

BAB IV

PEMBAHASAN

Pengkajian data pada kasus Ny. F dilakukan dengan mengumpulkan data subjektif dan objektif. Dari hasil pengkajian data subjektif didapatkan bahwa:

Ibu mengatakan keluhan pada kehamilan ini terasa cepat lelah jika melakukan aktifitas, ibu juga belum mengetahui anemia dalam kehamilan dan kepatuhan ibu mengkonsumsi tablet Fe sebelumnya tidak mengkonsumsi tablet Fe setiap hari karena aktifitas pekerjaan ibu sehingga ibu sering lupa mengkonsumsi tablet Fe. Penyebab utama ibu mengalami anemia karena ketidakpatuhan ibu mengkonsumsi tablet Fe. Menurut Pratiwi & Safitri (2021) bahwa ada hubungan antara pekerjaan dan keteraturan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Ibu dianjurkan untuk mengonsumsi tablet Fe maksimal 90 tablet selama masa studi. Zat besi yang berasal dari makanan tidak dapat mencukupi kebutuhan ibu hamil karena tidak hanya dibutuhkan oleh ibu hamil tetapi juga oleh janin yang ada dalam kandungannya. Hal ini dikarenakan gizi pada ibu hamil sangat berpengaruh terhadap perkembangan janin dan anak yang dilahirkan. Apabila ibu hamil selama masa kehamilan patuh mengonsumsi tablet Fe maka resiko terkena anemia semakin kecil. Keteraturan ibu sangat berperan dalam meningkatkan kadar Hb.

Ibu hamil harus mengonsumsi tablet Fe minimal 1 tablet setiap hari hingga 90 tablet selama masa kehamilan. Adapun cara non farmakologi pengobatan anemia dan pencegahannya salah satu adalah dengan cara mengonsumsi buah bit, buah bit adalah salah satu buah yang tinggi kadar asam folat yaitu 108 mg dari buah lainnya yang sangat baik untuk membantu pembentukan otak bayi dan mengatasi anemia (Kemenkes RI, 2020b).

Pengolahan jus buah bit menggunakan media blender, timbangan makanan, gelas ukur untuk menakar komposisi buah bit. Takaran buah bit yang dibutuhkan sebanyak 200 gram, dan air 50 ml. Peneliti mengingatkan melalui whatsapp untuk memastikan ibu hamil mengonsumsi jus buah bit (250ml) pada pagi hari dan memastikan mengonsumsi tablet Fe setiap malam. Penelitian yang dilakukan Phounna, et al (2024) bahwa pemberian jus buah bit dan tablet Fe pada kedua

kelompok terbukti efektif menaikkan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Berdasarkan penelitian maka perlu meningkatkan edukasi dan sosialisasi mengenai manfaat jus buah bit dan tablet besi bagi ibu hamil dengan anemia ringan sebagai alternatif suplemen alami.

Dalam 200 gram buah bit mengandung 1,6 mg zat besi dan 9,9 mg vitamin C untuk membantu meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil (USDA, 2014). Pemberian jus buah bit diberikan setiap pagi sebanyak 250 ml (1,6 mg zat besi) pada pagi hari selama 28 hari dan tablet Fe sebanyak 60 mg setiap malam. Pada pemberian pertama selama 14 hari hemoglobin ibu mengalami peningkatan dari 9,3 gr% menjadi 9,3 gr% menjadi 10,9 gr% dilanjutkan pemberian selama 14 hari lagi dikarenakan ibu masih mengalami anemia ringan. Pemberian selanjutnya ditambah 14 hari hemoglobin ibu mengalami peningkatan dari 10,9 gr% menjadi 13,1 gr%.

Pemberian jus buah bit sebanyak 250 ml (1,6 mg zat besi) dan tablet Fe sebanyak 60 mg selama 28 hari terbukti efektif menaikkan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Kadar hemoglobin ibu hamil mengalami peningkatan 3,8% dari 9,3 gr% menjadi 13,1 gr%. Hal ini sesuai dengan penelitian Liesmayani, et al (2022) bahwa pemberian jus buah bit yang kaya akan vitamin dan nutrisi mampu menaikkan kadar hemoglobin dengan membantu penyerapan makanan sumber zat besi. Pemberian jus buah bit pada ibu hamil selama 14 hari berturut – turut dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.