BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia adalah penurunan konsentrasi hemoglobin (Hb) dalam tubuh yang bukan merupakan suatu keadaan tertentu, melainkan akibat dari berbagai reaksi patologis dan fisiologis. Wanita usia subur rentan mengalami kekurangan zat besi yang dapat memicu terjadinya anemia, terutama pada masa kehamilan dan menyusui. Prevalensi anemia sangat bervariasi tergantung pada karakteristik populasi seperti usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi dan faktor biodemografi seperti kehamilan dan menyusui (Ardiani, 2023).

Kekurangan hemoglobin dalam darah dapat menyebabkan komplikasi lebih serius bagi ibu baik dalam kehamilan, persalinan dan nifas. Menurut (WHO, 2023) kejadian anemia pada ibu postpartum adalah 56%. Di India kematian akibat anemia mencapai 19%, dari kasus anemia pada ibu postpartum 65%-75%. Data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2023 menyebutkan bahwa Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup. Pada tahun 2023 di Indonesia kematian pada ibu postpartum dikarenakan anemia mencapai 30% (SDKI, 2023). Di Provinsi Gorontalo jumlah ibu nifas dan ibu menyesui yang mengalami anemia pada tahun 2024 sebesar 22,9% data ini menunjukan adanya penurunan dari tahun 2023 sebesar 39,6% meskipun jumlah ibu nifas dan ibu menyusui turun pada tahun 2024 namun angka ini masih cukup tinggi (DinkesProv Gorontalo, 2024).

Anemia merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan kurangnya jumlah sel darah merah dalam darah. Kekurangan hemoglobin dalam darah dapat menyebabkan komplikasi lebih serius bagi ibu baik dalam kehamilan, persalinan dan nifas. Oksigen yang kurang pada uterus akan menyebabkan otot-otot uterus tidak berkontraksi dengan adekuat sehingga dapat timbul atonia uteri yang mengakibatkan perdarahan. Anemia postpartum (Nifas) didefinisikan suatu keadaan dengan ditandai menurunnya kadar hemoglobin di bawah nilai normal akibatnya dapat mengganggu kapasitas darah untuk mengangkut oksigen ke sekitar tubuh (Nurhidayah, 2024).

Anemia pada ibu *postpartum* yang menyusui memiliki dampak yang negatif untuk ibu, kehilangan jumlah darah selama proses persalinan menyebabkan ibu

postpartum rentan terkena anemia. *Postpartum* merupakan tantangan bagi banyak ibu yang baru melahirkan. Pemulihan dari proses melahirkan membutuhkan perawatan dan pengobatan, mulai dari perawatan diri sendiri maupun perawatan yang membutuhkan peran tenaga kesehatan. Anemia *postpartum* mempengaruhi ibu seperti dalam kegiatan keseharian, kelelahan, postpartum blues dan terjadinya penurunan kemampuan kognitif pada ibu (Tirtawati, 2023).

Program pemerintah yang telah dijalankan dalam pendistribusian tablet Fe untuk ibu nifas belum mendekati target nasional dan kepatuhan. Ibu nifas dalam mengonsumsi tablet Fe yang masih kurang baik sehingga belum memberi gambaran penurunan kejadian anemia di Indonesia. Untuk mencegah terjadinya anemia pada ibu nifas, dengan memberikan suplemen tambahan yang memanfaatkan buah-buahan (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Secara non farmakologis pengobatan dan pencegahan anemia yaitu dengan cara mengkonsumsi sumber bahan makanan yang menunjang penyerapan zat besi salah satunya yaitu sayur dan buah, karena sayur dan buah mengandung vitamin C dan B12 yang dapat membantu penyerapan zat besi. Vitamin C dapat meningkatkan penyerapan besi non heme sebesar empat kali lipat dan dengan jumlah 200 mg akan meningkatkan absorpsi besi sedikitnya 30% (Tusiana, 2021).

Salah satu buah yang dipercaya untuk mengatasi anemia adalah buah naga. Buah naga mengandung vitamin C sehingga dapat membantu mengoptimalkan penyerapan zat besi melalui saluran cerna. Hal ini tentunnya secara langsung dapat meningkatkan kadar hemoglobin. Penyerapan zat besi sangat dipengaruhi oleh ketersediaan vitamin C dalam tubuh. Peranan Vitamin C dapat membantu mereduksi besi ferri (Fe3+) menjadi ferro (Fe2+) dalam usus halus sehingga mudah diabsorbsi, proses reduksi tersebut akan semakin besar bila pH didalam lambung semakin asam. Buah naga kaya akan zat besi, vitamin C mineral kalsium, magnesium serta serat. Sementara zat besi dibutuhkan untuk membawa oksigen ke seluruh tubuh. Vitamin C di dalam buah naga juga berperan meningkatkan mineral kalsium, berfungsi meningkatkan fungsi otot (Muthoharoh, 2024).

Buah naga merah atau *red dragon fruit* (*Hylocereus undatus* (*Haw*) *Britt*. & *Rose family Cactaceae*) saat ini banyak dikembangkan di Indonesia. Buah yang berasal dari meksiko ini berbeda dengan *famili Cactaceae* lainnya, yakni memiliki rasa yang manis dan segar. Terdapat empat jenis buah naga yakni buah naga

daging putih (*Hylocereus undatus*), buah naga daging merah (*Hylocereus polyrhizus*), buah naga daging super merah (*Hylocereus costaricensis*) dan buah naga kuning daging putih (*Selenicerius megalanthus*) (Rahayu, 2024).

Buah naga sangat dibutuhkan oleh ibu menyusui untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya seperti zat besi yang hilang akibat perdarahan saat persalinan. Olahan buah naga merupakan upaya dari terapi hidup sehat. Bila sering mengonsumsi buah naga dengan kebutuhan gizi yang tepat, maka akan meminimalisir resiko terjadinya anemia. Sebagai pengganti kebutuhan zat besi yang hilang tersebut, buah naga bisa menjadi pilihan. Kandungan besi dalam buah naga relatif tinggi dibandingkan dengan buah yang lain. Oleh karena itu, buah naga baik untuk penderita anemia (Sulastri, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Olii et al (2021) dengan judul pemberdayaan ibu menyusui dalam peningkatan kadar hemoglobin melalui pengelolaan buah naga. Hasil yang dicapai yakni adanya peningkatan pengetahuan peserta dengan rata-rata 74,69% dan peningkatan kadar hemoglobin dengan rata-rata 12,01 gr/dl. Peserta juga mampu mengolah buah naga secara mandiri, serta diharapkan mampu mengajarkan kepada masyarakat sekitar.

Dalam surat Al Baqarah ayat 172 Allah Ta'ala berfirman: "*Hai orang-orang yang beriman, makanlah di antara rezeki yang baik-baik yang Kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika benar-benar kepada-Nya kamu menyembah. "Dialah Allah, yang menjadikan segala yang ada di bumi untuk kamu dan Dia berkehendak (menciptakan) langit, lalu dijadikan-Nya tujuh langit. Dan Dia Maha Mengetahui segala sesuatu." (QS Al Baqarah : 172-29)*.

Berdasarkan dengan pengambilan data awal yang dilakukan di Puskesmas Batudaa Pantai pada bulan Oktober di peroleh 13 orang ibu menyusui yang mengalami anemia, sebanyak 11 orang ibu hamil yang mengalami anemia, selain itu terdapat 22 orang ibu hamil yang memiliki taksiran partus pada bulan November. Berdasarkan dengan uraian latar belakang dan data awal maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Pengaruh pemberian jus buah naga terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Batudaa Pantai".

1.2 Identifikasi Masalah

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

1. Pada tahun 2023 di Indonesia kematian pada ibu *postpartum* dikarenakan anemia mencapai 30%.
2. Di Provinsi Gorontalo jumlah ibu nifas dan ibu menyesui yang mengalami anemia pada tahun 2024 sebesar 22,9%.
3. Di Puskesmas Batudaa Pantai pada bulan Oktober 2025 sebanyak 13 orang ibu menyusui mengalami anemia.

1.3 Pembatasan Masalah

Adapun masalah atau yang menjadi fokus masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Kadar Hemoglobin

   Anemia merupakan suatu kondisi kesehatan dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal. Kadar hemoglobin kurang dari normal pada remaja putri ialah <12 gr/dl.
2. Jus Buah Naga

   Pencegahan dan penanggulangan anemia dengan cara non-famakologis yaitu dengan mengkonsumsi buah-buahan yang tinggi akan zat besi dan vitamin C, salah satunya adalah buah naga.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu: “Apakah terdapat pengaruh pemberian jus buah naga terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Batudaa Pantai?”

1.5 Kegunaan Penelitian

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

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi berbagai pihak seperti profesi kebidanan untuk lebih menigkatkan pengetahuan dan keterampilan bidan, ibu menyusui serta masyarakat secara luas terkait dengan anemia, kenaikan kadar hemoglobin dengan menggunakan jus buah naga.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Profesi Bidan

Hasil penelitian ini nantinya dapat memberikan informasi dan masukan yang bermanfaat bagi tenaga kesehatan terutama bidan tentang pemberian jus buah naga terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu menyusui.

2. Bagi Puskesmas Batudaa Pantai

Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangsi bagi Puskesmas Batudaa Pantai khususnya bagi tenaga kesehatan dan ibu meyusui terkait kejadian anemia sehingga tenaga kesehatan khususnya bidan dapat membantu untuk menyarankan pada ibu menyusui agar mengkomsumsi jus buah naga.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai masukan dalam proses kegiatan belajar mengajar serta dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian berikutnya terkait dengan pemberian jus buah naga terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu menyusui.

1.6 Tujuan Penelitian

1.6.1 Tujuan Umum

Diketahuinya pengaruh pemberian jus buah naga terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Batudaa Pantai.

1.6.2 Tujuan Khusus

1. Diketahuinya kadar hemoglobin pada ibu menyusui sebelum pemberian jus buah naga di Wilayah Kerja Puskesmas Batudaa Pantai.
2. Diketahuinya kadar hemoglobin pada ibu menyusui sesudah pemberian jus buah naga di Wilayah Kerja Puskesmas Batudaa Pantai.
3. Diketahuinya pengaruh pemberian jus buah naga terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Batudaa Pantai.