

Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil Trimester III dengan Anemia

Lutfiah Febriana^{1*}, Nina Zuhana²

^{1,2} Prodi Diploma Tiga Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Indonesia

*email: lutfiahfebriana2@gmail.com

Abstract

Anemia is a condition where the level of hemoglobin in the blood is less than the normal limit (<12 g%) caused by a lack of iron in the body due to malnutrition. While anemia in pregnancy is a condition where the hemoglobin level in pregnant women is <11gr% or <10.5gr% in third trimester pregnant women which generally occurs due to the hemodilution process. The purpose of this case to find out the cause of anemia in late pregnancy and the treatment that can be done to prevent complications that occur with care to routinely consume blood-added tablets (Fe) and recommend foods high in iron. This care design used a comprehensive care method for pregnant women in the third trimester who experience mild anemia (haemoglobin <10,5gr%) in Kalimade Village, Kesesi District, Pekalongan Regency. The results of this care showed an increase in hemoglobin levels in the mother. The conclusion of this case study shows that regularly consuming Fe tablets can increase hemoglobin levels in the blood so that it can prevent and treat anemia. For this reason, pregnant women are expected to routinely consume Fe tablets during pregnancy and midwives are expected to provide education about the benefits of Fe tablets to pregnant women to prevent anemia.

Keywords: Haemoglobin; Anemia; Pregnancy

Abstrak

Anemia merupakan suatu kondisi dimana kadar *haemoglobin* dalam darah kurang dari batas normal (<12 gr%) yang disebabkan karena kurangnya zat besi didalam tubuh akibat kurang gizi. Sedangkan anemia pada kehamilan adalah kondisi dimana kadar haemoglobin pada ibu hamil <11gr% atau <10,5gr% pada ibu hamil trimester III yang umumnya terjadi karena adanya proses *hemodilusi*. Tujuan dari kasus ini yaitu untuk mengetahui penyebab terjadinya anemia pada kehamilan lanjut serta penanganan yang dapat dilakukan guna mencegah terjadinya komplikasi yang mungkin terjadi dengan asuhan untuk rutin mengkonsumsi tablet tambah darah (Fe) serta anjuran mengkonsumsi makanan tinggi zat besi. Rancangan Asuhan ini menggunakan metode asuhan komprehensif pada ibu hamil trimester III yang mengalami anemia ringan (Haemoglobin <10,5gr%) di Desa Kalimade Kecamatan Kesesi Kabupaten Pekalongan. Hasil asuhan ini menunjukkan adanya peningkatan kadar haemoglobin pada ibu. Simpulan studi kasus ini menunjukkan bahwa dengan rutin mengkonsumsi tablet Fe dapat meningkatkan kadar Haemoglobin dalam darah sehingga dapat mencegah serta mengobati anemia. Untuk itu ibu hamil diharapkan agar rutin mengkonsumsi tablet Fe selama kehamilan. Bidan diharapkan agar bisa memberikan edukasi tentang manfaat tablet Fe pada ibu hamil guna mencegah terjadinya anemia.

Kata kunci: Haemoglobin; Anemia; Kehamilan

1. Pendahuluan

Kehamilan umumnya akan berlangsung secara normal yaitu sekitar 80-90% dan hanya 10-12% kehamilan yang disertai dengan penyulit atau berkembang menjadi kehamilan patologis. Anemia kehamilan merupakan salah satu faktor resiko yang mungkin terjadi selama kehamilan, terutama pada kehamilan trimester akhir dimana terjadi proses *hemodilusi* atau pengenceran darah. Pada kejadian ini, volume darah akan meningkat sampai 35%. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan bahwa ada sekitar 35-75% ibu hamil di Negara berkembang mengalami anemia dan jumlah ini semakin meningkat seiring bertambahnya usia kehamilan. Di Indonesia, ibu hamil yang mengalami anemia masih terbilang cukup tinggi yaitu 63,5% [1]. Menurut Departemen Kesehatan RI angka anemia pada ibu hamil mengalami peningkatan sejak tahun 2013 hingga 2018 yaitu dari 31,7% menjadi 48,9% [2].

Anemia selama kehamilan dapat berdampak pada kehamilan, persalinan dan masa nifas seperti terjadinya abortus, partus premature, hambatan dalam tumbuh kembang janin, perdarahan antepartum, dan bisa juga mengakibatkan ketuban pecah dini [3]. Oleh karena itu, antenatal care sangat penting dilakukan sebagai upaya deteksi dini adanya tanda bahaya selama kehamilan, sehingga dapat mencegah komplikasi atau penyulit lain selama masa persalinan dan nifas.

2. Literature Review

Kehamilan merupakan suatu proses yang alamiah dan fisiologis. Setiap wanita yang memiliki organ reproduksi sehat, jika wanita telah mengalami menstruasi dan melakukan hubungan seksual bersama seorang pria yang organ reproduksinya sehat, maka besar kemungkinan akan terjadi kehamilan [4]. Perubahan pada tubuh banyak terjadi selama kehamilan, salah satunya jumlah volume darah yang semakin meningkat.

Perubahan hematologi pada kehamilan disebabkan oleh perubahan sirkulasi yang semakin meningkat pada plasenta dan payudara. Volume plasma meningkat sebesar 45-65% pada trimester kedua kehamilan, puncaknya terjadi pada bulan ke-9 dengan peningkatan sebesar 1000 ml, menurun menjelang aterm dan kembali normal pada tiga bulan setelah ibu melahirkan. Selama kehamilan, volume darah pada ibu mengalami peningkatan yang disebut *hiperemia* atau *hipervolumia*. Kondisi ini menyebabkan pengenceran darah karena penambahan sel darah tidak sebanding dengan penambahan plasma darah. Secara fisiologis kondisi ini bertujuan untuk membantu meringankan kerja jantung.

Selain akibat pengenceran volume darah, anemia defisiensi besi juga dapat disebabkan oleh kurangnya zat besi dalam makanan, peningkatan kebutuhan zat besi, gangguan pencernaan, kehilangan darah dalam jumlah banyak, dan penyakit-penyakit kronik seperti TBC, Malaria, cacing usus dan lain sebagainya.

1. Manifestasi klinis

Gejala awal yang mungkin muncul apabila ibu mengalami anemia antara lain lemah, kurang nafsu makan, kurang energi, konsentrasi menurun, sakit kepala, mudah terinfeksi penyakit, mata berkunang-kunang, selain itu kelopak mata,

bibir dan kuku tampak pucat serta pembesaran limfa. Gejala tersebut akan terlihat jika kadar Hb <7 gr%.

2. Dampak anemia

Ibu hamil yang mengalami anemia dapat mengakibatkan kematian janin di dalam kandungan, abortus, cacat bawaan, BBLR, anemia pada bayi yang dilahirkan, hal ini menyebabkan morbiditas dan mortalitas ibu dan kematian perinatal meningkat. Kemungkinan ibu dengan anemia untuk melahirkan BBLR dan prematur juga semakin besar [5].

3. Cara pencegahan anemia

Beberapa hal yang dapat dilakukan sebagai upaya pencegahan terjadinya anemia yaitu Makan-makanan yang mengandung banyak zat besi seperti daging merah, sayuran hijau misalnya bayam, kacang-kacangan dan buah-buahan. Minum tablet tambah darah sehari 1 tablet atau minimal 90 tablet selama hamil

4. Penatalaksanaan pada anemia :

- a. Menambah pemasukan zat besi dengan minum tablet tambah darah. Pemberian zat besi sebanyak 30 gram/hari diharapkan dapat meningkatkan kadar hemoglobin sebesar 0,3 dl/gr/minggu atau dalam 10 hari. Diminum menggunakan air putih, jangan dengan teh, kopi atau susu karena dapat mengganggu penyerapan zat besi serta dianjurkan minum saat malam hari untuk mengurangi efek samping mual.
- b. Konsumsi makanan yang mengandung zat besi tinggi, dari bahan makanan hewani (daging, ikan, ayam, hati, telur) dari bahan makanan nabati (sayuran hijau tua, kacang-kacangan, tempe). Selain itu perlu juga buah dan sayur yang mengandung vitamin C (daun katuk, daun singkong, bayam, jambu, tomat, jeruk dan nanas) yang sangat bermanfaat untuk meningkatkan penyerapan zat besi dalam usus.

3. Metode

Metode yang dilakukan pada karya tulis ilmiah ini adalah metode studi kasus. Lokasi pelaksanaan studi kasus ini dilaksanakan di Desa Kalimade Kecamatan Kesesi Kabupaten Pekalongan. Studi kasus ini menggunakan subyek ibu hamil trimester III yang dilakukan asuhan kebidanan secara komprehensif sejak kehamilan trimester III. Subyek studi kasus yang digunakan yaitu ibu hamil dengan kadar haemoglobin 10 gr% atau masuk dalam kategori anemia ringan. Asuhan yang diberikan yaitu dengan memotivasi ibu untuk rutin minum tablet tambah darah secara rutin 1 kali sehari saat malam menggunakan air putih selama 1 bulan penuh atau 30 hari untuk dievaluasi pada hari ke-30 apakah ada peningkatan pada kadar haemoglobin ibu. Asuhan diberikan selama masa kehamilan hingga persalinan sebagai upaya pencegahan terjadinya perdarahan saat persalinan yang mungkin terjadi akibat dari anemia selama kehamilan.

4. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Hasil studi kasus didapatkan bahwa pada kunjungan pertama kadar Hb 10gr%. Menurut Manuba, dikatakan anemia ringan apabila Hb berkisar antara 9-10 gr%, dan dapat disebabkan karena adanya kerusakan pada sel darah merah, gangguan pembentukan darah, kekurangan gizi, kehilangan darah baik yang akut maupun kronis [6].

Penulis memberikan asuhan berupa anjuran agar ibu rutin minum tablet tambah darah sekali sehari serta memperbanyak konsumsi makanan yang mengandung zat besi sesuai dengan pendapat Pudiastuti bahwa ibu hamil harus banyak mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi tinggi serta minum tablet tambah darah sekali sehari dengan dosis 60 mg selama masa kehamilan minimal sebanyak 90 tablet.

Setelah 1 bulan penulis melakukan evaluasi dengan melakukan cek ulang kadar haemoglobin didapatkan hasil kadar Hb 10,8gr% yaitu terjadi peningkatan kadar Hb antara sebelum dan sesudah pemberian asuhan kebidanan.

Pembahasan

Volume plasma darah selama kehamilan mengalami peningkatan sebesar 45-65% atau sebanyak 1000 ml, hal tersebut yang mengakibatkan terjadinya hemodilusi atau hipervolumia dimana jumlah sel darah merah (haemoglobin) lebih sedikit dibandingkan dengan jumlah plasma darah. Jumlah haemoglobin yang dibawah normal (<10,5gr%) pada ibu hamil trimester III maka dikategorikan ke dalam anemia ringan pada kehamilan.

Hasil asuhan yang dilakukan menunjukkan bahwa ibu hamil yang rutin mengonsumsi makanan tinggi zat besi dan tablet Fe selama kehamilan dapat membantu mempertahankan jumlah zat besi dalam tubuh sehingga mencegah terjadinya anemia. Sesuai dengan pendapat Pudiastuti bahwa ibu hamil harus banyak mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi tinggi serta minum tablet tambah darah sekali sehari dengan dosis 60 mg selama masa kehamilan minimal sebanyak 90 tablet. Menurut Sulistyoningih, mengatakan bahwa untuk anemia ringan atau kadar Hb 9-11 gr% diberikan terapi oral berupa tablet tambah darah 60 mg/hari selama satu bulan yang diharapkan dapat meningkatkan Hb sebesar 1 gr%.

Setelah dilakukan asuhan berupa anjuran minum tablet tambah darah yang mengandung *Ferrous Fumarate* 60 mg dan *Folic Acid* 0,40 mg 1 kali sehari setiap malam, serta konsumsi makanan yang mengandung zat besi, pada kunjungan ke-4 penulis melakukan evaluasi dengan pemeriksaan Hb ulang menggunakan alat cek haemoglobin merk Easy Touch GCHb dan didapatkan hasil Hb 10,8 gr%, ibu mengalami kenaikan Hb sebesar 0,8 gr%. Menurut Mangkuji 60 mg zat besi yang diberikan selama sebulan dapat meningkatkan kadar Hb sebesar 1 gr%.

5. Kesimpulan

Setelah dilakukan asuhan secara komprehensif, didapatkan kesimpulan bahwa anemia yang terjadi selama kehamilan dipengaruhi oleh perubahan fisiologis pada peningkatan volume darah. Selain itu juga karena kurang nya zat besi dalam tubuh

sehingga asuhan yang diberikan pada ibu berupa anjuran untuk rutin minum tablet Fe selama kehamilan dan mengkonsumsi makanan tinggi zat besi sudah sesuai.

Dari hasil yang sudah dijabarkan dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh antara rutin mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia. Sehingga penulis berharap pada ibu hamil untuk tetap mengkonsumsi tablet Fe minimal 90 tablet selama kehamilan atau 1 kali sehari sebagai upaya untuk meningkatkan kadar Hb dan menekan agar anemia tidak bertambah parah.

Referensi

- [1] Mangkuji, B, Ginting, I dan Lubis, Rismahara, 2014. *"Asuhan Kebidanan 7 langkah SOAP"*, Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran.
- [2] Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018), Badan penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI tahun 2018. Diakses dari : <https://kesmas.kemkes.go.id>
- [3] Romauli, S, 2014. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan I Konsep Dasar Asuhan Kehamilan*. Yogyakarta : Nuha Medika
- [4] Mandriwati, A, Harini, D, dan Javani, 2018,. *Asuhan Kebidanan Kehamilan Berbasis Kompetensi*, Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran.
- [5] Sulistyoningih, Haryani, 2012, *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*, Yogyakarta: Graha Ilmu.
- [6] Bartini, I, 2017, *ANC Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Normal dilengkapi panduan Praktikum dan Senam Hamil*, Yogyakarta : Nuha Medika.