

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia dalam kehamilan didefinisikan oleh *World Health Organization* (2015) mengacu pada kadar Hemoglobin dibawah 11 g% dL selama trimester pertama dan ketiga, serta dibawah 10,5 g% dL selama trimester kedua. Anemia merupakan permasalahan kesehatan global yang penting yang memengaruhi setengah dari jumlah wanita hamil secara global. Tingkat kejadian anemia di trimester pertama adalah sebesar 20%, meningkat menjadi 70% pada trimester kedua dan ketiga (Manuaba, 2019).

Menurut laporan *World Health Organization* (2016), prevalensi anemia pada ibu hamil secara global berada di angka 41,8%. Anemia mempengaruhi sekitar 48,2% wanita hamil di Asia, 57,1% di Afrika, 24,1% di Amerika, dan 25,1% di Eropa. Beberapa faktor penyebabnya meliputi kekurangan asam folat, vitamin B12, zat besi, asam folat, serta penyakit, infeksi, dan perdarahan sebagai penyebab lainnya (Astria, 2017).

Anemia saat kehamilan membawa risiko besar bagi kesehatan ibu dan bayinya. Anemia pada ibu hamil dapat menghasilkan peningkatan risiko abortus sebesar 5%, kelahiran prematur, penekanan pertumbuhan dan perkembangan janin dengan besaran 11%, infeksi dengan besaran 11%, perdarahan antepartum dengan besaran 15%, serta ketuban pecah dini dengan besaran 5%. Proses persalinan juga bisa menjadi lebih rumit, dengan gangguan terjadi pada 5% kasus, kala satu yang memanjang, persalinan terlantar pada 5% kasus, subinvolusi selama masa nifas yang dapat menyebabkan perdarahan pascapersalinan pada 27% kasus, infeksi nifas pada 11% kasus, dan masalah dalam produksi ASI pada 15% kasus (Saifudin,

2016).

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2017), Tablet Suplemen Darah (TTD) atau Fe adalah suplemen mineral yang sangat esensial dalam produksi sel darah merah (Hb). Suplemen ini mengandung 37,5 miligram vitamin B6, 0,25 mg asam folat, 60 mg zat besi serta 37,5 miligram vitamin B6. Zat besi merupakan komponen krusial untuk membentuk hemoglobin, yang memiliki peranan vital guna meningkatkan pengangkutan oksigen ke berbagai bagian tubuh, seperti otot dan otak. Wanita hamil membutuhkan tambahan 800-1040 mg zat besi selama masa kehamilan untuk mendukung pertumbuhan janin, perkembangan plasenta, dan menggantikan kehilangan darah selama persalinan, yang umumnya mencapai rata-rata 250 mg zat besi (Pratiwi, 2019).

Sesuai dengan laporan Riskesdas (2018), hampir setengah yakni 48,9%, dari ibu hamil di Indonesia mengalami anemia. Meskipun pemerintah telah menerapkan program untuk mengendalikan anemia pada ibu hamil melalui pemberian 90 tablet Fe pada ibu dalam masa kehamilan sebagai usaha guna memperkecil angka kejadian anemia pada ibu hamil, tetapi angka kejadian anemia masih tetap tinggi (Astutik, 2018).

Bayam dianggap sebagai salah satu alternatif yang efektif guna mencapai pemenuhan kebutuhan tambahan zat besi. Pembentukan hemoglobin (Hb) dipengaruhi oleh kandungan zat besi pada bayam (Syahrída, 2018). Selain dikenal karena kandungan gizinya yang sangat tinggi, bayam juga dianggap sebagai sayuran unggulan. Bayam kaya akan Vitamin A, B, dan C, serta merupakan sumber senyawa mineral seperti zat besi, fosfor, dan kalsium. Bayam dapat diandalkan sebagai sumber mineral yang sangat baik, terutama zat besi, yang berperan penting dalam perkembangan fisik dan kesehatan. Bayam merah mengandung sekitar 4,43

mg zat besi per 100 gramnya, sementara bayam hijau mempunyai kandungan zat besi dengan besaran 8,3 miligram per 100 gram (Ramayulis, 2015).

Dari hasil survey bulan Oktober-November 2023 di TPMB Suraily Kabupaten Bogor didapatkan hasil bahwasanya dari 105 orang ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kadar Hb diperoleh 30 orang di antaranya mengalami anemia dan sesuai dengan hasil wawancara didapatkan hasil bahwasanya ibu hamil belum pernah mengetahui dan serta melakukan konsumsi bayam merah atau pun bayam hijau sebagai sumber zat besi, maka peneliti memiliki ketertarikan untuk melaksanakan penelitian berjudul “Perbandingan Efektivitas Konsumsi Bayam Merah dan Bayam Hijau Terhadap Kadar Hb Ibu Hamil Trimester I dengan Anemia di Kabupaten Bogor”.

1.2 Rumusan Masalah

Dampak negatif anemia selama kehamilan tidak hanya berdampak pada masa kehamilan, persalinan, dan masa nifas, tetapi juga dapat mempengaruhi perkembangan dan pertumbuhan embrio serta bayi. Kekurangan asam folat, vitamin B12, dan zat besi adalah penyebab utama anemia pada ibu hamil. Tablet Suplemen Darah (TTD) adalah tablet mineral yang krusial dalam produksi sel darah merah (Hb) dalam tubuh. Tablet ini mengandung 37,5 miligram vitamin B6, 60 mg zat besi, dan 0,25 mg asam folat. Wanita hamil sangat membutuhkan suplemen zat besi (Fe), sehingga penting bagi mereka untuk melakukan konsumsi minimal 90 tablet Fe semasa kehamilannya. Konsumsi bayam termasuk salah satu cara untuk mencapai pemenuhan kebutuhan tambahan zat besi pada ibu hamil. Zat besi pada bayam kandungannya berperan penting dalam proses sintesis Hb.

1.3 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Mengetahui perbedaan efektivitas konsumsi sayur bayam merah dibandingkan dengan konsumsi sayur bayam hijau terhadap kadar Hb pada ibu hamil Trimester I di TPMB Suraily Kabupaten Bogor Tahun 2023.

1.2.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui kadar Hb ibu hamil trimester I sebelum konsumsi sayur bayam merah dan bayam hijau di TPMB Suraily Kabupaten Bogor
- 2) Mengetahui kadar Hb ibu hamil trimester I sesudah konsumsi sayur bayam merah dan bayam hijau di TPMB Suraily Kabupaten Bogor
- 3) Mengetahui efektivitas konsumsi sayur bayam merah dibandingkan dengan konsumsi sayur bayam hijau di TPMB Suraily Kabupaten Bogor
- 4) Membandingkan kadar Hb ibu hamil trimester I dengan konsumsi sayur bayam merah dan konsumsi sayur bayam hijau di TPMB Suraily Kabupaten Bogor

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Bagi Ibu Hamil dan Masyarakat

Harapannya hasil penelitian ini bisa mengobati atau meringankan masalah ibu hamil yaitu anemia dengan konsumsi sayur bayam merah dan bayam hijau

1.3.2 Manfaat Bagi Bidan

Harapannya hasil penelitian ini bisa memperluas wawasan serta panduan yang berharga bagi para profesional kesehatan, khususnya mereka yang terlibat dalam memberikan layanan kebidanan kepada ibu hamil yang menderita anemia.