

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Post partum adalah "Masa nifas" atau "Puerperium". Masa ini dimulai sejak 2 jam setelah lahirnya plasenta dan berlangsung hingga 6 minggu (42 hari) setelahnya. Sekitar 50% kematian ibu terjadi dalam 24 jam pertama pasca persalinan, oleh karena itu penting untuk menyediakan pelayanan pasca persalinan yang berkualitas pada periode ini untuk memenuhi kebutuhan ibu dan bayi (Strelow et al., 2018). Salah satu komplikasi yang sering terjadi pada masa post partum adalah perdarahan post partum, yang dapat disebabkan oleh kondisi anemia pada ibu.

Anemia ditentukan berdasarkan kadar Hemoglobin (Hb) dalam tubuh. Hemoglobin merupakan protein yang kaya akan zat besi dan berperan sebagai pembawa oksigen dalam sel darah merah. Jika kadar Hb pada tubuh ibu hamil lebih rendah dari nilai normal yaitu 11gr/dl, maka dapat terjadi pengenceran darah yang berlebihan saat persalinan, yang dapat mengakibatkan perdarahan.

Penyebab utama anemia pasca persalinan adalah anemia yang terjadi selama masa kehamilan, serta perdarahan yang menyebabkan kehilangan darah saat persalinan. Pada persalinan normal, kehilangan darah biasanya sekitar 300 ml, tetapi pada kondisi perdarahan berat, kehilangan darah bisa mencapai ≥ 500 ml, yang terjadi pada sekitar 5-6% wanita. Hal ini menyebabkan penurunan kadar hemoglobin (Hb) dalam tubuh (Desi, 2019).

Menurut World Health Organization (WHO) menguraikan bahwa anemia kehamilan sebagai kondisi di mana kadar hemoglobin kurang dari 11gr atau kurang dari 33% pada setiap tahap kehamilan, dengan memperhatikan peningkatan volume darah yang normal terjadi selama kehamilan dan mempertimbangkan bahwa kadar hemoglobin kurang dari 11 gr pada trimester pertama. Anemia pada kehamilan dapat dibagi menjadi 3 kategori, yaitu anemia ringan (hemoglobin 8-9,9 g/dL), anemia sedang (hemoglobin 6,0-7,9 g/dL), dan anemia berat (hemoglobin $< 6,0$ g/dL). Gejala umum anemia meliputi kelelahan, sesak napas, nyeri dada, sakit kepala, kulit pucat, ekstremitas dingin, kuku sendok, dan lidah pucat saat pemeriksaan fisik (Anfiksyar et al., 2019). Kematian ibu di Indonesia pada umumnya disebabkan oleh beberapa hal. Penyebab langsung kematian ibu meliputi perdarahan 28%, preeklampsia/eklampsia 24%, dan infeksi 11%. Sementara itu, penyebab tidak langsung meliputi masalah gizi seperti anemia pada ibu hamil 40%, kekurangan energi kronis 37%, dan ibu hamil dengan konsumsi energi di bawah kebutuhan minimal 44,2% (Depkes RI, 2018).

Berdasarkan data yang dirilis oleh Dinas Kesehatan Sumatera Utara tahun 2017, ditemukan bahwa prevalensi kejadian anemia pada kehamilan di Provinsi Sumatera Utara berkisar antara 15% hingga 39% (Dinkes Sumut, 2018). Laporan Dinas Kesehatan Kota Medan tahun 2018 juga menunjukkan bahwa dari 39.240 ibu hamil, terdapat 780 ibu hamil yang mengalami anemia. Kabupaten Serdang Bedagai merupakan kabupaten dengan angka anemia tertinggi, yaitu sebesar 37,6% (Dinkes Kab. Serdang Bedagai, 2018). Anemia pada kehamilan sebagian besar di Indonesia disebabkan oleh kekurangan zat besi (Fe) yang diperlukan untuk pembentukan hemoglobin. Oleh karena itu, Pemerintah Indonesia telah melakukan upaya dengan memberikan suplemen besi kepada ibu hamil. Namun, hasilnya belum memuaskan. Penduduk Indonesia umumnya mengkonsumsi zat besi dari sumber

nabati yang memiliki daya serap rendah dibandingkan dengan sumber hewani. Kebutuhan zat besi pada janin juga meningkat saat trimester akhir, sehingga diperlukan suplemen zat besi (Sulistioningsih, 2018).

Untuk meningkatkan penyerapan zat besi, disarankan untuk mengonsumsi lebih banyak vitamin C dan protein hewani. Selain itu, ada juga makanan yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin seperti beras merah, buah delima, bayam, alpukat, dan air kelapa hijau. Tanaman kelapa memiliki banyak manfaat bagi kehidupan manusia. Semua bagian dari tanaman kelapa dapat dimanfaatkan. Salah satu bagian yang sering dimanfaatkan oleh masyarakat adalah buah kelapa, yang terdiri dari daging buah dan airnya. Banyak orang menganggap air kelapa hanya sebagai minuman untuk menghilangkan rasa haus, padahal sebenarnya air kelapa mengandung banyak nutrisi seperti mineral, vitamin, gula, dan asam amino esensial yang bermanfaat untuk kesehatan. Air kelapa juga mengandung sejumlah zat besi sebesar 0,2% dan protein sebesar 0,2%. Dengan mengonsumsi air kelapa, dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam tubuh (Herlina, Reni, 2020).

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Qorina Sabila mengenai perbedaan tingkat hemoglobin dalam darah sebelum dan setelah mengonsumsi air kelapa hijau (Green Coconut Water) pada pekerja yang terpapar timbal (Pb) di Karoseri X Semarang, ditemukan bahwa rata-rata tingkat hemoglobin meningkat sebesar 0,30 gr/dl setelah mengonsumsi air kelapa hijau, dan terdapat hubungan antara tingkat Hb dalam darah sebelum dan setelah mengonsumsi air kelapa (Sabila, Qorina. 2016). Dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Reni Herlina pada tahun 2020, ditemukan bahwa sebagian besar ibu pasca persalinan yang mengonsumsi air kelapa mengalami peningkatan hemoglobin sebanyak 86,4% (38 orang), sedangkan sebagian besar ibu pasca persalinan yang tidak mengonsumsi air kelapa tidak mengalami peningkatan hemoglobin sebanyak 77,3% (34 orang) (Herlina, Reni, 2020). Berdasarkan hasil survei awal di PMB Suparmi Sitorus Kabupaten Kampar, Kecamatan Tapung Hilir, Pekanbaru, masih ditemukan ibu hamil dengan tingkat hemoglobin di bawah batas normal yaitu $< 11\text{gr/dl}$. Oleh karena itu, peneliti akan melakukan penelitian tentang Hubungan Antara Konsumsi Air Kelapa Dengan Peningkatan Hemoglobin (Hb) Pada Ibu Pasca Persalinan Di PMB Suparmi Sitorus Kabupaten Kampar, Kecamatan Tapung Hilir, Pekanbaru.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian adalah bagaimana Hubungan Antara Konsumsi Air Kelapa Muda Dengan Peningkatan Hemoglobin (Hb) Pada Ibu Post Partum?

Tujuan Penelitian

Tujuan Umum

Untuk mengetahui bagaimana Hubungan Antara Konsumsi Air Kelapa Muda Dengan Peningkatan Hemoglobin (Hb) Pada Ibu Post Partum.

Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui peningkatan hemoglobin (Hb) pada ibu post partum yang mengonsumsi air kelapa muda
2. Untuk mengetahui peningkatan hemoglobin (Hb) pada ibu post partum yang tidak mengonsumsi air kelapa muda
3. Untuk mengetahui hubungan antara konsumsi air kelapa muda dengan peningkatan hemoglobin (Hb) pada ibu post partum

Manfaat Penelitian

Bagi Petugas Kesehatan

Dapat dijadikan sebagai sumber penambah pengetahuan untuk tenaga medis agar lebih mengerti dan memahami tentang manfaat air kelapa muda bagi ibu post partum.

Bagi Pendidikan

Dengan data- data yang sudah ada dan hasil penelitian sebelumnya dapat menjadi acuan untuk kegiatan penelitian dibidang kesehatan serta mengaplikasikan ilmu pengetahuan dalam kehidupan sehari-hari.

Bagi Dosen Fakultas Keperawatan Dan Kebidanan Universitas Prima Indonesia

Dapat dijadikan sebagai bahan ajaran mengenai perawatan masa nifas dalam mencegah komplikasi yang dapat terjadi.

Bagi Peneliti

Dapat dijadikan sebagai informasi untuk lebih meningkatkan wawasan dan pengetahuan tentang manfaat buah-buahan bagi ibu post partum dan dapat dijadikan sebagai bahan untuk melanjutkan penelitian lebih lanjut.