

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan adalah kondisi fisiologis yang dimulai dengan pembuahan atau penggabungan sperma dengan sel telur, diikuti dengan implantasi zigot ke dalam endometrium, dan berlanjut hingga proses persalinan. Selama masa kehamilan, tubuh mengalami berbagai adaptasi fisiologis dan psikologis, yang meliputi perubahan hormon, metabolisme, serta sistem hematologi guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin. Secara klinis, kehamilan dibagi menjadi tiga fase trimester, yaitu trimester I (1–12 minggu), trimester II (13–27 minggu), dan trimester III (28–40 minggu). Dalam proses ini, berbagai masalah kesehatan dapat muncul dan berpotensi memengaruhi kondisi ibu maupun janin serta meningkatkan risiko morbiditas dan mortalitas. Selama masa ini, terjadi perubahan fisiologis yang signifikan, termasuk peningkatan volume darah (hemodilusi). Namun, peningkatan volume plasma yang tidak sebanding dengan produksi sel darah merah sering kali menyebabkan penurunan kadar hemoglobin (Hb), yang dikenal sebagai anemia fisiologis.

Data global *World Health Organization* pada tahun 2023 menunjukkan bahwa sekitar 30,7% wanita usia reproduksi mengalami anemia, dengan prevalensi 35,5% pada ibu hamil dan hampir 39,8% pada anak usia 6–59 bulan. Angka tersebut menunjukkan bahwa anemia masih menjadi permasalahan kesehatan global yang memerlukan perhatian serius. Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia masih tergolong tinggi, mencapai angka 37,1%. (Kementrian RI, 2024).

Anemia pada kehamilan, terutama anemia defisiensi besi, memiliki dampak serius seperti risiko perdarahan saat persalinan, kelahiran prematur, hingga Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). Resiko anemia meningkat pada kehamilan dan berkaitan dengan asupan besi tidak adekuat dibandingkan kebutuhan pertumbuhan janin yang cepat. Anemia merupakan salah satu kondisi tubuh dimana jumlah dan ukuran sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) lebih rendah dari normal, yang akan mengakibatkan terganggunya distribusi oksigen oleh darah ke seluruh tubuh (Fitriany & Saputri, 2018).

Kondisi ini sangat dipengaruhi oleh kecukupan nutrisi pada hamil. Nutrisi pada ibu hamil didefinisikan sebagai zat-zat yang terkandung dalam makanan yang dibutuhkan tubuh untuk pertumbuhan janin, pembentukan plasenta, serta menjaga kesehatan ibu. Kekurangan asupan nutrisi, terutama zat besi dan protein, dapat menyebabkan rendahnya kadar hemoglobin dalam darah karena molekul hemoglobin dibentuk dari ikatan zat besi dengan protein. Zat besi adalah bahan baku utama pembentuk hemoglobin. Berdasarkan sumbernya, zat besi terbagi menjadi: Heme (Hewani) Memiliki bioavailabilitas (daya serap) tinggi. Sumbernya meliputi daging merah, hati sapi/ayam, ikan, dan telur. Dan yang kedua yaitu Non-Heme (Nabati) Sumbernya berasal dari bayam, brokoli, daun kelor, kacang-kacangan (kedelai, buncis), serta sereal yang diperkaya zat besi. Kebutuhan zat besi meningkat drastis seiring bertambahnya usia kehamilan, dari 0,8 mg/hari pada trimester I menjadi 6,3 mg/hari pada trimester III.

Sebagai upaya pencegahan, pemerintah mewajibkan pemberian tablet Fe (Zat Besi) minimal 90 tablet selama masa kehamilan. Selain tablet Fe

tunggal, World Health Organization (WHO) kini juga merekomendasikan penggunaan Multiple Micronutrient Supplementation (MMS) untuk memenuhi kebutuhan berbagai mikronutrien sekaligus guna mencegah malnutrisi pada ibu hamil.

Namun, kepatuhan konsumsi tablet Fe terkadang terhambat oleh efek samping seperti mual. Oleh karena itu, diperlukan alternatif nutrisi tambahan dari bahan pangan alami seperti Buah naga. Buah naga mengandung beragam nutrisi penting di dalam buah naga, seperti vitamin C, vitamin B1 (tiamin), vitamin B2 (riboflavin), karbohidrat, protein, antioksidan, serat, serta zat besi 0,65 mg. Dalam 100 gram buah naga 0,16 mg zat besi, kebutuhan zat besi ibu hamil perhari sebesar 0,8 mg. zat besi ini akan diubah menjadi darah merah sel-sel, sehingga bermanfaat untuk hamil Wanita yang cenderung mengalami anemia (Alyu et al., 2021)

Pada penelitian sholeha dkk,(2020) pemberian jus buah naga mempengaruhi kadar hemoglobin pada ibu hamil. Buah naga merupakan salah satu alternatif nutrisi yang potensial. Buah naga mengandung zat besi (Fe) Sebesar 60,4 mg dan vitamin C sebanyak 9,4 mg. dengan mengkonsumsi buah naga dapat menaikkan kadar hemoglobin pada ibu hamil sebesar 1,82% dengan mengkonsumsi buah naga sebanyak 250 gr/ 1 potong ukuran sedang per hari selama 14 hari. Dari keempat penelitian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa yang paling efisien untuk menaikkan hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia Adalah buah naga dengan presentasi kenaikan 1,82%. Dengan mengkonsumsi buah naga terutama pada ibu hamil dapat menaikkan jumlah hemoglobin dan daya tahan tubuh, dan juga baik untuk sisten pencernaan, peredaran darah, mengurangi stress, emosional serta

menetralkan toksit dalam darah. Buah naga banyak mengandung zat besi, asam folat, organik, protein, mineral seperti kalsium, magnesium, kalsium dan vitamin C, sehingga baik di konsumsi ibu hamil untuk pencegahan anemia. Tingginya zat besi pada buah naga dapat membantu pada proses absorbs besi, meningkatkan pembentukan darah, menjaga daya tahan dan kekebalan tubuh. Suryana (2018) menyatakan bahwa buah naga Adalah satu sumber kalsium dan zat besi yang tinggi. Kalsium juga diperlukan oleh ibu hamil untuk meningkatkan fungsi otot dan transmisi syaraf. Ibu hamil dengan anemia saat persalinan nanti beresiko mengalami partus lama (Mohctar 2014).

Kejadian anemia atau kekurangan darah pada ibu hamil di Indonesia masih tergolong tinggi, yaitu sebanyak 48,9% (menurut Kemenkes RI tahun 2019). Kondisi ini mengatakan bahwa anemia cukup tinggi di Indonesia dan menunjukan angka mendekati masalah Kesehatan Masyarakat berat (sever public health problem) dengan batas prevalensi anemia lebih dari 40% (kemenkes RI, 2013). Data anemia pada ibu hamil di Jawa Barat tahun 2025 yaitu 42,6%-13,8%, berdasarkan data angka kematian ibu (AKI) di Kabupaten Garut tahun 2024 hingga triwulan III hasil evaluasi mencapai 36 kasus dan ini terjadi penurunan 14 kasus dibanding triwulan III Tahun 2023. Karena, kasus tersebut terjadi disebabkan dari komplikasi non obstetrik 28%, eklampsia 25%, perdarahan 16%, infeksi 14% dan komplikasi obstetrik lainnya 14% . Data tahun 2020 menunjukkan angka kejadian ibu hamil dengan anemia di wilayah tertentu (studi kasus spesifik) di Garut mencapai 21 orang (10,3%).

Berdasarkan data awal di wilayah Kerja Puskesmas Maroko tercatat populasi ibu hamil sebanyak 310 Orang ditemukan ada 40 Orang ibu hamil yang mengalami anemia setelah di cek Kesehatan diposyandu, sehingga tim Kesehatan dari puskesmas setempat memberikan tablet tambah darah secara rutin, tetapi banyak ibu hamil di wilayah tersebut mengeluh efek samping pasca konsumsi tablet Fe khususnya gejala mual dan pusing. Keluhan subjektif ini berdampak pada rendahnya Tingkat kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe, sehingga peningkatan kadar Hb tidak berjalan optimal.

Anemia dipengaruhi oleh keseimbangan mikronutrien. Jika ibu hamil hanya mengandalkan tablet Fe namun memiliki pola makan kurang mengkonsumsi protein hewani yang rendah dan buah-buahan, maka zat besi tersebut tidak akan terproses menjadi hemoglobin secara optimal. Buah naga mengisi celah nutrisi tersebut dengan menyediakan kofaktor organik yang diperlukan untuk sintesis sel darah merah. Hal ini selaras dengan profil Kementerian Kesehatan RI yang menyebutkan bahwa efek samping gastrointestinal merupakan hambatan utama program suplementasi zat besi.

Mengingat rendahnya kepatuhan konsumsi tablet Fe akibat efek samping serta pentingnya keseimbangan mikronutrien dalam pembentukan hemoglobin, maka diperlukan pendekatan tambahan melalui pemanfaatan sumber nutrisi alami seperti buah naga. Dengan demikian, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui pengaruh pemberian buah naga terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia. Buah naga merah (*Hylocereus polyrhizus*) menawarkan Solusi karena kandungan zat besinya yang tinggi serta

vitamin C yang membantu penyerapan tanpa memicu rasa mual yang berat. Dengan pemberian buah naga sebagai terapi pendamping, diharapkan kebutuhan zat besi ibu hamil dapat terpenuhi dengan cara lebih nyaman.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang diambil adalah “Bagaimana Perbedaan Efektifitas Pemberian Tablet Fe dengan Tablet Fe Dan Buah Naga Merah Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil dengan Anemia di wilayah kerja UPT Puskesmas Maroko?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbandingan kenaikan kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia yang diberikan tablet fe dengan tablet fe dan buah naga di wilayah kerja UPT Puskesmas Maroko.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi rerata kenaikan kadar Hb pada ibu hamil kelompok kontrol dengan anemia sebelum dan sesudah diberikan Tablet Fe di wilayah kerja UPT Puskesmas Maroko.
2. Mengidentifikasi rerata kenaikan kadar Hb pada ibu hamil kelompok intervensi dengan anemia sebelum dan diberikan tablet Fe dan buah naga merah di wilayah kerja UPT Puskesmas Maroko.
3. Menganalisis perbandingan kadar Hb pada ibu hamil kelompok kontrol dengan anemia yang diberikan tablet Fe dengan kelompok

intervensi tablet Fe dan buah naga di wilayah kerja UPT Puskesmas Maroko.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan kebidanan dan keperawatan mengenai pemanfaatan terapi komplementer berbasis nutrisi buah local untuk mengatasi anemia pada ibu hamil. Memberikan dasar ilmiah dan data pendukung bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan studi mengenai efektivitas zat besi dari buah-buahan swbagai pendamping suplementasi Tablet Fe. Memperkuat teori mengenai peran sinergis antara zat besi dan vitamin C dalam buah naga terhadap proses metabolisme pembentukan hemoglobin.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Ibu hamil

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat langsung bagi ibu hamil, dalam menambah wawasan dan informasi mengenai cara alami meningkatkan kadar Hb secara efektif dan aman selama kehamilan.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Bagi tenaga kesehatan, khususnya bidan dan petugas kesehatan di puskesmas, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi terhadap pelaksanaan program anemia dan dapat memberikan referensi dalam pemberian edukasi gizi dan edukasi asuhan kebidanan untuk menekan angka kejadian anemia.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Peneliti (Tahun)	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan Penelitian
1	Eka Bintari, dkk. (2021)	Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Anemia	Quasi eksperimen dengan desain pretest–posttest with control group	Terdapat perbedaan yang signifikan antara pemberian jus buah naga dan tablet Fe dengan pemberian tablet fe saja pada ibu.	Penelitian sebelumnya memilih intervensi dalam bentuk jus sehingga zat besi dan vitamin c terlepas dari matrikks seratnya sekarang berbentuk potong nutrisi masih terikat dalam serat.
2	Willy Astriani (2023)	Pengaruh Pemberian Jus Naga Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil	Quasi eksperimental dengan rancangan one group pre test and post test	Perbedaan kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil sebelum dan sesudah mengkonsumsi buah naga disebabkan karena asupan nutrisi yang tidak cukup.	Penelitian terdahulu fokus sebagai tambahan makanan bagi ibu yang kurang gizi, penelitian sekarang fokus pada terapi komplementer untuk mengatasi hambatan klinis.
3	Nani Soleha, dkk. (2021)	Pemberian Jus Buah Naga Mempengaruhi	Quasi eksperimen	Jus buah naga dapat menambah zat gizi yang hilang dan meningkatnya	Penelitian terdahulu membahas menyelesaikan

No	Peneliti (Tahun)	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan Penelitian
		Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil		kebutuhan nutrisi ibu selama hamil.	masalah mal nitrisi, penelitian sekarang menyelesaikan masalah efikasi dan toleransi.
4	Frani Mariana (2025)	Edukasi Kearifan Lokal Jus Buah Naga Untuk meningkatkan HB Pada Ibu Hamil	Penyuluhan Dan Diskusi	Ibu hamil dapat menjaga pentingnya menjaga kadar HB dan mengetahui Solusi	Penelitian terdahulu bersifat deskriptif, penelitian sekarang bersifat analik/eksperimental
5	Vera safila, dkk. (2023)	Perbandingan Efektifitas Pemberian Jus Buah Naga dan Tablet Fe terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada ibu hamil anemia	Quasi eksperimen dengan desain pretest–posttest with control group	Pemberian tablet Fe sangat penting untuk meningkatkan kadar hb dan pemberian fe disertai jus buah naga.	Penelitian terdahulu menghasilkan data tentang seberapa besar peningkatan hb dari kombinasi farmakologi dan nutrisi, penelitian sekarang menghasilkan rekomendasi asuhan kebidanan komplementer