BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah kesehatan global yang terjadi pada masa kehamilan salah satunya yaitu anemia. Anemia kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar hemoglobin kurang dari 11 gr/dL, disebabkan karena ketidakmampuan jaringan pembentuk sel darah merah dalam memproduksi hemoglobin (Proverawati, 2011). Di Indonesia, ibu hamil dengan anemia masih menjadi masalah kesehatan, hal tersebut terlihat dari masih tingginya prevalensi anemia menurut Riskesdas tahun 2018 sebesar 48,9% ibu hamil mengalami anemia, angka ini meningkat 11,8% dari data Riskesdas tahun 2013 dan prevalensi ini juga lebih tinggi dibandingkan dengan ibu hamil anemia di Asia yaitu 48,7% (WHO, 2011). Anemia dapat memberikan dampak yang kurang baik pada ibu dan bayi, seperti bayi yang dilahirkan dengan berat badan kurang, gangguan pertumbuhan dan mudah terkena infeksi. Ibu hamil yang mengalami anemia dapat menyebabkan pendarahan pasca melahirkan, melahirkan premature dan infeksi saat atau pasca melahirkan (Prawiroharjo, 2014).

Pencegahan anemia selama masa kehamilan dapat dilakukan dengan pemberian 90 tablet tambah darah selama kehamilan dengan dosis 60-120 mg/hari (Kemenkes RI, 2019). Penelitian yang dilakukan (Fajrin, 2020) sebanyak 12 responden yang patuh mengkonsumsi tablet Fe, terdapat 83,4% dengan kategori tidak anemia dan 16,6% kategori anemia, artinya terdapat pengaruh antara kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian

anemia pada ibu hamil dengan *p-value* 0,011. Namun, beberapa ibu hamil yang mengkonsumsi tablet Fe merasakan efek samping seperti mual, muntah, konstipasi dan pusing. Penelitian Baharini (2017) mengenai hubungan efek samping suplemen zat besi dengan kepatuhan ibu hamil menyatakan dari 90 responden sebanyak 64,4% responden mengaku merasakan efek samping setelah meminum tablet Fe, efek samping tersebut diantaranya mual muntah (60,3%), konstipasi (31%) dan pusing (17,2%). Penelitian lainnya yang dilakukan Hidayah (2012) menyebutkan bahwa ibu yang tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe (49,1%) dipengaruhi oleh efek samping yang dirasa kurang nyaman oleh ibu setelah mengkonsumsinya, seperti mual, muntah dan nyeri ulu hati.

Selama masa kehamilan terjadi peningkatan kebutuhan gizi untuk memenuhi kebutuhan ibu dan perkembangan janin yang dikandung. Pola makan yang salah pada ibu hamil akan berpengaruh terhadap gangguan gizi seperti defisiensi zat besi yang menjadi salah satu penyebab terjadinya anemia (Florencia, 2016). Peningkatan kebutuhan zat besi yang hampir dua hingga tiga kali lipat pada ibu hamil akibat peningkatan volume darah 30-40% tanpa ekspansi volume plasma menyebabkan ibu hamil sangat rentan mengalami defisiensi zat besi. Defisiensi zat besi berpengaruh pada proses sintesis hemoglobin, sehingga konsentrasi hemoglobin dalam sel darah merah dapat berkurang (Wulandari, 2015).

Konsumsi jus buah dan sayur yang mengandung zat besi tinggi dapat menjadi alternatif bagi ibu hamil untuk membantu menambah asupan zat besi dan mencegah terjadinya defisiensi zat besi. Minuman jus merupakan suatu produk buah atau sayur yang telah diolah serta kaya akan

kandungan gizi dan memiliki rasa yang menyegarkan, biasanya jus dapat dibuat hanya dengan satu jenis bahan atau lebih dan dapat ditambahkan bahan lainnya (Syaefudiin, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Jaya (2020) mengenai manfaat bayam merah disertai tablet Fe dalam meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil bahwa terdapat pengaruh signifikan konsumsi bayam merah dan tablet Fe terhadap kadar hemoglobin ibu hamil dengan p-value 0,000. Penelitian ini didukung oleh Retnorini (2017) yang menjelaskan bahwa ada perbedaan kadar hemoglobin ibu hamil anemia antara sesudah dan sebelum mengkonsumsi tablet Fe dan sari kacang hijau dengan *p-value* 0,000.

Penelitian dengan hasil yang berbeda dilakukan oleh Jayanti (2018) menyatakan bahwa pemberian jus jambu biji dan tablet Fe tidak memiliki pengaruh terhadap kadar hemoglobin ibu hamil dengan p-value 0,439, tetapi ditemukan peningkatan kadar hemoglobin sebesar 1,1 g/dL pada ibu hamil yang diberikan jus jambu biji disertai tablet Fe selama 20 hari. Penelitian dengan hasil serupa yang dilakukan Aulia (2018) menyatakan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan terhadap kadar hemoglobin ibu hamil setelah mengkonsumsi sari kacang hijau dan tablet Fe dengan p-value 0,453. Namun terjadi peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang diberikan sari kacang hijau disertai tablet Fe selama 20 hari sebesar 0,84 g/dL. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik melakukan study literature dari beberapa artikel penelitian terkait efek pemberian jus buah dan sayur disertai tablet Fe terhadap kadar hemoglobin ibu hamil anemia.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan permasalahan yang akan dikaji yaitu “Bagaimana efek pemberian jus buah atau sayur sumber zat besi disertai tablet tambah darah terhadap kadar hemoglobin ibu hamil anemia?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Mengkaji beberapa artikel ilmiah yang membahas efek pemberian jus buah dan sayur disertai tablet tambah darah terhadap kadar hemoglobin ibu hamil anemia.

2. Tujuan Khusus

   a. Mendeskripsikan dan mengkaji karakteristik responden dan metode penelitian masing-masing artikel.

   b. Mendeskripsikan dan mengulas intervensi pemberian jus buah dan sayur sumber zat besi *non-heme.*

   c. Mengkaji efek pemberian jus buah atau sayur sumber zat besi *non-heme* terhadap kadar hemoglobin ibu hamil anemia.

D. Manfaat Penelitian

Narrative Review ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi peneliti dan masyarakat umum khususnya ibu hamil, yaitu :

1. Bagi peneliti

   Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi untuk melakukan penelitian selanjutnya dengan variabel yang lebih luas.

2. Bagi Pembaca

Masyarakat dan khususnya bagi ibu hamil mendapatkan informasi mengenai pemberian jus buah atau sayur sumber zat besi *non-heme* dan tablet tambah darah terhadap kadar hemoglobin bagi ibu hamil anemia.