

ASUHAN KEPERAWATAN ANEMIA IBU HAMIL DENGAN PEMBERIAN TABLET ZAT BESI (FE) DI PUSKESMAS SATELIT BANDAR LAMPUNG**Eka Yudha Chrisanto¹, Rudi Winarno², Putri Salsabila Azzahra^{3*}**¹⁻³Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati

Email korespondensi: putrimobile112@gmail.com

Disubmit: 23 Agustus 2022 Diterima: 30 September 2022 Diterbitkan: 01 Oktober 2022
DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i10.7576>**ABSTRAK**

Kadar Hb ialah ukuran pigmen respiratorik dalam butiran-butiran darah merah, jumlah Hb dalam darah normal adalah kira-kira 15 gram setiap 100 ml darah dan jumlah ini biasanya disebut 100 persen. WHO telah menetapkan batas kadar Hb normal ibu hamil batas nilai Hb 11,0 gr, wanita dewasa batas nilai Hb 12,0 gr (Arisman 2010). Maka dapat dikatakan bahwa Hb ibu hamil yang rendah atau kurang dari 11 gr masuk dalam kategori anemia. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan kadar hemoglobin dengan pemberian tablet zat besi (Fe) kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Satelit Bandar Lampung. Dalam penelitian ini menggunakan metode analitik dengan pendekatan quasi eksperimen dengan one group pretest-posttest design. Pada pengambilan sampel peneliti menggunakan teknik sampling purposive. Populasi dalam penelitian ibu hamil dengan anemia sebanyak 3 responden, dilaksanakan pada bulan November 2021 selama 3 minggu di Puskesmas Satelit Bandar Lampung. Hasil penelitian didapatkan terjadi peningkatan kadar hemoglobin dengan pemberian tablet zat besi (Fe) yang dikonsumsi selama 3 minggu berturut-turut dengan skor kenaikan antara 0,9-2,0 gr/dl. Pentingnya pemberian tablet zat besi (Fe) dan pemeriksaan hemoglobin agar dapat mencegah dan tidak terjadi kejadian anemia pada ibu hamil.

Kata Kunci: Anemia, Ibu hamil, Tablet Zat besi**ABSTRACT**

Hb levels are a measure of the respiratory pigment in the grains of red blood, the amount of Hb in normal blood is approximately 15 grams every 100 ml of blood and this amount is usually called 100 percent. WHO has set a limit on normal Hb levels for pregnant women to limit Hb values of 11.0 gr, adult women limit Hb values to 12.0 gr (Arisman 2010). Then it can be said that the Hb of pregnant women who are low or less than 11 gr fall into the category of anemia. The purpose of this study was to determine the increase in hemoglobin levels by giving iron tablets (Fe) the incidence of anemia in pregnant women at the Bandar Lampung Satellite Health Center. In this study using analytical methods with a quasi-experimental approach with one group pretest-posttest design. In sampling, researchers used purposive sampling techniques. The population in the study of pregnant women with anemia was 3 respondents, carried out in November 2021 for 3 weeks at the Bandar Lampung Satellite Health Center. The results of the study showed an increase in hemoglobin levels by giving iron tablets (Fe) consumed for 3 consecutive weeks

with an increase score between 0.9-2.0 gr / dl. The importance of giving iron tablets (Fe) and hemoglobin examination in order to prevent and not occur anemia in pregnant women.

Keywords: Anemia, Pregnant Women, Iron Tablets

1. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan peristiwa yang wajar dan normal dalam tahap reproduksi kehidupan seorang wanita. Keluhan saat hamil adalah hal yang biasa. Selama tiga bulan pertama kehamilan, di awal kehamilan, ibu hamil mengalami perubahan fisik dan psikologis untuk mempersiapkan pertumbuhan janin, persalinan, dan menyusui. Keadaan yang terjadi dapat mengakibatkan kecacatan atau kecacatan selama kehamilan (Elba and Putri 2019).

Hemoglobin (Hb) merupakan protein yang mengandung senyawa besi heme. Hemoglobin memiliki afinitas terhadap oksigen dan karbon dioksida. Hb hemoglobin mengikat oksigen melalui ikatan kimia khusus (AMANDA 2019) karena berfungsi untuk mengangkut oksigen ke seluruh tubuh. Kadar Hb adalah ukuran pigmen yang dihembuskan dalam butiran sel darah merah, dan jumlah Hb dalam darah normal adalah sekitar 15 gram per 100 ml darah, yang biasanya disebut 100 persen. WHO menetapkan ambang batas Hb normal berdasarkan usia dan jenis kelamin. Anak-anak berusia 6 bulan hingga 6 tahun adalah 11,0 g, anak-anak berusia 6 hingga 14 tahun adalah 12,0 g, dan pria dewasa memiliki nilai Hb terbatas 13,0 g, Ibu hamil membatasi kadar Hb hingga 11,0 g, wanita dewasa membatasi kadar Hb hingga 12,0 g (Arisman 2010). Oleh karena itu, Hb pada ibu hamil dengan berat badan kurang dari 11 g atau rendah termasuk dalam kategori anemia.

Anemia adalah suatu kondisi di mana jumlah sel darah merah dalam darah rendah. Darah terdiri dari dua bagian: bagian cair yang disebut plasma dan bagian padat yang disebut sel darah. Bagian sel mengandung beberapa jenis sel yang berbeda. Salah satu jenis sel yang paling penting dan paling umum adalah sel darah merah. Jenis sel lainnya adalah sel darah putih dan trombosit. Fungsi sel darah merah adalah untuk membawa oksigen dari paru-paru ke bagian tubuh lainnya (Proverawati 2011).

Anemia adalah suatu kondisi yang terjadi ketika jumlah sel darah merah (red blood cell) dan/atau jumlah hemoglobin dalam sel darah merah berada di bawah normal. Sel darah merah dan hemoglobin yang dikandungnya diperlukan untuk pengangkutan dan pengiriman oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Pasokan oksigen yang tidak memadai dapat membahayakan banyak jaringan dan organ di seluruh tubuh. Anemia bisa ringan, sedang, atau berat, tergantung seberapa banyak jumlah sel darah merah dan/atau kadar hemoglobin berkurang. Ini adalah kondisi yang cukup umum yang mempengaruhi pria dan wanita dari segala usia, ras dan etnis. Namun, orang-orang tertentu berisiko lebih tinggi terkena anemia. Ini termasuk orang-orang yang diet rendah zat besi dan vitamin, penyakit kronis seperti penyakit ginjal, diabetes, kanker dan penyakit radang usus, riwayat keluarga keturunan anemia, infeksi kronis seperti TB dan HIV, dan cedera, atau operasi (Proverawati 2011).

Anemia yang berhubungan dengan kehamilan adalah peningkatan kadar plasma selama kehamilan, yang dapat menyebabkan pengenceran darah (blood dilution) dan dicerminkan sebagai anemia (Proverawati 2011).

Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis seseorang tergantung pada usia, jenis kelamin, tempat tinggal, kebiasaan merokok, dan tahap kehamilan. Hasil Penelitian Manuaba 2010 (Manurung 2020) Yang disebut juga dengan kekurangan darah atau anemia saat hamil adalah anemia karena kekurangan zat besi. Ini adalah jenis anemia yang mudah dan murah untuk diobati. Anemia dan kekurangan darah selama kehamilan merupakan masalah nasional karena mencerminkan nilai kesejahteraan sosial ekonomi masyarakat dan berdampak luar biasa pada kualitas sumber daya manusia.

Anemia adalah gangguan medis yang paling umum selama kehamilan, dan anemia berat dikaitkan dengan periode perinatal yang buruk. Ini adalah salah satu masalah kesehatan terpenting bagi wanita berusia 18-45 tahun di seluruh dunia.

Di Amerika Serikat, sebanyak 2-10% penduduknya mengalami anemia. Insiden anemia tinggi di negara lain. Wanita muda bisa dua kali lebih anemia daripada pria muda karena perdarahan menstruasi yang teratur. Anemia biasanya terjadi baik pada remaja maupun lansia yang lebih cenderung menimbulkan gejala akibat masalah medis tambahan (Proverawati 2011).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, prevalensi anemia pada ibu hamil adalah 14% di negara maju, 51% di negara berkembang dan 65-75% di India. Prevalensi anemia defisiensi besi pada ibu hamil adalah 50,3% di India dan 51,3% di Gujarat (Safitri 2020).

Menurut data Riskesdas 2013, kejadian anemia aplastik di Asia Timur adalah 4-6 per juta dan lebih tinggi dari 2 per 2 di negara-negara Barat. Insiden anemia aplastik di Amerika Serikat dan Eropa adalah sekitar 0,23 per 100.000 per tahun. Insiden di Asia berkisar antara 0,39 hingga 0,5 per 100.000 orang, sekitar dua hingga tiga kali lebih tinggi. Prevalensi anemia di Indonesia adalah 21,7%, dengan 26,4% pasien anemia berusia 5-14 tahun dan 18,4% pasien anemia berusia 15-24 tahun. Menurut data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2012, prevalensi anemia adalah 40,5% pada anak di bawah 5 tahun, 50,5% pada ibu hamil, 45,1% pada ibu nifas, dan 45,1 pada wanita muda usia 10-18 tahun. . 57,1% dan 19-45 tahun 39,5%. Wanita paling berisiko terkena anemia aplastik, terutama pada remaja putri (RI 2018).

Angka kematian ibu tahun 2020 di provinsi Lampung dikarenakan perdarahan sebanyak 44 kasus (38%) sedangkan menurut kabupaten atau kota khususnya kota Bandar Lampung angka kematian ibu sebanyak 10 kasus (Kesehatan 2020).

Ibu hamil dengan tablet besi di Provinsi Lampung tahun 2020 yaitu sebanyak 92,02% sedangkan ibu hamil dengan tablet besi menurut kabupaten atau kota khususnya kota bandar lampung sebanyak yaitu 94,07 % (Kesehatan 2020).

Sekitar 95% kasus anemia selama kehamilan disebabkan oleh kekurangan zat besi (Fe). Penyebabnya biasanya asupan makanan yang tidak mencukupi, kehamilan sebelumnya, atau kehilangan zat besi (Fe) normal yang berulang dalam darah menstruasi (biasanya mendekati jumlah tertentu setiap bulan) (Proverawati 2011).

Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis

seorang tergantung pada usia, jenis kelamin, tempat tinggal, kebiasaan merokok, dan tahap kehamilan.

Besi (Fe) adalah elemen jejak penting bagi tubuh. Zat ini terutama diperlukan untuk hematopoiesis (pembentukan darah), yaitu sintesis hemoglobin (Hb). Hemoglobin adalah oksigen yang memasok sel darah merah untuk fungsi fisik yang penting. Hemoglobin terdiri dari besi (Fe), protoporfirin, dan globin (Susiloningtyas 2022).

Konsumsi zat besi (Fe) ibu hamil merupakan salah satu upaya untuk mengatasi kekurangan zat besi (Fe) pada ibu hamil. Besi (Fe) adalah elemen jejak penting bagi tubuh. Zat ini terutama diperlukan untuk hematopoiesis (pembentukan darah), yaitu sintesis hemoglobin (Hb). Hemoglobin adalah oksigen yang memasok sel darah merah untuk fungsi fisik yang penting. Hemoglobin adalah besi (Fe), protoporfirin, globin (Susiloningtyas 2022).

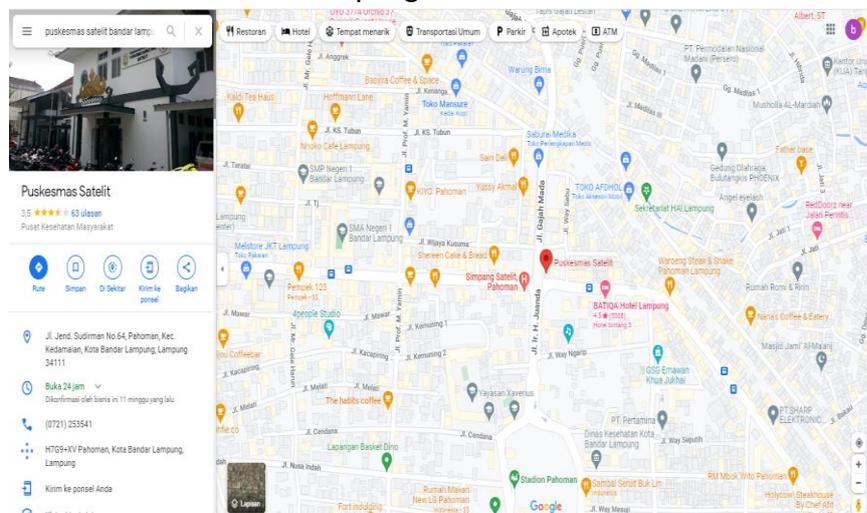
Besi (Fe) merupakan salah satu faktor penting dalam pembentukan sel darah merah. Selain itu, zat besi (Fe) memiliki beberapa fungsi penting dalam tubuh. Yaitu sebagai alat pengangkut oksigen dari paru-paru ke jaringan tubuh, sebagai alat pengangkut elektron ke sel, dan sebagai bagian integral dari berbagai reaksi enzimatik di jaringan tubuh (Rahayu 2019).

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Anemia pada ibu hamil merupakan masalah yang sering muncul di puskesmas sekitar 50% ibu hamil dengan kadar hemoglobin <11 gr/dl. Sekitar 95% kasus anemia selama kehamilan adalah karena kekurangan zat besi (fe). Penyebabnya biasanya asupan makanan tidak memadai, kehamilan sebelumnya, atau kehilangan normal secara berulang zat besi (fe) dalam darah haid (yang mendekati jumlah tertentu, biasanya berlangsung setiap bulan) (Proverawati 2011).

Beberapa penelitian melaporkan bahwa pemberian tablet zat besi (Fe) dapat meningkatkan kadar hemoglobin serta mengurangi angka prevalensi anemia (Rizki, Lipoeto et al. 2018).

Berdasarkan latar belakang dan masalah tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut tentang peningkatan kadar hemoglobin dengan pemberian tablet zat besi (Fe) pada ibu hamil dengan anemia di Puskesmas Satelit Bandar Lampung?



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan

3. KAJIAN PUSTAKA

Anemia adalah kelainan darah umum yang terjadi ketika kadar sel darah merah (red blood cell) dalam tubuh menjadi terlalu rendah. Hal ini dapat menyebabkan masalah kesehatan karena sel darah merah mengandung hemoglobin, yang membawa oksigen ke jaringan tubuh. Anemia dapat menyebabkan berbagai komplikasi termasuk kelelahan dan ketegangan pada organ-organ dalam tubuh. Memiliki kadar sel darah merah yang normal dan mencegah anemia memerlukan kerjasama antara ginjal, sumsum tulang, dan nutrisi dalam tubuh. Jika ginjal atau sumsum tulang tidak berfungsi, atau jika tubuh kekurangan gizi, jumlah dan fungsi sel darah merah yang normal akan sulit dipertahankan (Proverawati 2011).

Anemia adalah suatu kondisi medis dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari lebih rendah dari normal. Kadar hemoglobin normal seringkali berbeda pada pria dan wanita. Untuk pria, anemia biasanya didefinisikan sebagai kadar hemoglobin di bawah 13,5 gram per 100ml dan untuk wanita sebagai hemoglobin di bawah 12,0 gram per 100ml. Anemia merupakan kondisi kadar hemoglobin dalam darah ibu hamil tidak mampu memenuhi kebutuhan oksigen yang dibutuhkan oleh tubuh. Kriteria untuk mendefinisikan anemia bervariasi menurut kelompok, pada wanita usia subur Hb <12,0 g/dl dianggap anemia, sedangkan wanita hamil dianggap anemia jika Hb <11,0 g/dl.

Anemia selama kehamilan adalah peningkatan kadar plasma selama kehamilan yang dapat menyebabkan pengenceran darah (hemodilusi) dan bermanifestasi sebagai anemia. Anemia yang paling umum selama kehamilan adalah anemia zat besi, hal ini disebabkan gangguan penyerapan, penggunaan yang tidak tepat, atau kurangnya penyerapan zat besi akibat perdarahan (Angrainy 2017).

Anemia selama kehamilan dapat disebabkan oleh kurangnya asupan sumber zat besi. Hal ini dapat disebabkan oleh kondisi fisiologis ibu, seperti gejala mual dan muntah pada trimester pertama, dan kombinasi nutrisi dari makanan yang ibu makan, yang dapat menyebabkan gangguan penyerapan zat besi seperti teh dan kopi. Anemia adalah kekurangan darah merah Sel darah yang disebabkan kehilangan darah bisa disebabkan terlalu dini atau karena produksi sel darah merah terlalu lambat. Anemia adalah penurunan jumlah sel darah merah dalam sirkulasi, kadar hemoglobin abnormal dalam sel darah merah, atau keduanya. Anemia secara fungsional tidak dapat didefinisikan sebagai penurunan massa sel darah merah (red blood cell mass) sehingga tidak dapat menjalankan fungsi pengangkutan oksigen dengan baik ke jaringan perifer (penurunan daya dukung oksigen) (Putri and Hastina 2020).

Anemia ditandai dengan beberapa gejala, termasuk sering kelelahan, lemah, pusing, mata berkunang-kunang dan wajah pucat. Hal ini dapat menurunkan daya tahan tubuh, membuatnya lebih rentan terhadap penyakit, mengurangi aktivitas, dan mengurangi konsentrasi (Putri and Hastina 2020).

Anemia selama kehamilan dapat menyebabkan keguguran, kelahiran prematur, partus lama, retensio plasenta, perdarahan postpartum karena ketegangan uterus, syok, dan infeksi intrapartum dan postpartum. Anemia yang sangat berat dengan kadar Hb di bawah 4 g/dl dapat menyebabkan dekompensasi jantung. Kematian janin intrauterin dapat disebabkan oleh anemia janin, persalinan dengan anemia dapat menyebabkan cacat lahir, dan bayi lebih rentan terhadap kematian perinatal.

Anemia adalah suatu kondisi di mana tubuh tidak memiliki cukup sehat sel darah merah yang sehat. Sel darah merah membawa oksigen ke jaringan tubuh. Sebagian besar anemia disebabkan oleh kurangnya nutrisi yang dibutuhkan untuk sintesis sel darah merah, seperti zat besi, vitamin B12, dan asam folat. Selain itu, disebabkan oleh pendarahan, penyakit keturunan, penyakit kronis dan kecanduan narkoba (Proverawati 2011).

Anemia defisiensi besi adalah bentuk paling umum dari anemia. Sekitar 20% wanita, 50% wanita hamil dan 3% pria memiliki terlalu sedikit zat besi dalam tubuh mereka. Besi merupakan komponen penting dari hemoglobin, protein pembawa oksigen dalam darah. Tubuh biasanya menerima zat besi dari makanan dan mendaur ulang zat besi dari sel darah merah tua. Tanpa zat besi, darah tidak dapat mengangkut oksigen secara efektif. Oksigen diperlukan agar semua sel dalam tubuh dapat berfungsi secara normal (Proverawati 2011).

Anemia defisiensi besi adalah penurunan jumlah sel darah merah dalam darah karena kekurangan zat besi. Besi adalah komponen utama hemoglobin dan sangat penting untuk berfungsi dengan baik. Pendarahan kronis karena alasan tertentu adalah penyebab utama rendahnya kadar zat besi dalam tubuh karena menguras simpanan zat besi tubuh untuk mengkompensasi kehilangan zat besi yang sedang berlangsung. Anemia yang disebabkan oleh kadar zat besi yang rendah disebut anemia defisiensi besi. Kekurangan zat besi merupakan penyebab anemia yang sangat umum (Proverawati 2011).

Kekurangan zat besi menyebabkan kadar hemoglobin yang lebih rendah, dan kadar hemoglobin yang rendah mengurangi produksi sel darah merah normal. Perdarahan, diet rendah zat besi, dan asupan zat besi rendah menyebabkan anemia (Proverawati 2011).

Zat besi (Fe) adalah suatu mikro elemen esensial bagi tubuh yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin dan dapat diperoleh dari berbagai sumber makanan seperti daging berwarna merah, bayam, kangkung, kacang-kacangan dan sebagainya. Kebutuhan Fe selama kehamilan kurang lebih 1000 mg, diantaranya 500 mg dibutuhkan untuk meningkatkan massa sel darah merah, 300 mg untuk transportasi ke fetus dalam kehamilan 12 minggu dan 200 mg lagi untuk menggantikan cairan yang keluar dari tubuh. Kebutuhan akan Fe selama trimester I relatif sedikit sekitar 0,8 mg sehari yang kemudian meningkat tajam selama trimester II, dan III, yaitu 6,3 mg sehari. Hal ini disebabkan karena saat kehamilan terjadi peningkatan volume darah secara progresif mulai minggu ke-6 nsampai ke-8 kehamilan dan mencapai puncaknya pada minggu ke-32 sampai ke-34 dengan perubahan kecil setelah minggu tersebut (Rizki, Lipoeto et al. 2018).

Besi (Fe) merupakan zat yang sangat penting bagi tubuh. Besi (Fe) dikaitkan dengan peningkatan jumlah sel darah merah yang dibutuhkan untuk mencegah atau mengobati anemia (peningkatan aliran darah ibu dan kadar hemoglobin atau Hb). Konsumsi zat besi (Fe) ibu hamil merupakan salah satu upaya untuk mengatasi kekurangan zat besi (Fe) pada ibu hamil. Dosis suplemen harian yang direkomendasikan adalah 2 tablet (1 tablet mengandung 60 mg Fe dan 200 mg asam folat) yang diminum pada paruh kedua kehamilan, ketika kebutuhan zat besi sangat tinggi. Pemberian preparat 60mg/hari dapat menaikkan kadar Hb sebanyak 1gr%/ bulan. Saat ini program nasional menganjurkan kombinasi 60mg besi dan 50 nanogram asam folat untuk profilaksis anemia (Keswara and Hastuti 2017).

Besi bebas ada dalam dua bentuk : ferro (Fe^{2+}) dan ferri (Fe^{3+}). Mengonversi antara dua format relatif mudah. Pada konsentrasi oksigen yang tinggi, besi umumnya berbentuk besi karena terikat pada hemoglobin, tetapi pada proses transpor transpor deposisi berupa feritin dan dalam sintesis heme berupa besi. Tubuh membutuhkan zat besi untuk membentuk kompleks besi-sulfur-heme. Kompleks besi-sulfur diperlukan untuk kompleks besi, enzim yang berperan dalam metabolisme energi. Heme terdiri dari cincin porfirin dengan atom besi di tengah, dan bertanggung jawab untuk mengangkut oksigen ke hemoglobin dalam sel darah merah dan mioglobin di otot (Susiloningtyas 2022).

Suplementasi tablet zat besi (Fe) adalah salah satu program pencegahan dan penanggulangan anemia defisiensi besi yang paling efektif meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dan dapat menurunkan prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 20-25%. Program ini sudah terlaksana di Indonesia sejak tahun 1974. Tablet zat besi (Fe) mengandung 200 mg sulfat ferrosus dan 0,25 mg asam folat yang diikat dengan laktosa. Ibu hamil dianjurkan mengkonsumsi tablet zat besi (Fe) minimal 90 tablet dengan dosis 1 tablet per hari berturut - turut selama 90 hari masa kehamilannya (Rizki, Lipoeto et al. 2018).

Intervensi dan praktik yang dilakukan oleh penulis didasarkan pada penelitian yang dilakukan oleh Keswara tentang efektivitas pemberian tablet Fe untuk meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil berdasarkan hasil uji statistik. Nilai p 0,001 dan pemberian tablet Fe dapat meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil (Keswara and Hastuti 2017).

4. METODE

Dalam penelitian ini, populasi responden terdiri dari tiga orang ibu hamil dengan anemia. Survei dilakukan pada November 2021 di Puskesmas Satelit Bandar Lampung selama 3 minggu. Prosedur dilakukan sesuai prosedur operasi standar sesuai jurnal khusus untuk persiapan peralatan, pemeriksaan tanda vital, pemeriksaan fisik, dan pemeriksaan hemoglobin. Peneliti menggunakan pendekatan quasi eksperimen untuk analisis dengan merancang kelompok pretest-posttest design. Untuk pengutipan sampel peneliti memakai teknik sampling purposive.

Subyek asuhan atau klien keloloan sebanyak tiga kasus ibu hamil dengan anemia yang memenuhi kriteria sebagai berikut :

1. Klien merupakan ibu hamil dengan anemia
2. Klien bersedia bekerjasama dan menyetujui untuk dilakukan tindakan keperawatan
3. Klien dengan kesadaran composmentis dan kooperatif.

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti adalah sebagai berikut :

1. Wawancara

Wawancara merupakan percakapan dengan tujuan tertentu. Percakapan dilakukan oleh dua orang, yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan pewawancara yang menjawab pertanyaan (Abyan, Ambiyar et al. 2019). Fitur utama dari wawancara adalah kontak pribadi langsung antara penjelajah informasi dan sumber.

2. Observasi

Observasi adalah kegiatan penelitian untuk mengumpulkan data tentang masalah penelitian melalui pengamatan langsung di lapangan. Peneliti berada di lokasi penelitian untuk mendapatkan data yang valid atas laporan yang disampaikan. Observasi merupakan metode pengambilan data guna merekam informasi yang akan diamati peneliti selama penelitian.

3. Pemeriksaan Fisik

Pemeriksaan fisik dilakukan untuk mendapatkan data objektif dari kesehatan klien, berupa tekanan darah, respirasi, nadi, suhu tubuh, berat badan, tinggi badan, pemeriksaan head toe toe dan pemeriksaan kadar nilai hemoglobin.

a. Anamnesis

Anamnesis merupakan pengumpulan data dengan cara melakukan Tanya jawab kepada klien dengan menanyakan seperti keluhan yang dirasakan oleh klien.

b. Inspeksi

Inspeksi merupakan pemeriksaan dengan cara melihat dan mengamati. Pada kondisi ini yang perlu di lihat dan diamati berupa pemeriksaan konjungtiva serta pemeriksaan nilai kadar hemoglobin sebelum dan sesudah intervensi.

4. Pemberian Intervensi

Pada tahap intervensi penulis melakukan intervensi berupa pemberian tablet zat besi (Fe).

5. Evaluasi

Penulis mengevaluasi kadar nilai hemoglobin pada hari terakhir setelah dilakukan intervensi penelitian.

Sumber data yang digunakan oleh peneliti sebagai berikut :

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer diperoleh melalui wawancara dan observasi lapangan secara langsung. Sumber data primer adalah data yang peneliti bawa langsung ke sumbernya tanpa perantara dengan cara responden menggali langsung ke sumber aslinya (Notoatmodjo 2018).

2. Sumber Data Sekunder

Bahan data sekunder diperoleh melalui dokumentasi dan penelusuran literatur menggunakan media cetak, media internet, dan catatan lapangan. Sumber data sekunder adalah sumber data tidak langsung yang dapat memberikan data tambahan dan menyempurnakan data penelitian (Notoatmodjo 2018).

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini , yaitu dikumpulkan menurut kriteria inklusi dan eksklusi, serta konsep, teori terkait, dan prinsip-prinsip yang saling terkait berurutan. Menarik kesimpulan dan mengidentifikasi masalah perawatan. Dalam laporan ini, penulis menyajikan data dalam bentuk cerita, tabel, dan bagan, disusun sedemikian rupa sehingga informasi yang disajikan berada dalam satu kesatuan agar mudah dipahami. Penyajian dalam bentuk data terkait dalam bentuk tabel dan grafik. Hal ini membantu pembaca memahami data yang ingin penulis sampaikan.

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Penilaian didasarkan pada kemajuan yang dibuat oleh klien setelah intervensi dalam kaitannya dengan tujuan yang ditetapkan dan kriteria hasil. Saat menilai kemajuan klien, penulis menggunakan SOAP (subjektif, objektif, analitis, perencanaan) untuk mengidentifikasi masalah yang terselesaikan, sebagian teratasi, dan belum terpecahkan. Keberhasilan asuhan ini tidak hanya bergantung pada pemberi asuhan, tetapi juga pada kerjasama klien dan dukungan keluarga.

1. Gambaran hasil kegiatan PKM

Tabel 1 Evaluasi nilai hemoglobin

Responden	Hb Pretest	Hb Posttest	Selisih	Keterangan
Kasus I	9,0 gr/dl	11,0 gr/dl	2,0 gr/dl	Mengalami kenaikan Hb
Kasus II	10,1 gr/dl	11,0 gr/dl	0,9 gr/dl	Mengalami kenaikan Hb
Kasus III	10,0 gr/dl	11,1 gr/dl	1,1 gr/dl	Mengalami kenaikan Hb

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat evaluasi hari terakhir pemeriksaan Hb pada ke 3 klien, dan dari keseluruhan klien mengalami kenaikan Hb yang signifikan, yaitu dengan skor kenaikan antara 0,9-2,0 gr/dl. Hal ini menunjukkan jika pemberian tablet zat besi (Fe) selama 3 minggu berturut-turut dapat meningkatkan Hb pada klien dengan masalah anemia.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Keswara, U. R. and Y. Hastuti (2017) dengan judul "Efektifitas Pemberian Tablet Fe Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil" hasil uji statistik nilai $P = <0.001$ yang artinya ada pengaruh pemberian tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil, maka dapat disimpulkan bahwa pemberian tablet zat besi (Fe) efektif terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia.

Zat besi (Fe) merupakan zat yang sangat esensial bagi tubuh. Zat besi (Fe) berhubungan untuk meningkatkan jumlah eritrosit (kenaikan sirkulasi darah ibu dan kadar hemoglobin atau Hb) yang diperlukan untuk mencegah ataupun mengobati anemia. Konsumsi zat besi (Fe) pada ibu hamil merupakan salah satu upaya penanggulangan kekurangan zat besi (Fe) pada ibu hamil. Dosis suplementatif yang dianjurkan dalam satu hari adalah dua tablet (satu tablet mengandung 60 mgFe dan 200 mg asam folat) yang di makan selama paruh kedua kehamilan karena pada saat tersebut kebutuhan akan zat besi sangat tinggi (Keswara and Hastuti 2017).

2. Gambaran kegiatan pelaksanaan PKM

PEMERINTAH KOTA BANDAR LAMPUNG
DINAS KESEHATAN
LABORATORIUM PUSKESMAS RAWAT INAP SATELIT
Jl. Gajah Mada No. 01 Tanjung Raya, Telp. (0721) 253541 - 35128
Bandar Lampung

No. Lab.		Tanggal Pemeriksaan		Dokter Pengirim
Nama	Ny. Saiful R.	02/11/21		
Tgl. Lahir	20/11/1982	Tanggal Px. Selesai	02/11/21	
Alamat	Kec. K.			

HASIL PEMERIKSAAN LABORATORIUM

PEMERIKSAAN HEMATOLOGI			PEMERIKSAAN URINE		
Pemeriksaan	Hasil	Nilai Normal	Pemeriksaan	Hasil	Nilai Normal
Hemoglobin	10,1	11,5 - 16,5	Warna		Kuning
Lekosit	13 / 100	3.500 - 10.000	Kejernihan		Jernih
- Granulosit	24	50 - 75 %	PH		4,5 - 8,5
- Limfosit	20	25 - 60 %	BJ		1000 - 1030
- MID	6	2 - 11 %	Protein	Neg	Negatif
Trombosit	109.000	100.000 - 400.000	Reduksi		Negatif
Hematokrit	30,0	35,0 - 55,0	Nitrit		Negatif
LED		15 - 30	Urobilinogen		Pos / Neg
			Keton		Negatif
			Bilirubin		Negatif
			Eritrosit		1 - 3 / LPB
			Epitel		Positif
			Lekosit		1 - 3 / LPB
			PP Test		

PEMERIKSAAN KIMIA DARAH		
Pemeriksaan	Hasil	Nilai Normal
Glukosa Pusa		< 120 mg/dl
Glukosa 2 Jam PP		< 200 mg/dl
Glukosa Sewaktu		70 - 200 mg/dl
Cholesterol Total		< 200 mg/dl
LDL		35 - 55 mg/dl
HDL		< 150 mg/dl

PEMERIKSAAN IMUNOLOGI SEROLOGI		
Pemeriksaan	Hasil	Nilai Normal
Widal		Negatif

Gambar 1 Hasil Cek Laboratorium Klien Di Puskesmas Satelit Kota Bandar Lampung



Gambar 2 Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Dirumah Klien Di Pahoman Kec. Kedamaian Kota Bandar Lampung



Gambar 3 Pemberian Tablet Zat Besi Dirumah Klien Di Pahoman Kec. Kedamaian Kota Bandar Lampung

b. Pembahasan

Dari hasil pengkajian terdapat 3 klien yaitu Ny. SA, Ny. SR, dan Ny. SM diketahui mengalami masalah keterbatasan aktivitas dikarenakan, merasa pusing, lelah, lemah, letih dan berkunang-kunang apabila berjalan dan melakukan aktivitas yang berat. Dan setelah dilakukan pemeriksaan Hb

didapat nilai 9,8 gr/dl pada Ny. SA, pemeriksaan Hb didapat nilai 10,1 gr/dl pada Ny. SR, pemeriksaan Hb didapat nilai 10,0 gr/dl pada Ny. SM.

Dari ke tiga klien tersebut didapat kriteria tanda gejala sebagai berikut :

1. Mengatakan jika susah beraktivitas
2. Mengatakan jika berkunang-kunang, lemah, lelah, dan letih saat melakukan aktivitas berat
3. Dari hasil pemeriksaan Hb diketshui nilai Hb dibawah dari normal yaitu 11,0 gr/dl.

Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa 3 pasien kelolaan mengeluhkan intoleransi aktivitas pada klien dengan diagnosa anemia.

Perencanaan tindakan keperawatan pada asuhan keperawatan dimulai dengan menetapkan prioritas masalah. Menetapkan prioritas masalah / diagnosa keperawatan adalah dengan menggunakan skala menyusun prioritas. Berdasarkan hasil pengkajian diperoleh bahwa masalah pada klien adalah intoleransi aktivitas pada klien dengan diagnosa anemia. Rencana tindakan yang penulis lakukan mengacu pada penelitian Keswara, U. R. and Y. Hastuti (2017) pemberian tablet zat besi (Fe) sebanyak 60 mg/hari yang di konsumsi 1x1 secara oral selama 3-4 minggu.

Pelaksanaan tindakan yang dilakukan berdasarkan pada rencana keperawatan dari hasil kesepakatan yang disusun bersama klien. Pada Ny. SA, Ny. SR, Ny. SM di peroleh keluhan utama yang di rasakan saat pengkajian adalah intoleransi aktivitas berhubungan dengan proses metabolisme yang terganggu.

Pelaksanaan tindakan keperawatan pada Ny. SA, Ny. SR, Ny. SM adalah pemberian tablet zat besi (Fe). Memberikan tablet zat besi (Fe) yang berlangsung pada 03-23 november 2021 di kediaman masing-masing. Saat melakukan implementasi peneliti dalam melakukan perencanaan yang baik, dikarenakan adanya kerjasama yang baik dengan klien, dan di dukung dengan klien yang ingi bertanya, sehingga pelaksanaan tindakan dapat terlaksana dengan baik.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Keswara, U. R. and Y. Hastuti (2017) Efektifitas pemberian tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil. Berdasarkan hasil penelitian dewi (2021) Hubungan pemberian tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia di puskesmas geneng dengan nilai $P\ value = 0,000$ ($p < 0,05$) terdapat hubungan yang signifikan antara pemberian tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia.

Pada tabel dapat dilihat evaluasi hari terakhir pemeriksaan Hb pada ke 3 klien, dan dari keseluruhan klien mengalami kenaikan Hb yang signifikan, yaitu dengan skor kenaikan antara 0,9-2,0 gr/dl. Hal ini menunjukkan jika pemberian tablet zat besi (Fe) selama 3 minggu berturut-turut dapat meningkatkan Hb pada klien dengan masalah *anemia*.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Keswara, U. R. and Y. Hastuti (2017) dengan judul “Efektifitas Pemberian Tablet Fe Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil” hasil uji statistik nilai $P = < 0.001$ yang artinya ada pengaruh pemberian tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil, maka dapat disimpulkan bahwa pemberian tablet zat besi (Fe) efektif terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia.

Zat besi (Fe) merupakan zat yang sangat esensial bagi tubuh. Zat besi (Fe) berhubungan untuk meningkatkan jumlah eritrosit (kenaikan

sirkulasi darah ibu dan kadar hemoglobin atau Hb) yang diperlukan untuk mencegah ataupun mengobati anemia. Konsumsi zat besi (Fe) pada ibu hamil merupakan salah satu upaya penanggulangan kekurangan zat besi (Fe) pada ibu hamil. Dosis suplementatif yang dianjurkan dalam satu hari adalah dua tablet (satu tablet mengandung 60 mgFe dan 200 mg asam folat) yang di makan selama paruh kedua kehamilan karena pada saat tersebut kebutuhan akan zat besi sangat tinggi (Keswara and Hastuti 2017).

Menurut penulis salah satu ketidaknyamanan yang sering timbul yaitu mudah lelah setelah melakukan aktivitas berat, kadar nilai hemoglobin <11 gr/dl pada ibu hamil. Anemia adalah suatu kondisi medis yang jumlah sel merah atau hemoglobin kurang dari normal. Kadar hemoglobin normal pada umumnya berbeda dengan laki-laki dan perempuan. Untuk pria, anemia biasanya kadar hemoglobin kurang dari 13,5 gr/dl, pada wanita kadar hemoglobin kurang dari 12,0 gr/dl sedangkan pada ibu hamil kadar hemoglobin kurang dari 11,0 gr/dl. Pemberian tablet zat besi (Fe) untuk penyerapan zat besi terbaik.

6. KESIMPULAN

Pengkajian yang dilakukan pada Ny. SA, Ny. SR, Ny. SM dapat teridentifikasi penyebab dan masalah keperawatan intoleransi aktivitas pada klien dengan diagnosa anemia. Intervensi terdiri dari tablet besi (Fe) yang diberikan selama tiga minggu dan diminum secara teratur sekali sehari. Mengonsumsi tablet zat besi (Fe) membantu meningkatkan kadar hemoglobin untuk mengurangi kejadian anemia pada ibu hamil. Hasil evaluasi yang dilakukan menunjukkan semua masalah dapat teratasi.

Saran

Diharapkan bagi klien agar selalu mengonsumsi tablet zat besi (Fe) serta konsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi dikarenakan akan membantu proses peningkatan sel darah merah (Hb). Tablet zat besi (Fe) mudah di dapatkan di apotek disertai dengan harga yang ekonomis untuk masyarakat.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Abyan, S., et al. (2019). "Analisa Dampak Penerapan Model Pembelajaran Vokasi Untuk Peningkatan Kompetensi Fabrikasi." 1(3): 678-685.
- AMANDA, N. D. (2019). "Efektivitas Pemberian Tablet FE dan Tablet Kombinasi Vitamin C Terhadap Kadar HB Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Klambir V Kebun Kec. Hamparan Perak Tahun 2018."
- Angrainy, R. J. J. E. K. I. P. K. (2017). "Hubungan pengetahuan dengan sikap ibu hamil dalam pencegahan anemia pada kehamilan di puskesmas rumbai bukit tahun 2016." 2(1): 62-67.
- Arisman, M. J. E.-J. E. (2010). "Buku Ajar Ilmu Gizi Dalam Daur Kehidupan."
- Elba, F. and V. R. J. J. K. I. I. Putri (2019). "Gambaran Kebiasaan Ibu Hamil Dalam Mengatasi Ketidaknyamanan Selama Kehamilan di RSUD R. Syamsudin, Sh." 4(2): 22-28.
- Kesehatan (2020). "PROFIL KESEHATAN PROVINSI LAMPUNG."
<https://dinkes.lampungprov.go.id/download2/256/umum/5996/profil-kesehatan-provinsi-lampung-tahun-2020.pdf>.

- Keswara, U. R. and Y. J. J. D. K. Hastuti (2017). "Efektifitas pemberian tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil." 6(1).
- Manurung, N. J. J. I. K. I. (2020). "GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL DALAM PENCEGAHAN PENYAKIT ANEMIA DI DESA KWALA BEGUMIT KABUPATEN LANGKAT." 6(1): 75-79.
- Notoatmodjo (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan, rineka cipta.
- Proverawati, A. J. Y. n. m. (2011). "Anemia dan Anemia kehamilan." 136-137.
- Putri, Y. R. and E. Hastina (2020). Asuhan keperawatan maternitas pada kasus komplikasi kehamilan, persalinan dan nifas, Pena Persada.
- Rahayu, A. (2019). METODE ORKES-KU (RAPORT KESEHATANKU) DALAM MENGIDENTIFIKASI POTENSIKEJADIAN ANEMIA GIZI PADA REMAJA PUTRI, CV Mine.
- RI (2018). "Profil Kesehatan Indonesia."
https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/PROFIL_KESEHATAN_2018_1.pdf.
- Rizki, F., et al. (2018). "Hubungan suplementasi tablet fe dengan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III di puskesmas air dingin kota padang." 6(3): 502-506.
- Safitri, S. J. J. A. K. (2020). "Pendidikan Kesehatan tentang Anemia kepada Ibu Hamil." 2(2): 94-99.
- Susiloningtyas, I. J. M. I. S. A. (2022). "Pemberian zat besi (Fe) dalam Kehamilan." 50(128): 73-99.