, adanya penyakit tertentu, tidak mengkonsumsi tablet penambah darah (Fe) status gizi, penyakit infeksi.

Anemia secara umum disebabkan oleh hal berikut:

- a. Kekurangan asupan zat gizi (zat besi, asam folat, vitamin B12, dan protein) sehingga mengganggu pembentukan hemoglobin
- b. Rata-rata pola konsumsi masyarakat Indonesia berisiko menderita anemia, terutama anemia defisiensi kekurangan besi karena kurang asupan pangan sumber zat besi. Makanan sumber zat besi seperti Sumber makanan yang kaya besi adalah pangan hewani karena mengandung zat besi (besi heme) yang mudah diserap dalam pencernaan. Zat besi yang berasal dari pangan nabati disebut besi non-heme, walaupun jumlahnya banyak, namun besi non-heme ini sangat sedikit yang dapat diserap.
- c. Keluarnya darah dalam jumlah yang banyak atau perdarahan baik akut maupun kronis. Perdarahan akut biasanya disebabkan oleh kecelakaan, sedangkan perdarahan kronis disebabkan oleh menstruasi yang berlangsung lama dan banyak, perdarahan akibat kecacingan (cacing menghisap darah dan

merusak dinding usus) dan perdarahan akibat malaria yang menyebabkan sel darah merah rusak (hemolysis).

- d. Faktor keturunan (penyakit thalassemia yang menyebabkan sel darah merah rusak).(Kemenkes RI, 2023)

Menurut WHO, hemoglobin adalah protein yang terdapat dalam sel darah merah (eritrosit) yang berfungsi untuk mengikat dan mengangkut oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Anemia didefinisikan sebagai kondisi di mana kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari normal. WHO menetapkan kadar hemoglobin normal berbeda untuk pria dan wanita, serta juga berdasarkan usia. Misalnya, kadar hemoglobin normal pada laki-laki adalah sekitar 13 g/dL dan pada wanita adalah 12 g/dL. Hemoglobin sangat penting untuk kesehatan karena memastikan setiap sel dalam tubuh mendapatkan oksigen yang cukup. Jika kadar hemoglobin rendah, sel-sel tidak akan mendapatkan cukup oksigen, yang dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan.

Hemoglobin adalah protein yang terdapat dalam sel darah merah (eritrosit) yang berperan penting dalam mengangkut oksigen ke seluruh tubuh dan membawa karbon dioksida dari jaringan ke paru-paru. Hemoglobin memberikan warna merah pada darah dan memiliki struktur yang terdiri dari empat rantai globin, masing-masing dengan gugus heme yang mengandung zat besi,

Hemoglobin dapat diukur secara kimia dan jumlah Hb/100 ml darah dapat digunakan sebagai indeks kapasitas pembawa oksigen pada darah. Hemoglobin adalah protein yang kaya akan zat besi. Memiliki afinitas (daya

gabung) terhadap oksigen dan dengan oksigen itu membentuk oxihemoglobin di dalam sel darah merah. Dengan melalui fungsi ini maka oksigen dibawa dari paru-paru ke jaringan-jaringan.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diatas adapun identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah anemia Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup sering terjadi, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Anemia dalam kehamilan, khususnya anemia ringan, dapat berdampak buruk terhadap kesehatan ibu dan janin, seperti meningkatkan risiko persalinan prematur, berat badan lahir rendah, dan bahkan kematian ibu dan bayi. Salah satu penyebab utama anemia pada ibu hamil adalah kurangnya asupan zat besi dalam makanan sehari-hari.

Upaya yang telah dilakukan untuk mengatasi anemia pada ibu hamil antara lain adalah pemberian suplemen zat besi oleh petugas kesehatan. Namun, kendala yang sering ditemui adalah rendahnya kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi suplemen tersebut karena efek samping seperti mual atau sembelit. Oleh karena itu, perlu dicari alternatif lain yang lebih mudah diterima dan disukai oleh ibu hamil.

Telur rebus merupakan sumber protein hewani yang mengandung zat besi, vitamin B12, dan asam folat yang penting dalam pembentukan hemoglobin. Konsumsi telur rebus secara rutin berpotensi menjadi salah satu intervensi gizi sederhana dan terjangkau untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia ringan.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang di atas maka yang menjadi rumusan masalah adalah “apakah terdapat pengaruh pemberian konsumsi telur rebus untuk meningkatkan kadar hemoglobin (HB) pada ibu hamil dengan anemia ringan di puskesmas kopelma darussalam”

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian telur rebus terhadap peningkatan kadar hemoglobin (HB) pada individu dengan kadar HB rendah atau berisiko anemia

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui kadar hemoglobin sebelum pemberian telur rebus pada responden.
2. Untuk mengetahui kadar hemoglobin setelah pemberian telur rebus pada responden dalam jangka waktu tertentu.
3. Untuk menganalisis perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah intervensi pemberian telur rebus.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat untuk bagi ibu hamil

1. Meningkatkan Kesadaran Gizi: Memberikan pengetahuan kepada ibu hamil bahwa konsumsi telur rebus secara rutin dapat membantu

meningkatkan kadar hemoglobin dan mencegah anemia selama kehamilan.

2. Alternatif Pencegahan Anemia: Menjadi salah satu solusi praktis, alami, dan mudah diakses untuk mencegah serta mengatasi anemia defisiensi besi tanpa bergantung sepenuhnya pada suplemen zat besi.
3. Menunjang Kesehatan Kehamilan: Membantu menjaga kesehatan ibu dan janin, karena kadar HB yang optimal dapat mengurangi risiko kelelahan, persalinan prematur, serta gangguan pertumbuhan janin
4. Pemenuhan Kebutuhan Nutrisi: Telur rebus merupakan sumber protein dan zat besi yang penting dalam mendukung perkembangan janin dan kesehatan ibu hamil secara keseluruhan.

1.5.2 Manfaat bagi Puskesmas Koplma Darussalam

1. Penguatan Edukasi Gizi: Memberikan informasi ilmiah yang dapat digunakan oleh petugas kesehatan dalam penyuluhan atau konseling gizi kepada masyarakat, khususnya terkait manfaat konsumsi telur sebagai sumber protein dan zat besi.
2. Inovasi Intervensi Lokal: Mendukung pelaksanaan program berbasis makanan lokal yang mudah diperoleh dan murah, seperti telur rebus, sebagai alternatif atau pelengkap suplementasi zat besi.
3. Monitoring dan Evaluasi Program Kesehatan: Menjadi acuan dalam mengevaluasi efektivitas program penanggulangan anemia di wilayah kerja Puskesmas

1.5.3 Manfaat bagi peneliti

1. Menambah Wawasan Ilmiah: Peneliti memperoleh pengetahuan dan pengalaman baru dalam bidang gizi dan kesehatan, khususnya terkait intervensi pangan untuk meningkatkan kadar hemoglobin.
2. Pengembangan Kemampuan Metodologis: Penelitian ini membantu peneliti dalam mengembangkan keterampilan menyusun rancangan penelitian, melakukan pengumpulan dan analisis data, serta menarik kesimpulan ilmiah.

1.5.4 Manfaat bagi institusi Pendidikan

Sebagai sumber bacaan dan untuk bahan perpustakaan bagi kampus Universitas Bina Bangsa Getsempena dan sebagai referensi untuk pengembangan penelitian selanjutnya