BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Selama masa kehamilan, ibu hamil akan mengalami berbagai perubahan, baik secara fisik, sosial, maupun psikologis. Menerapkan pola makan yang baik dan gaya hidup sehat sangat berperan dalam mendukung pertumbuhan serta perkembangan janin di dalam kandungan. Pada periode ini, kebutuhan nutrisi ibu hamil meningkat, mencakup asupan kalori, protein, zat besi, dan lemak yang berfungsi untuk menunjang perkembangan janin sekaligus menjaga kesehatan ibu. Jika kebutuhan gizi ini tidak terpenuhi, dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan seperti anemia, keguguran, hingga komplikasi kehamilan lainnya. Anemia sendiri merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari normal. Di Indonesia, anemia umumnya disebabkan oleh kekurangan zat besi sehingga lebih dikenal dengan istilah anemia defisiensi besi. Kondisi ini merupakan salah satu masalah kesehatan yang paling sering dialami oleh ibu hamil. (Agustina et al., 2024)

Anemia dalam kehamilan merupakan kondisi di mana ibu hamil mengalami kadar hemoglobin (Hb) kurang dari 11 g/dL pada trimester I dan II, serta kurang dari 10,5 g/dL pada trimester III. Salah satu faktor penting yang berpengaruh terhadap kesehatan ibu hamil dan hasil akhir kehamilan adalah kecukupan nutrisi. Asupan nutrisi yang tidak mencukupi selama kehamilan dapat berdampak negatif terhadap kesehatan ibu maupun tumbuh kembang janin dalam kandungan, khususnya asupan zat besi. Zat besi memiliki peranan penting dalam proses pembentukan hemoglobin, yaitu protein dalam sel darah merah yang berfungsi mengangkut oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Selain itu, zat besi juga membantu mencegah anemia, menurunkan risiko perdarahan saat persalinan, serta berperan dalam pencegahan terjadinya cacat bawaan pada janin (Agustina et al., 2024; Toole et al., 2023; Zeng & He, 2024).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), anemia pada ibu hamil didefinisikan sebagai kondisi dengan kadar hemoglobin kurang dari 11 g/dL. Kondisi ini diperkirakan berkontribusi terhadap lebih dari 115.000 kematian ibu dan sekitar 591.000 kematian perinatal setiap tahunnya di seluruh dunia. Berdasarkan laporan WHO tahun 2021, sekitar 40% ibu hamil secara global mengalami anemia. Di kawasan ASEAN, empat negara termasuk dalam kategori prevalensi anemia berat dengan angka ≥ 40%, yaitu Kamboja (51,5%), Laos (47%), Myanmar (47,8%), dan Indonesia (44,2%). Di Indonesia sendiri,

prevalensi anemia pada ibu hamil menunjukkan tren peningkatan sejak tahun 2015 hingga 2019, dari 42,1% menjadi 44,2% (Lestari, 2024; Situmorang et al., 2025).

Anemia pada ibu hamil berpotensi meningkatkan risiko terjadinya persalinan prematur, kematian ibu dan bayi, serta kerentanan terhadap infeksi. Kekurangan zat besi sebagai penyebab utama anemia selama kehamilan juga dapat berdampak negatif terhadap proses tumbuh kembang janin, baik selama masa kehamilan maupun setelah bayi lahir. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia tercatat sebesar 27,7%. Jika dilihat berdasarkan kelompok usia, prevalensi tertinggi terdapat pada ibu hamil usia 35-44 tahun sebesar 39,6%, disusul oleh kelompok usia 25-34 tahun dengan angka 31,4% (Survei Kesehatan Indonesia, 2023).

Salah satu fokus utama dalam agenda Sustainable Development Goals (SDGs) adalah menurunkan Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB). Upaya tersebut dapat dicapai melalui pemeriksaan antenatal yang rutin dan berkualitas, karena kesehatan ibu selama masa kehamilan sangat menentukan kondisi bayi yang akan dilahirkan. Hingga saat ini, angka kematian ibu yang berkaitan dengan anemia pada ibu hamil masih cukup tinggi, yaitu sekitar 40%, dan belum mencapai target nasional sebesar 183 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2024. Selain itu, angka kematian bayi dan balita juga masih menjadi perhatian serius. Untuk menurunkan angka kematian ibu dan anak, diperlukan intervensi yang tepat, baik sebelum maupun saat proses persalinan berlangsung (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Menurut data Kementerian Kesehatan tahun 2024, ibu hamil dianjurkan untuk mengonsumsi minimal 90 tablet tambah darah (TTD) selama masa kehamilan sebagai upaya pencegahan anemia. Pada tahun 2023, cakupan pemberian TTD minimal 90 tablet di Indonesia mencapai 88,5%, mengalami peningkatan dibandingkan capaian tahun sebelumnya yang sebesar 86,2%. Namun, masih terdapat beberapa provinsi dengan cakupan terendah, seperti Papua Tengah (52%), Papua Pegunungan (55,3%), Papua Barat (58,6%), dan Aceh (58,6%). Provinsi Gorontalo sendiri berada di urutan ke-17 terendah dari 38 provinsi dengan cakupan sebesar 81,6%. Berdasarkan data tersebut, tercatat sebanyak 371 ibu hamil di Gorontalo mengalami anemia pada tahun 2023, atau sekitar 9,7% dari total ibu hamil di wilayah tersebut (Kementrian Kesehatan, 2023). Pada bulan Februari tahun 2025 data anemia pada ibu hamil di Puskesmas yang tertinggi yaitu Puskesmas Kota Utara sebanyak 32 ibu hamil anemia, Puskesmas Kota Tengah

sebanyak 31 ibu hamil anemia, dan Puskesmas Dungingi sebanyak 17 ibu hamil anemia.

Salah satu upaya yang dilakukan Puskesmas Kota Utara untuk menurunkan angka anemia pada ibu hamil adalah melalui pemberian tablet zat besi (Fe), susu khusus ibu hamil, serta makanan tambahan (PMT) seperti bubur kacang hijau. Program pemberian tablet Fe ini juga sejalan dengan kebijakan pemerintah, di mana setiap ibu hamil dianjurkan mengonsumsi minimal 90 tablet tambah darah atau suplemen asam folat selama masa kehamilan. Target yang ditetapkan dalam Rencana Strategis 2018 adalah sebesar 95%, namun hingga kini target tersebut belum sepenuhnya tercapai. Oleh karena itu, selain mengonsumsi tablet tambah darah, ibu hamil juga disarankan untuk meningkatkan asupan zat besi melalui makanan bergizi, salah satunya daun kelor yang dikenal kaya akan kandungan zat besi (Igirisa, 2020).

Zat besi yang terkandung dalam daun kelor memiliki karakteristik yang hampir sama dengan zat besi yang ditemukan pada berbagai jenis makanan olahan. Tanaman kelor dikenal sebagai salah satu tanaman herbal yang bermanfaat untuk meningkatkan asupan gizi pada ibu hamil, termasuk membantu menaikkan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah. Beragam olahan dari daun kelor dapat dikonsumsi dan memberikan berbagai manfaat kesehatan. Daun ini juga kaya akan kandungan nutrisi penting, seperti protein, zat besi, vitamin C, kalsium, serta vitamin A, yang semuanya berperan dalam menjaga kesehatan tubuh (Arma et al., 2022; Hartati & Sunarsih, 2021; Yuliastuti & Kurnia, 2021).

Daun kelor merupakan sumber zat besi (Fe) yang cukup tinggi, di mana dalam setiap 100 gram daun kelor terkandung sekitar 7 mg zat besi. Berdasarkan data dari organisasi Trees for Life di Amerika, satu gram bubuk daun kelor kering memiliki kandungan gizi yang sangat tinggi, bahkan melebihi beberapa sumber makanan lain. Misalnya, kandungan vitamin A-nya sepuluh kali lebih banyak dibandingkan wortel, kadar kalsiumnya tujuh belas kali lebih banyak dibandingkan susu, zat besinya dua puluh lima kali lebih tinggi daripada bayam, proteinnya sembilan kali lebih banyak dibandingkan yogurt, serta mengandung kalium lima belas kali lebih banyak dibandingkan pisang. Kebutuhan zat besi harian bagi wanita rata-rata sekitar 15 mg per hari. Dengan kandungan zat besi yang mencapai 28,29 mg per 100 gram, bubuk daun kelor berpotensi besar membantu meningkatkan kadar hemoglobin, terutama pada ibu hamil yang mengalami anemia (Putri et al., 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Sulastri pada tahun 2024 mengenai efek pemberian daun kelor terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia trimester II di

wilayah kerja Puskesmas Manggar Baru, Balikpapan, Kalimantan Timur, menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan. Hasil analisis menggunakan uji *paired t-test* menunjukkan nilai P sebesar 0,000, yang berarti lebih kecil dari 0,005. Temuan ini membuktikan bahwa konsumsi daun kelor berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia trimester II di wilayah tersebut (Sulastri et al., 2024).

Daun kelor merupakan salah satu jenis sayuran yang kaya akan kandungan gizi, seperti vitamin, mineral, dan antioksidan yang bermanfaat bagi kesehatan. Namun, sebagian ibu hamil masih enggan mengonsumsinya karena rasanya yang cenderung pahit. Untuk mengatasi hal tersebut, daun kelor dapat diolah menjadi makanan lain, seperti puding. Dengan diolah menjadi puding, daun kelor memiliki tekstur yang lembut dan rasa yang lebih enak, sehingga lebih mudah diterima oleh ibu hamil. Konsumsi puding daun kelor ini diharapkan dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia (Z. A. Wibowo et al., 2024).

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Efektivitas Pemberian Puding Daun Kelor terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Utara".

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini yaitu :

1. Berdasarkan data WHO tahun 2021, 40% ibu hamil di seluruh dunia mengalami anemia. Terdapat 4 dari 10 negara ASEAN berada dalam kategori berat dengan prevalensi mencapai ≥ 40% diantaranya negara Kamboja 51,5%, Laos 47%, Myanmar 47,8% dan Indonesia 44,2%.
2. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menyatakan bahwa di Indonesia sebesar 27,7% ibu hamil mengalami anemia. Berdasarkan kelompok umur, ibu hamil mengalami anemia paling tinggi pada kelompok umur 35-44 sebesar 39,6%, diikuti kelompok umur 25-34 sebesar 31,4%.
3. Data anemia di Puskesmas yang tertinggi yaitu Puskesmas Kota Tengah sebanyak 31 ibu hamil anemia, Puskesmas Kota Utara sebanyak 30 ibu hamil anemia, dan Puskesmas Dungingi sebanyak 17 ibu hamil anemia.
4. Ibu hamil masih kurang untuk mengkonsumsi daun kelor karena rasanya yang pahit. Daun kelor selain diolah menjadi sayur dapat diolah juga menjadi puding

sehingga ibu hamil yang kurang menyukai daun kelor dapat mengkonsumsi olahan daun kelor dengan cara yang lebih lezat, karena puding daun kelor memiliki tekstur yang lembut dan rasa yang nikmat, sehingga dapat meningkatkan hemoglobin pada ibu hamil yang anemia.

1.3 Pembatasan Masalah

Pembatasan suatu masalah digunakan untuk menghindari adanya penyimpangan maupun pelebaran pokok masalah agar penelitian tersebut lebih terarah dan memudahkan dalam pembahasan sehingga tujuan penelitian akan tercapai. Beberapa batasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ruang lingkup hanya meliputi pemberian puding daun kelor.
2. Pemberian puding daun kelor diberikan pada ibu hamil anemia.
3. Tingkatan anemia pada ibu hamil : kadar Hb 11 gr% (tidak anemia), kadar Hb <11 gr% (anemia ringan), kadar Hb <9 gr% (anemia sedang), dan kadar Hb <7 gr% (anemia berat).
4. Penelitian dilakukan pada bulan Maret – April 2025 di wilayah kerja Puskesmas Kota Utara.

1.4 Rumusan Masalah

Untuk mengetahui apakah ada efektivitas pemberian puding daun kelor terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia di wilayah kerja Puskemas Kota Utara.

1.5 Kegunaan Hasil Penelitian

Penelitian ini memiliki dua manfaat, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1.5.1 Manfaat Teoritis

Menjelaskan tentang efektivitas pemberian puding daun kelor terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia di wilayah kerja Puskesmas Kota Utara.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti yang Relevan

   Dapat memotivasi peneliti selanjutnya agar dapat meneruskan atau mengembangkan penelitian yang sebelumnya dan memberikan manfaat yang besar bagi khalayak umum.

2. Bagi Ibu Hamil

   Dapat memberikan informasi tentang efektivitas puding daun kelor terhadap peningkatan hadar hemoglobin pada ibu hamil anemia.

3. Bagi Institusi

   Dapat bermanfaat sebagai sumber informasi untuk pengembangan ilmu kebidanan dan sebagai acuan maupun sumber data untuk penelitian berikutnya yang berkaitan dengan efektivitas pemberian puding daun kelor terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia di wilayah kerja Puskesmas Kota Utara.

4. Bagi Puskesmas Kota Utara

   Dapat memberikan manfaat untuk dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang anemia.

1.6 Tujuan Penelitian

1.1.1 Tujuan umum

Secara umum penelitian ini bertujuan diketahuinya Efektivitas Pemberian Puding Daun Kelor terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Utara.

1.1.2 Tujuan khusus

1. Diketahuinya kadar HB ibu hamil anemia sebelum dan sesudah pemberian tablet Fe dan puding daun kelor di Puskesmas Kota Utara pada kelompok perlakuan.
2. Diketahuinya kadar HB ibu hamil anemia sebelum dan sesudah pemberian tablet Fe di Puskesmas Kota Utara pada kelompok kontrol.
3. Diketahuinya efektivitas pemberian tablet Fe dan puding daun kelor pada ibu hamil anemia di Puskesmas Kota Utara.