

**ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU HAMIL DENGAN PEMBERIAN PISANG
AMBON DALAM PENATALAKSANAAN ANEMIA RINGAN**

Yuhelva Destri

STIKes Adila

Yuhelvadestri85@gmail.com, 082181999092

ABSTRAK

World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa 35-75% ibu hamil di Negara berkembang dan 18% ibu hamil di Negara maju mengalami anemia. Beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya anemia secara umum karena kurangnya zat besi untuk pembentukan darah. Tujuan penelitian ini untuk memberikan asuhan kebidanan terhadap Ny. E usia kehamilan 30 minggu dengan pemberian pisang ambon dalam penatalaksanaan anemia ringan di PMB Rosbiatul Adawiyah Bandar Lampung tahun 2020. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif dengan pendekatan *case study*. Jenis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu data primer yang diperoleh dari wawancara, observasi, pemeriksaan fisik dan data sekunder diperoleh dari studi kepustakaan dan studi dokumentasi. Asuhan dilakukan dari tanggal 20 Juli s/d 15 Agustus 2020. Setelah diberikan asuhan dengan mengkonsumsi pisang ambon sebanyak 2 buah setiap hari terjadi peningkatan hemoglobin dari 10,4gr/dl menjadi 12,4gr/dl. Pisang ini diperkaya zat besi yang efektif untuk mengendalikan kekurangan zat besi dan hampir seluruhnya dapat diserap tubuh. Pisang banyak mengandung asam folat atau vitamin B6 yang larut dalam air, yang diperlukan untuk membuat asam nukleat dan hemoglobin dalam sel darah merah. Pemberian Pisang Ambon pada ibu hamil yang mengalami anemia dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin.

Kata kunci: Pisang ambon, anemia

ABSTRACT

The World Health Organization (WHO) estimates that 35-75% of pregnant women in developing countries and 18% of pregnant women in developed countries are anemic. Several factors that cause anemia in general due to lack of iron for blood formation. The purpose of this study was to provide midwifery care for Ny. E 30 weeks gestation by giving Ambon bananas in the management of mild anemia at PMB Rosbiatul Adawiyah Bandar Lampung in 2020. The method used in this study is a descriptive method with a case study approach. The types of data used in this study are primary data obtained from interviews, observations, physical examinations and secondary data obtained from literature studies and documentation studies. The care was carried out from 20 July to 15 August 2020. After being given care by consuming 2 Ambon bananas every day there was an increase in hemoglobin from 10.4gr/dl to 12.4gr/dl. Bananas are fortified with iron which is effective for controlling iron deficiency and almost entirely can be absorbed by the body. Bananas contain a lot of folic acid or water-soluble vitamin B6, which is needed to make nucleic acid and hemoglobin in red blood cells. Giving Ambon bananas to pregnant women who have anemia can help increase hemoglobin levels.

Keywords: Ambon banana, anemia

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses dari kehidupan seorang wanita, dimana dengan adanya proses ini akan menyebabkan perubahan pada ibu tersebut yang meliputi perubahan fisik, mental, dan sosialnya. Dalam perubahan-perubahan tersebut tentunya tak lepas dari adanya faktor-faktor yang mempengaruhinya, yaitu fisik, psikologis, lingkungan, sosial budaya dan ekonomi. Dalam kehidupan, walaupun hal tersebut adalah suatu hal yang normal, potensi terjadinya komplikasi pada wanita dan bayi tetap ada. (Vivian, 2012)

Komplikasi yang sering terjadi pada kehamilan diantaranya yaitu hiperemesis gravidarum, anemia kehamilan, hipertensi, preeklamsia dan eklamsia. (Rukiyah dan Yulianti 2015). Anemia merupakan suatu keadaan adanya penurunan kadar hemoglobin, hematokrit dan jumlah eritrosit dibawah nilai normal. Penderita anemia lebih sering disebut kurang darah, kadar sel darah merah (hemoglobin) dibawah nilai normal. Anemia pada kehamilan didefinisikan sebagai penurunan kadar Hemoglobin kurang dari 11 gr% selama masa kehamilan pada trimester I dan III dan kurang dari 10 gr% selama masa postpartum dan trimester II (Manuaba, 2014).

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya anemia secara umum bisa karena kurangnya zat besi untuk pembentukan darah, misalnya zat besi, asam folat dan vitamin B12. Tetapi yang sering

terjadi adalah anemia karena kekurangan zat besi. (Rukiyah dan Yulianti, 2015)

World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa 35-75% ibu hamil di Negara berkembang dan 18% ibu hamil di Negara maju mengalami anemia. Namun banyak diantara mereka telah menderita anemia pada saat konsepsi, dengan memperkirakan prevalensi sebesar 43% pada perempuan yang tidak hamil di Negara berkembang dan 12% di Negara yang lebih maju (Prawirohardjo, 2016).

Dampak anemia pada kehamilan adalah abortus (60,5%), premature (55,6%), hambatan tumbuh kembang janin(40,6%), infeksi, perdarahan antepartum, KPD, saat persalinan dapat mengakibatkan (gangguan his, infeksi puerperium, serta berkurangnya produksi ASI) (Pratiwi dan Fatimah, 2019). Pada bayi dapat terjadi IUFD, BBLR, cacat bawaan, bayi mudah terinfeksi) dengan pencegahan yang dapat dilakukan yaitu memberikan konseling tentang cara mengkonsumsi tablet Fe yang benar (Manuaba, 2014).

Strategi penanggulangan anemia yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan dalam menangani anemia pada kehamilan adalah melakukan kegiatan KIE, Suplementasi, dan fortifikasi (Maryam, 2016). Memberikan konseling tentang nutrisi untuk meningkatkan kadar Hb, mengoptimalkan penyerapan tablet Fe dengan vitamin C, memberikan terapi Fe 1x1 perhari (Rukiyah dan Yulianti, 2015)

Berdasarkan hasil *pre survey* yang telah dilakukan di PMB Rosbiatul Adawiyah Bandar Lampung pada bulan Maret 2020 didapatkan 45 ibu hamil yang berkunjung. Dan terdapat 24 ibu hamil yang mengalami anemia yang terbagi atas 18 (delapan belas) anemia ringan dan 6 (enam) anemia sedang.

METODE STUDI KASUS

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan *case study*. Subjek dari penelitian ini adalah Ny. E yang mengalami anemia ringan. Jenis data yang digunakan pada penelitian ini data primer dan sekunder dengan teknik pengumpulan data wawancara, observasi dan studi kepustakaan. Analisis data yang digunakan adalah deskriptif dengan prinsip-prinsip manajemen asuhan kebidanan dengan menggunakan manajemen varney dan SOAP. Peneliti melakukan kunjungan untuk memberikan asuhan dan evaluasi sebanyak 3 kali.

HASIL STUDI KASUS

Pengkajian dilakukan mulai dari tanggal 20 Juli 2021 pukul 17.00 WIB dan didapatkan data subjektif yaitu ibu hamil mengatakan bernama Ny. E umur 34 tahun, hamil anak ketiga, beragama islam, pendidikan terakhir SMA, bekerja sebagai ibu rumah tangga, dan tinggal di Jl. Sultan Anom No. 39 RW 31 Langkapura Kec. Kemiling Kota Bandar Lampung. Pada keluhan utama Ny. E mengatakan sering pusing, lemas dan cepat lelah, HPHT 22 Desember 2019, tidak memiliki riwayat penyakit menurun dan

menular, makan 3 kali sehari, tidur malam 5-6 jam dan jarang tidur siang, aktivitas sehari-hari melakukan pekerjaan rumah seperti masak, bersih-bersih rumah.

Data objektif yang didapatkan di lahan pemeriksaan keadaan umum baik, kesadaran composmentis, Tekanan darah 110/70 mmHg, pernafasan 22 x/menit, Nadi 84 x/menit, suhu 36,3⁰C, muka warna kulit pucat, konjungtiva pucat, kuku pucat, pemeriksaan laboratorium Hb 10,4 gr/dl, protein urine negatif, glukosa urine negatif.

Diagnosa kebidanan yang dapat ditegakkan adalah Ny. E umur 34 tahun G3P2A0 usia kehamilan 30 minggu janin tunggal hidup intrauterin. Masalah yang muncul dalam Ny. E ini adalah anemia ringan. Tidak ada masalah potensial dan tindakan segera pada kasus Ny. E karena anemia yang dialami Ny. E tidak termasuk dalam kasus kegawatdaruratan yang memerlukan tindakan segera.

Pada kasus Ny. E dengan masalah anemia ringan dilakukan rencana asuhan yaitu beritahu ibu hasil pemeriksaan, jelaskan kepada ibu tentang keluhan yang ibu rasakan, Jelaskan kepada ibu bahwa ibu mengalami anemia ringan, jelaskan kepada ibu dampak anemia, anjurkan ibu untuk mengkonsumsi makanan bergizi yang mengandung zat besi, beritahu ibu tentang pola istirahat yang cukup, anjurkan ibu untuk mengkonsumsi tablet Fe, anjurkan ibu untuk mengkonsumsi pisang ambon 2 kali sehari, beritahu ibu akan dilakukan kunjungan ulang.

Penatalaksanaan yang dilakukan sesuai dengan rencana tindakan seperti memberitahu ibu hasil pemeriksaan, menjelaskan kepada ibu tentang keluhan yang ibu rasakan, menjelaskan kepada ibu bahwa ibu mengalami anemia ringan, menjelaskan kepada ibu dampak anemia, menganjurkan ibu untuk mengkonsumsi makanan bergizi yang mengandung zat besi, memberitahu ibu tentang pola istirahat yang cukup, menganjurkan ibu untuk mengkonsumsi tablet Fe, menganjurkan ibu untuk mengkonsumsi pisang ambon 2 kali sehari (2 buah/hari), memberitahu ibu akan dilakukan kunjungan ulang.

Evaluasi asuhan pada kasus Ny. E dengan masalah anemia ringan dilakukan sejak tanggal 20 Juli sampai 15 Agustus 2021 didapatkan hasil ibu sudah mengerti tentang keluhan yang dirasakannya, ibu sudah mengerti tentang anemia dan dampak anemia, ibu sudah mengerti dan sudah mengkonsumsi makanan bergizi yang mengandung zat besi, ibu sudah mengerti dan menerapkan pola istirahat yang cukup, ibu telah mengkonsumsi tablet Fe 1x1 sebelum tidur, Ibu mengatakan sudah teratur mengkonsumsi 2 buah pisang ambon setiap hari, ibu sudah dilakukan kunjungan ulang untuk memberikan asuhan. Setelah diberikan asuhan kadar hemoglobin ibu mengalami peningkatan dari 10,4 gr/dl menjadi 12,4 gr/dl.

PEMBAHASAN

Pada kehamilan relative terjadi anemia karena darah ibu hamil mengalami hemodilusi

(pengenceran) dengan peningkatan volume 30% sampai 40% yang puncaknya pada kehamilan 32 sampai 34 minggu. Jumlah peningkatan sel darah 18% sampai 30%, dan hemoglobin sekitar 19%. Bila hemoglobin ibu sebelum hamil sekitar 11% dengan terjadinya hemodilusi akan mengakibatkan anemia hamil fisiologis, dan Hb ibu akan menjadi 9,5 g% sampai 10 g%. Setelah persalinan sampai lahirnya plasenta dan perdarahan ibu akan kehilangan zat besi sekitar 900 mg. (Rukiyah dan Yulianti, 2015)

Kehamilan memerlukan tambahan zat besi untuk meningkatkan jumlah sel darah dan membentuk sel darah merah janin dan plasenta. Ibu hamil dianjurkan mengkonsumsi paling sedikit 90 tablet besi selama masa kehamilan. Zat besi yang berasal dari makanan belum bisa mencukupi kebutuhan selama hamil, karena zat besi tidak hanya dibutuhkan oleh ibu saja tetapi juga untuk janin yang ada di kandungannya. Apabila ibu hamil selama masa kehamilan patuh mengkonsumsi tablet Fe maka resiko terkena anemia semakin kecil. (Maternity, dkk, 2014)

Pisang ambon adalah salah satu terapi nonfarmakologi yang dikonsumsi sebagai makanan pokok di daerah tropis. Pisang ini diperkaya zat besi yang efektif untuk mengendalikan kekurangan zat besi dan hampir seluruhnya dapat diserap tubuh. Pisang banyak mengandung asam folat atau vitamin B6 yang larut dalam air, yang diperlukan untuk membuat asam nukleat dan hemoglobin dalam sel darah merah. Pisang yang diperkaya

vitamin B6 dapat menetralkan asam lambung dan meningkatkan pencernaan. Selain itu, pisang juga mengandung 467 mg kalium, dan ibu hamil perlu 2000 mg kalium setiap harinya. Pisang ambon juga mengandung vitamin C yang dapat membantu meningkatkan absorpsi besi, Kombinasi 200 mg asam askorbat dalam vitamin C dengan garam besi dapat meningkatkan penyerapan besi sebesar 25-50%. Dengan mengkonsumsi 2 buah pisang ambon setiap hari setelah makan sebagai pencuci mulut atau saat ibu ingin mengkonsumsi buah yang dilakukan selama 30 hari secara berturut-turut sangat bermanfaat bagi ibu hamil, gunanya untuk membantu mengatasi anemia. (Luthbis,dkk 2020)

Berdasarkan dari hasil asuhan yang diberikan kepada Ny. E dengan diberikan pisang ambon sebanyak 2 buah setiap hari yang diberikan dari tanggal 20 Juli sampai 15 Agustus 2020 terbukti dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yaitu pada kunjungan pertama kadar hemoglobin sebesar 10,4 gr/dl, meningkat pada kunjungan kedua sebesar 11,6 gr/dl dan pada kunjungan ketiga sebesar 12,4gr/dl. Sehingga asuhan pada Ny. E dengan pemberian pisang ambon berhasil untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

KESIMPULAN DAN SARAN

Terdapat peningkatan kadar hemoglobin pada Ny. E setelah diberikan pisang ambon sebanyak 2 buah setiap hari yang dikonsumsi dari tanggal 20 Juli sampai 15 Agustus ditunjukkan dengan hasil pada kunjungan pertama kadar hemoglobin

10,4gr/dl, meningkat pada kunjungan kedua 11,6gr/dl dan di kunjungan ketiga 12,4gr/dl. Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan acuan oleh tenaga kesehatan dalam memberikan asuhan khususnya dalam peningkatan kadar hemoglobin berbasis *evidence base* salah satunya dengan pemberian pisang ambon.

DAFTAR PUSTAKA

Luthbis.A.A. 2020. *Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon Terhadap Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil*, *Jurnal Kesehatan* Vol 9, No 1, hlm 1-11

Manuaba.I.A.C, Manuaba I.B.G.F, dan Manuaba I.B.G.D. 2014. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB*, Edisi ke-2, EGC, Jakarta.

Maryam, Syaifurrahmah. 2016. *Hubungan Anemia dengan Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah pada Kehamilan Aterm di RSUD Achmad Darwis Suliki*. *Jurnal Kesehatan Andalas*. [http://jurnal.fk.unand.ac.id.5\(2\)](http://jurnal.fk.unand.ac.id.5(2))

Maternity,D., Yantina,Y., dan Putri,R.D. 2016. *Asuhan Kebidanan Patologis*, Binarupaaksara, Tangerang Selatan

Pratiwi,A.M dan Fatimah. 2019. *Patologi Kehamilan*, Pustaka Baru Press,Yogyakarta.

Prawirohardjo.S. 2016. *Ilmu Kebidanan*, Edisi ke-3, PT. Bina Pustaka, Jakarta.

Rukiyah. A. Y. dan Yulianti. L. 2015.
Asuhan Kebidanan Patologi. Trans Info
Media, Jakarta

Vivian, Dewi,dkk. 2012. *Asuhan
Kehamilan untuk Kebidanan*. Jakarta:
Salemba Medika