



STUDI KASUS

KONSUMSI SAYUR BENING KELOR DALAM ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU HAMIL DENGAN ANEMIA SEDANG

Arvicha Fauziah^{1*}, Jacob L. Jambormias²

^{1,2} Program Studi D-III Kebidanan Saumlaki, Poltekkes Kemenkes Maluku

E-mail: vichachachavicha@gmail.com

Abstract

According to WHO, the prevalence of pregnant women suffering from anemia in 2012 reached 41.8% in the world and Asia was ranked second in the world after Africa with a prevalence of anemia during pregnancy reaching 48.2%. The prevalence of iron deficiency anemia in pregnant women in Indonesia is 24.5% in 2021. The aim of this case study is to determine the outcome of midwifery care for pregnant women who suffer from anemia through consumption of the clear moringa plant. The case study was conducted at Pustu Arui Das Lorulun Community Health Center. The method used is a case study approach in which pregnant women with anemia carry out home visits. The results of midwifery care showed that after pregnant women consumed the clear vegetable Moringa every day at a dose of 50 grams and the frequency of eating 3 times/day in a row for 8 days, there was an increase in hemoglobin levels from 7 gr/dl to 9 gr/dl, resulting in an increase in hemoglobin level 2 gr/dL. The conclusion is that midwifery care by providing pregnant women with the clear vegetable Moringa can increase hemoglobin levels.

Keywords: *Moringa oleifera, Pregnant, Anemia.*

Abstrak

Prevalensi ibu hamil yang menderita anemia pada tahun 2012 menurut WHO mencapai 41,8% di dunia dan Asia menduduki peringkat kedua di dunia setelah Afrika dengan prevalensi anemia pada masa kehamilan mencapai 48,2%. Prevalensi anemia defisiensi besi pada ibu hamil di Indonesia sebesar 24,5% pada tahun 2021. Tujuan dari studi kasus ini adalah untuk mengetahui outcome asuhan kebidanan pada ibu hamil yang menderita anemia melalui konsumsi tanaman kelor bening. Studi kasus dilakukan di pustu arui das puskesmas lorulun. Metode yang digunakan dengan pendekatan studi kasus pada ibu hamil dengan anemia melakukan kunjungan rumah. Hasil asuhan kebidanan didapatkan bahwa setelah ibu hamil mengkonsumsi sayur bening kelor setiap hari dengan takaran 50 gram dan frekuensi makan 3 kali/hari berturut-turut selama 8 hari terjadi peningkatan kadar haemoglobin yang semula 7 gr/dl naik menjadi 9 gr/dl sehingga terjadi peningkatan kadar haemoglobin 2 gr/dL. Kesimpulan bahwa asuhan kebidanan dengan pemberian konsumsi sayur bening kelor pada ibu hamil dapat meningkatkan kadar haemoglobin.

Kata kunci: *Daun Kelor, Ibu Hamil, Anemia.*

PENDAHULUAN

Ibu hamil memerlukan asuhan yang komprehensif pada kasus anemia karena mempunyai dampak kesehatan terhadap ibu dan anak dalam kandungan, antara lain meningkatkan risiko bayi dengan berat lahir rendah, keguguran, kelahiran prematur dan kematian pada ibu dan bayi baru lahir.¹ Potensi sumber daya alam Indonesia sangatlah melimpah dibandingkan dengan negara-negara lain. Indonesia memiliki kondisi tanah dan cuaca yang

sangat menunjang untuk ditanami dan ditumbuhi berbagai macam tanaman ataupun tumbuhan dengan subur, seperti tanaman-tanaman herbal. Masyarakat Saumlaki kurang pengetahuan terkait pemanfaatan daun dan pengolahan daun kelor menjadi salah satu pemanfaatan sumber daya manusia yang tidak dimanfaatkan kearifan lokal dengan baik. Setiap tahunnya sekitar 40% wanita hamil di seluruh dunia mengalami anemia terutama disebabkan karena kekurangan zat besi. Prevalensi anemia pada kehamilan tertinggi terjadi di wilayah Afrika yaitu mencapai 46,34%, wilayah Asia 47,92%, Eropa 26,15% dan terendah terjadi di wilayah Amerika yaitu 25,28%. Kondisi anemia pada ibu hamil mempunyai dampak kesehatan terhadap ibu dan anak dalam kandungan, antara lain meningkatkan risiko bayi dengan berat lahir rendah, keguguran, kelahiran prematur dan kematian pada ibu dan bayi baru lahir. Ibu hamil dengan kadar Hb <10 g/dl mempunyai risiko 2,25 kali lebih tinggi untuk melahirkan bayi BBLR, sedangkan ibu hamil dengan anemia berat mempunyai risiko melahirkan bayi BBLR 4,2 kali lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang tidak anemia berat. Risiko kematian ibu meningkat 3,5 kali pada ibu hamil yang menderita anemia¹.

Perubahan tersebut juga dapat mempengaruhi kebutuhan gizi yang seimbang dan gaya hidup sehat yang dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan janin selama masa kehamilan sampai persalinan. Anemia pada ibu hamil merupakan suatu kondisi dimana terjadinya penurunan kadar haemoglobin di dalam darah. Sehingga hal ini dapat menyebabkan kapasitas daya angkut oksigen dalam memenuhi kebutuhan organ vital pada ibu dan janin semakin berkurang. Ibu hamil pada kondisi normal memiliki kadar haemoglobin tidak kurang dari 11,00 gr%. Sedangkan ibu hamil yang mengalami anemia memiliki kadar Hb yaitu <11,00 pada trimester ke-1 dan trimester ke-3 dan pada trimester ke-2 ibu hamil memiliki kadar haemoglobin <10,50 gr%. Hal ini disebabkan karena adanya perbedaan hemodilusi pada trimester ke-2. Prevalensi ibu hamil yang menderita anemia pada tahun 2012 menurut WHO mencapai 41,8% di dunia dan Asia menduduki peringkat kedua di dunia setelah Afrika dengan prevalensi anemia pada masa kehamilan mencapai 48,2%².

Menurut World Health Organization (WHO) 40% kematian ibu di negara berkembang berkaitan dengan anemia pada kehamilan dan kebanyakan disebabkan oleh defisiensi zat besi (Fe) dan perdarahan akut, bahkan tidak jarang keduanya saling berinteraksi. Di negara maju diperkirakan terdapat 13% wanita mengalami anemia Menurut World Health Organization prevalensi ibu hamil yang mengalami anemia defisiensi Fe sekitar 35-75% yang semakin meningkat seiring dengan pertambahan usia kehamilan. Sementara persentase wanita hamil dari keluarga miskin terus meningkat seiring bertambahnya usia kehamilan dalam trimester I (sebanyak 8%), trimester II sebanyak 12%, dan trimester III sebanyak 29%³.

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) pada tahun 2020, persentase anemia pada ibu hamil di Indonesia adalah 37.1%. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT), prevalensi anemia defisiensi besi di Indonesia pada ibu hamil sebesar 63,5% tahun 1995, turun menjadi 40,1% pada tahun 2019, dan pada tahun 2021 turun menjadi 24,5%⁴.

Kabupaten Kepulauan Tanimbar merupakan salah satu kabupaten yang memiliki AKI yang banyak terjadi kasus perdarahan mulai dari tahun 2018 s.d 2021 dengan AKI 6/ 1000 kelahiran hidup dan AKB 124/ 1000 kelahiran hidup. Pada tahun 2021 sebesar 2.814 mengalami anemia ringan dan sebesar 44 mengalami anemia berat dari 3.732 ibu hamil (Dinkes Kepulauan Tanimbar, 2021). Puskesmas lorulun merupakan salah satu puskesmas yang terletak di kecamatan wertamrian berdasarkan data yang di peroleh oleh peneliti angka kejadian anemia masih tinggi 77,7% dari 27 ibu hamil. Berdasarkan data di atas maka peneliti tertarik melakukan asuhan kebidanan ibu hamil anemia sedang dengan pemberian konsumsi sayur bening kelor untuk meningkatkan kadar haemoglobin di puskesmas lorulun kabupaten kepulauan tanimbar.

PRESENTASI KASUS

Studi kasus dengan penatalaksanaan asuhan kebidanan dengan pemberian sayur bening kelor pada ibu hamil dengan anaemia sedang, berikut gambar umum pada tabel 1.

Tabel 1. Gambaran Umum Keadaan Klien

Nama (Umur)	Karakteristik Umum	Riwayat Obstetri	Hasil Pengkajian
Ny. L 21 tahun	Ny. L Agama: Katolik Pekerjaan: Ibu rumah tangga Suku/bangsa : Maluku/Indonesia Alamat : Saumlaki	My. L umur 21 tahun G ₁ P ₀ A ₀ A ₀ umur kehamilan 17 minggu 3 hari dengan anemia sedang HPHT: 21 Oktober 2023	Ny.L ketika dilakukan palpasi abdomen: Leopold I : TFU 3 jari dibawah pusat, ballotement (+), DJJ : 122 x/menit. Ny. L mengeluh sering merasa pusing dan cepat lelah ketika beraktifitas. Pola nutrisi sebelum dan sesudah hamil selesai makan minum teh Ny. L rutin minum tablet Fe selama kehamilan tetapi kadang minum teh. Tekanan darah diperoleh 90/60 mmHg. Pemeriksaan fisik pada mata terlihat konjungtiva pucat. Pemeriksaan penunjang yaitu cek Hb diperoleh 7 gr/dL pada tanggal 20 Februari 2024. Kunjungan rumah pada tanggal 28 Februari 2024 dilakukan pemeriksaan penunjang cek Hb diperoleh 9 gr/dL.

Asuhan kebidanan ibu hamil yaitu Ny.L dengan anemia sedang di pustu arui das, puskesmas lorulun, ibu hamil datang pada tanggal 20 Februari 2024 pada pukul 09.25 WIT, ibu hamil datang dengan keluhan pusing dan cepat lelah ketika beraktifitas. Berdasarkan hasil analisis data subjektif didapatkan bahwa sebelum dan sesudah hamil ibu sering mengkonsumsi air teh setelah makan. Pola aktivitas sehari-hari ibu sebagai ibu rumah tangga, mengurus rumah dan istirahat lebih lama karena sering merasa mengantuk. Sedangkan objektif didapatkan hasil tanda-tanda vital meliputi TD: 90/60 mmHg, N: 85 x/menit, R: 20 x/menit dan S: 36,5°C. Hasil pemeriksaan fisik pada mata diperoleh konjungtiva pucat dan pemeriksaan palpasi leopard TFU: 22 cm sehingga TBJ: 1240 gram. Pemeriksaan penunjang diperoleh hasil Hb 7 gr/dl. Telah diberikan tablet Fe 60 mg 2x1 dan 10 tablet asam folat 250 mg 1x1.

Data ini menunjukkan bahwa terjadi anemia sedang pada ibu hamil sehingga perlu diberikan asuhan peningkatan kadar haemoglobin pada ibu hamil dengan cara pemberian sayur bening kelor. Ibu mengkonsumsi sayur bening kelor setiap hari dengan takaran 50 gram dan frekuensi makan 3 kali/hari berturut-turut selama 8 hari. Pemantauan perkembangan kunjungan rumah Ny.L dilakukan untuk menganjurkan ibu makan makanan yang bergizi dan mengandung zat besi serta suplemen zat besi dilakukan selama 8 hari. Pada tanggal 28 Februari 2024 jam 13.00 WIT melakukan pemantauan dengan cek Hb kembali sehingga diperoleh hasil Hb: 9 gr/dl. Selama 8 hari terjadi peningkatan kadar haemoglobin pada Ny.L sebesar 2 gr/dl. Standar pelayanan asuhan kehamilan antenatal care (ANC) yaitu 14T salah satunya adalah pemeriksaan haemoglobin dan memastikan peningkatan kadar haemoglobin pada ibu hamil pengawasan sebelum persalinan terutama ditujukan pada pertumbuhan dan perkembangan janin dalam rahim. Dilakukan dengan observasi berencana dan teratur terhadap ibu hamil melalui pemeriksaan, pendidikan, pengawasan secara dini terhadap komplikasi dan penyakit ibu yang dapat mempengaruhi kehamilan.

PEMBAHASAN

Ibu hamil dengan anemia sedang memerlukan asuhan yang komprehensif dan pemantauan yang berkelanjutan. Ibu hamil di saumlaki sebagian besar mengalami anemia defisiensi besi. Konsumsi sayur bening kelor dapat meningkatkan kadar haemoglobin. Daun kelor sangat mudah ditemui di kepulauan tanimbar hanya saja masyarakat tidak mengetahui manfaat daun kelor bagi kesehatan. Ibu hamil memanfaatkan daun kelor sebagai kearifan lokal untuk meningkatkan kadar haemoglobin. Daun kelor tumbuh subur di perkarangan rumah warga, daun kelor sangat mudah ditemui dan murah tanpa biaya.

Moringa oleifera dapat digunakan untuk mengatasi malnutrisi dan memperkuat makanan pendamping dengan tanaman lokal yang kaya protein dan mikronutrien Daun Moringa oleifera kering dari Zambia mengandung 24,5 mg/100g zat besi lebih dari 100 g bayam, kalsium 1468 mg/100g yang jumlahnya 10 kali lebih tinggi dari yang terkandung dalam 100 g susu. Selain itu, bubuk Moringa oleifera Zambia kaya akan karotenoid yang jumlahnya lebih dari jeruk, wortel dan melon. Bubuk Moringa oleifera kaya akan protein kasar (30,9 g/100 g)⁵.

Tanaman Moringa oleifera (kelor) mempunyai kandungan nutrisi yang cukup tinggi. Moringa oleifera banyak ditemukan di daerah tropis kering, dilaporkan menjadi sumber yang kaya protein dan mikronutrien. Daun Moringa oleifera bisa dipanen dan dikeringkan dengan mudah dengan pengering surya dan digiling untuk membentuk bubuk yang dapat disimpan untuk digunakan di rumah tangga pedesaan Kandungan protein daun kelor kering mencapai 28,44%; lemak 2,74%; karbohidrat 57,01%; serat 12,63%; dan kalsium 1600-2200 mg. Pada daun kelor kering kandungan kalsium lebih tinggi yaitu sejumlah 1600-2200mg dari daun basah yaitu sejumlah 350-550 mg, dengan demikian banyak disediakan dalam bentuk ekstrak.

Tingginya kadar kalsium dalam ekstrak Moringa oleifera sangat dibutuhkan oleh balita yang sedang dalam masa pertumbuhan. Moringa dapat digunakan sebagai suplemen gizi berbasis makanan lokal untuk ibu hamil dalam mengurangi prevalensi anemia. Moringa dapat digunakan sebagai suplemen gizi berbasis makanan lokal untuk ibu hamil dalam mengurangi prevalensi anemia. Sebuah penelitian telah menunjukkan bahwa tanaman kelor untuk ibu hamil dapat meningkatkan zat besi dalam tubuh. Asupan kelor juga dapat mencegah anemia, meningkatkan kuantitas ibu menyusui, mengurangi stres dan menambah berat badan ibu hamil⁶

Ny.L umur 21 tahun G₁P₀Ab₀Ah₀ umur kehamilan 17 minggu 3 hari berada di trimester II Pemeriksaan penunjang pada tanggal 20 Februari 2024 yaitu cek Hb diperoleh 7 gr/dL Kemudian peneliti memberikan asuhan kebidanan kunjungan rumah memastikan ibu mengkonsumsi sayur bening kelor setiap hari dengan takaran 50 gram dan frekuensi makan 3 kali/hari berturut-turut selama 8 hari terjadi peningkatan kadar haemoglobin 2 gr/dL. Pada tanggal 28 Februari 2024 dilakukan pemeriksaan penunjang cek Hb diperoleh 9 gr/dL. Berdasarkan pemantauan kunjungan rumah selama 8 hari kadar haemoglobin meningkat, semula anemia sedang menjadi anemia ringan. Hasil pemeriksaan Hb, dapat digolongkan yaitu Hb 11 gr/dl : tidak anemia, Hb 9-10 gr/dl: anemia ringan, Hb 7 – 8 gr/dl: anemia sedang, Hb < 7 gr/dl : anemia berat.

Satu porsi 100 gram daun segar dapat memberi wanita lebih dari sepertiga kebutuhan kalsium hariannya dan memberinya sejumlah zat besi, protein, tembaga, belerang, dan vitamin B yang penting. Salah satu sayuran yang memiliki kandungan nutrisi ialah kelor (*Moringa oleifera*). Menurut hasil penelitian Jamil (2021) bahwa hasil perhitungan asupan zat besi menunjukkan rata-rata asupan zat besi pada wanita konsumsi kelor lebih tinggi sebesar 12,54 mg/hari. Rata-rata wanita mengkonsumsi sayur daun kelor dalam 1 minggu > 3 kali. Setiap kali makan 1 mangkuk sayur daun kelor mengandung zat besi sebesar 0,6 mg/100 g, dalam seminggu asupan sayur daun kelor menyumbang 1,8 mg. Kandungan vitamin C dalam satu mangkuk sayur kelor sebesar 13 mg/100 g, wanita tersebut mengkonsumsi sayur kelor dalam seminggu > 3 kali. Sayur daun kelor 50 gr dalam 200 ml setiap hari selama 2 minggu menunjukkan perubahan yang signifikan pada kadar hemoglobin ibu 100 ml sup daun kelor mengandung 0.85 mg zat besi, 6.7 mg protein, 1.7 mg lemak, energy sebesar 92 kkal, 440 mg kalsium, 0.8 mg Vitamin B3, 0.05 mg riboflavin, 0.06 mg vitamin B1, 220 mg vitamin C. Hasil uji perbedaan menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara asupan zat besi pada wanita yang mengkonsumsi kelor dan tidak konsumsi kelor ($p=0,00$)⁷.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian kadar hemoglobin ibu hamil sebelum diberikan sayur daun kelor dengan rata-rata 10.525 g/dL. Kemudian kadar hemoglobin ibu hamil setelah diberikan sayur daun kelor dL dengan rata-rata 11.219 g/dL. Hasil uji paired t-test bahwa nilai $p = 0.000 < p (0.05)$ artinya adanya pengaruh pemberian sayur daun kelor terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Maunori⁸.

Ibu hamil trimester III yang mengalami anemia dapat mengkonsumsi daun kelor untuk meningkatkan kadar haemoglobin hal ini terlihat dari hasil penelitian yang sudah dilakukan pada ibu hamil trimester III dengan mengkonsumsi daun kelor selama 7 hari berturut turut tanpa putus mengalami kenaikan kadar Hb 0,8 gr%-2,5 gr% yang dapat mempengaruhi peningkatan kadar Hb⁹.

Ny.L memiliki kadar haemoglobin <11 gr/dL sehingga merasa pusing dan cepat lelah ketika beraktifitas serta didapatkan konjungtiva pucat pada saat pemeriksaan. Ibu hamil dinyatakan anemia jika kadar hemoglobinnya kurang dari 11 mg/L. Zat besi berperan penting sebagai pengangkut oksigen dari paru-paru ke jaringan dan elektron ketika membentuk energi dalam sel. Zat besi yang bercampur dengan protein akan terbentuk hemoglobin pada sel darah merah serta myoglobin pada serabut otot. Jika kadar zat besi menurun akan mengakibatkan hemoglobin yang juga menurun pada darah yang menjadi alasan anemia terjadi. Hasil

penelitian menunjukkan rata-rata kadar hemoglobin responden saat pre test, rata-rata kadar hemoglobin responden saat post test 18,8 dan ada pengaruh pemberian ekstrak daun kelor terhadap kadar hemoglobin ibu hamil¹⁰.

Anemia adalah kondisi ibu dengan kadar haemoglobin (Hb) dalam darahnya kurang dari 12 gr%. Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar haemoglobin dibawah 11 gr% pada trimester 1 dan 3 atau kadar haemoglobin kurang dari 10,5 gr% pada trimester 2. Nilai batas tersebut dan perbedaannya dengan wanita tidak hamil terjadi karena hemodilusi, terutama pada trimester 2. Darah akan bertambah banyak dalam kehamilan yang lazim disebut hidremia atau hipervolemia. Akan tetapi, bertambahnya sel darah kurang dibandingkan dengan bertambahnya plasma sehingga terjadi pengenceran darah. Perbandingan tersebut adalah sebagai berikut: plasma 30%, sel darah 18% dan haemoglobin 19%. Bertambahnya darah dalam kehamilan sudah dimulai sejak kehamilan 10 minggu dan mencapai puncaknya dalam kehamilan antara 32 dan 36 minggu. Secara fisiologis, pengenceran darah ini untuk membantu meringankan kerja jantung yang semakin berat dengan adanya kehamilan¹¹.

Ny.L rutin minum tablet Fe selama kehamilan tetapi kadang minum teh. Ibu tidak mengetahui konsumsi tablet Fe dengan minum teh tidak dianjurkan. Hal ini karena teh tanin bergabung dengan zat besi dalam makanan yang dicerna, menghalangi penyerapan zat besi dalam tubuh sehingga menyebabkan terjadinya anemia. Kebiasaan tersebut mengganggu penyerapan nutrisi dan tablet Fe yang telah dikonsumsi oleh ibu. Ibu dianjurkan sebelum dan sesudah makan maupun minum tablet Fe harus dengan air putih atau air jeruk, tidak dianjurkan minum teh.

Ny.L sangat membutuhkan zat besi selama hamil karena kebutuhan ibu hamil akan Fe meningkat untuk pembentukan plasenta dan sel darah merah sebesar 200-300%. Zat besi yang diperlukan selama hamil ialah 1040 mg. Dari jumlah ini, 200 mg Fe tertahan oleh tubuh ketika melahirkan dan 840 mg sisanya hilang. Sebanyak 300 mg besi ditransfer ke janin, dengan rincian 50-75 mg untuk pembentukan plasenta, 450 mg untuk menambah jumlah sel darah merah, dan 200 mg lenyap ketika melahirkan.

Hal ini sesuai dengan hasil analisis nilai hubungan antara kebiasaan minum teh p-value sebesar 0.029, kepatuhan konsumsi tablet Fe p-value sebesar 0.005 dan status gizi p-value sebesar 0.017 dengan kejadian anemia pada ibu hamil di RSUD Kota Bogor (Sugihastuti, 2022). Hasil fisher exact menunjukkan p value = 0,034 ($p < 0,05$) bahwa terdapat hubungan signifikan antara konsumsi teh dengan kejadian anemia pada ibu hamil¹². Hasil penelitian

menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan anemia ($p=0,009$), ada hubungan asupan makanan dengan anemia ($p=0,004$), dan ada hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan anemia ($p=0,004$). Ada hubungan tingkat pengetahuan gizi, asupan makanan, dan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Pertiwi Makassar¹³.

Hasil penelitian mengatakan bahwa ekstrak daun kelor mengandung senyawa fitokimia. Senyawa fitokimia yang terdapat pada daun kelor antara lain: alkaloid, terpenoid, triterpenoid, steroid, saponin, quinon, fenol, antimikroba, antibakteri, flavonoid, dan tannin. Daun kelor kaya akan nutrisi dan fitokimia esensial. Kandungan Vitamin C daun kelor 7 kali lebih banyak daripada vitamin C jeruk, kandungan vitamin A sebesar 10 kali lebih banyak daripada wortel, 17 kali kalsium lebih banyak dari pada susu, 9 kali kalium lebih banyak daripada pisang, dan kandungan zat besinya 25 kali lebih banyak daripada bayam. Daun kelor merupakan sumber berbagai vitamin, kalsium, zat besi (Fe), β -karoten, dan phenolic acid. Kandungan protein daun kelor jauh lebih tinggi bila dibandingkan dengan telur dan susu¹⁴. Hasil menunjukkan bahwa kandungan Protein (28,66), Zn (2,32) dan Fosfor (715,32), yaitu tertinggi pada pengeringan dengan metode blanching, p -value > 0,05. Kandungan Fe (11,41), dan Ca (1014,81), tertinggi pada tepung daun kelor dengan metode pengeringan yang hanya diangin-anginkan, p -value < 0,05¹⁵⁻¹⁷.

Suami Ny. L bekerja sebagai petani dan Ny.L sebagai ibu rumah tangga. Pendidikan suami Ny. L dan Ny.L adalah sekolah menengah atas. Mayoritas penduduk kepulauan tanimbar bekerja sebagai petani, nelayan dan ibu rumah tangga. Penyebab Ny.L mengalami anemia berdasarkan pekerjaan karena kemiskinan sehingga asupan gizi sangat kurang dan kurangnya pengetahuan tentang pola makan yang berkualitas untuk kesehatan kehamilannya sehingga terjadi anemia defisiensi berat. Status pekerjaan erat kaitannya dengan sosial ekonomi. Ibu hamil dengan status pekerjaan tidak bekerja hanya sebagai ibu rumah tangga merupakan faktor resiko terjadinya anemia. Pemenuhan nutrisi yang baik sangat dibutuhkan pada masa kehamilan untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan janin, pemeliharaan kesehatan ibu dan persediaan laktasi. Salah satu kekurangan nutrisi pada ibu hamil dapat mengakibatkan anemia.

Penghasilan keluarga merupakan jumlah penghasilan real dari seluruh anggota rumah tangga yang digunakan untuk memenuhi kebutuhan bersama maupun perorangan dalam rumah tangga. Pendapatan merupakan gambaran terhadap posisi ekonomi keluarga dalam masyarakat. Pendapatan dapat memengaruhi pola konsumsi suatu keluarga. Perolehan pendapatan yang tinggi, maka akan semakin cukup konsumsi makan yang kaya akan

asupan gizi bagi keluarga. Pendidikan ibu merupakan modal utama dalam menunjang ekonomi keluarga juga berperan dalam penyusunan makan keluarga, serta pengasuhan dan perawatan anak. Bagi keluarga dengan tingkat pendidikan yang tinggi akan lebih mudah menerima informasi kesehatan khususnya bidang gizi, sehingga dapat menambah pengetahuannya dan mampu menerapkan dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan yang dijalani seseorang memiliki pengaruh pada peningkatan kemampuan berfikir, dimana seorang yang berpendidikan lebih tinggi akan dapat mengambil keputusan yang lebih rasional, umumnya terbuka menerima perubahan atau hal baru dibandingkan dengan individu yang berpendidikan lebih rendah. Makin tinggi pendidikan, makin mudah hidup secara mandiri, kreatif, dan berkesinambunga¹⁸.

Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara umur ibu (0,185), paritas (0,107), pekerjaan ibu (0,552), status gizi ibu (0,123), pendidikan ibu (0,390) dan pengetahuan (0,258) terhadap kejadian anemia. Konsumsi Fe (0,001) dan kunjungan ANC (0,004) berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil (0,009)¹⁹.

kelor sebagai tanaman budidaya dan memiliki tanaman kelor di setiap rumah dikarenakan tumbuhan kelor kaya akan manfaat dan nutrisi yang dapat dimanfaatkan sebagai bahan pangan dan obat tradisional.

Hasil penilaian penyakit pada seluruh subjek di klasifikasikan mengalami penyakit anemia ringan dengan nilai Hb masing-masing subjek I (10,4 gr/dl), subjek II (9,8 gr/dl), dan subjek III (10,4 gr/dl). Bentuk pengendalian penyakit anemia pada ibu hamil dari seluruh subjek penelitian yaitu memberikan edukasi kesehatan dan menganjurkan mengkonsumsi jus jambu biji merah selama 7 hari dengan dosis 250 cc dalam sehari, sayuran bayam hijau dengan dosis \pm 250 gram dikonsumsi 2 kali sehari selama 7 hari, menjaga pola tidur dan menganjurkan konsumsi tablet Fe sesuai dengan anjuran dokter atau bidan. Hasil penilaian penyakit anemia pada ibu hamil setelah dilakukan pengendalian menunjukkan bahwa subyek I memiliki kadar Hb (12,6 gr/dl), Subyek II (11,1 gr/dl) dan Subyek III (13,7 gr/dl)².

Ny. L merasakan layanan antenatal care pada ibu hamil, asuhan komprehensif dan berkelanjutan sangat efektif diberikan pada ibu hamil dengan anemia defisiensi besi. Selain asupan gizi yang mengandung zat besi, maka yang harus diperhatikan oleh ibu hamil yaitu membiasakan mengkonsumsi tablet Fe secara teratur tanpa minum teh agar tidak terjadi anemia pada ibu hamil.

KESIMPULAN

Asuhan kebidanan dengan pemantauan konsumsi sayur bening kelor pada ibu hamil trimester II dengan anemia sedang didapatkan bahwa asuhan tersebut meningkatkan kadar

haemoglobin dalam waktu 8 hari sebesar 2 gr/dl. Kadar daun kelor memberikan efek meningkatkan kadar haemoglobin karena kandungan zat besinya 25 kali lebih banyak daripada bayam. Sehingga asuhan ini baik digunakan dalam pemberian asuhan komprehensif pada ibu hamil dengan anemia.

SARAN

Perlunya pemantauan asupan gizi ibu hamil dan penerapan pemanfaatan daun kelor untuk meningkatkan kadar haemoglobin pada penatalaksanaan ibu hamil dengan anemia sedang perlunya pemeriksaan penunjang haemoglobin secara berkala pada ibu hamil per trimester sehingga tidak hanya edukasi dan penyuluhan saja di masyarakat. Harapannya dapat menjadi rujukan bagi peneliti atau tenaga kesehatan lain dalam menghadapi kasus anemia pada ibu hamil.

UCAPAN TERIMA KASIH

Besar ucapan terima kasih peneliti sampaikan kepada pihak puskesmas lorulun terkhusus kepala puskesmas lorulun yang telah memberikan izin dan bantuan kepada peneliti dalam melaksanakan penelitian terkait studi kasus ini, terimakasih pula saya sampaikan kepada semua pihak yang terlibat dalam kegiatan.

Referensi

1. Nadia, Ludiana, Dewi TK. Penerapan Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia Pada Kehamilan Diwilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Metro Tahun 2021 Application of Health Education To Pregnant Women'S Knowledge About Anemia in Pregnancy in the Working Area of. *J Cendikia Muda* 2022; 2: 359–366.
2. Irdan, Herman. Identifikasi Potensi Bahaya, Penilaian Dan Pengendalian Penyakit Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Puuwatu Kota Kendari. *J Ilm karya Kesehat I* 2020; 1: 84–89.
3. Kementerian Kesehatan RI. *Profil Kesehatan Indonesia 2020*. Jakarta, 2020. Epub ahead of print 2020. DOI: 10.1080/09505438809526230.
4. Kemenkes, RI. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Jakarta, 2020. Epub ahead of print 2020. DOI: 10.5005/jp/books/11257_5.
5. Fatmawati N, Zulfiana Y, Julianti I. Pengaruh Daun Kelor (*Moringa oleifera*) Terhadap Pencegahan Stunting. *J Fundus* 2023; 3: 1–6.
6. Hanif F, Berawi KN. Moringa Leaves (*Moringa oleifera*) as Healthy Food Complementary Nutrition for the First 1000 Days of Life. *J Kesehat* 2022; 13: 398–407.
7. Jamil Alvina Rachmatillah, Rahayu Astuti dan Indri Astuti Purwati. 2021. Perbedaan Kadar Hemoglobin Berdasarkan Kebiasaan Konsumsi Kelor (*Moringa Oleifera*) pada Wanita Usia Subur (Studi di Dukuh Ngawenombo, Blora Jawa Tengah). Semarang: Universitas Muhammadiyah Semarang. Jamil, dkk. *Amerta Nutr* (2021). 23-30 DOI: 10.20473/amnt.v5i1.2021. 23-30. *Jointly Published by IAGIKMI & Universitas Airlangga*
8. Eka Surya Sulistriany Djaba, Siti Marfu'ah. Pengaruh Pemberian Sayur Daun Kelor Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil. *Cendekia Med J Stikes Al-Ma`arif Baturaja* 2023; 8: 73–87.
9. Tampubolon Y. Pengaruh Pemberian Daun Kelor Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Peningkatan Kadar Hb Di Wilayah Kerja Puskesmas Gedung Sari Kecamatan Anak Ratu Aji Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2020. *J Kebidanan Malahayati* 2021; 7: 801–808.
10. Bangun A, Pasaribu CJ, Tarigan ER, et al. Pengaruh Sayur Bening Daun Kelor (*Moringa*

- Oleifera) Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Patumbak Deliserdang Tahun 2022. *Jurnal UisuAcId* 2023; 6: 393–399.
11. Sulistyawati W, Ayati Khasanah N. Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Dan Faktor Yang Melatarbelakangi. *Pros Semin Nas Has Penelit Dan Pengabdi Masy Seri Ke-3 Tahun 2019 2022*; 201–207.
 12. Tri wijayari fraga batara. Hubungan konsumsi teh dengan kejadian anemia pada ibu hamil di puskesmas trauma center samarinda. *Borneo Student Res* 2021; 2: 1553–1562.
 13. Novita N, Sukaisih N, Awalia N. Kejadian anemia pada ibu hamil. 2010; 1: 8–17.
 14. Saputra A, Arfi F, Yulian M. Literature Review: Analisis Fitokimia Dan Manfaat Ekstrak Daun Kelor (*Moringa oleifera*). *Amina* 2020; 2: 114–119.
 15. Sulasmi, Alfiana Nur Khalishah, Bunga Mawarni, et al. Pemanfaatan Daun Kelor (*Moringa oleifera* L.) Untuk Mengatasi Anemia. *J Pengemas Kesehat* 2023; 2: 18–25.
 16. Kurniawan I, Misnaniarti M, Flora R. Analisis Implementasi Intervensi Gizi Spesifik dalam Penanganan Stunting di Puskesmas Wilayah Kabupaten Bengkulu Utara. *JUMANTIK (Jurnal Ilm Penelit Kesehatan)* 2021; 6: 328.
 17. Irwan Z. Kandungan Zat Gizi Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Berdasarkan Metode Pengeringan. *J Kesehat Manarang* 2020; 6: 66–77.
 18. Ristica OD. Faktor Risiko Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. *J Kesehat Komunitas* 2013; 2: 78–82.
 19. Rismawati S, Rohmatin E. Analisis Penyebab Terjadinya Anemia Pada Ibu Hamil. *Media Inf* 2018; 14: 51–57.