



Asuhan Keperawatan pada Ibu Hamil dengan Anemia di Wilayah Puskesmas Kutabaro Aceh Besar

Indah Az-zahra¹, Mira Rizkia²

Universitas Syiah Kuala ^{1,2}

e-mail: mira.rizkia@usk.ac.id

Abstract

*The purpose of this case study is to implement holistic nursing care for pregnant women with anemia at the Kuta Baro Health Center. The author uses a case study with a nursing process approach, including assessment, nursing diagnosis, planning, implementation, and evaluation. The subject of this case study is a pregnant woman with anemia who received nursing care for 4 days. The first nursing diagnosis is ineffective peripheral perfusion. An educational intervention was conducted to highlight the benefits of consuming guava (*Psidium guajava*) in increasing hemoglobin levels. Evaluation results showed a reduction in complaints of dizziness and fatigue. The second diagnosis is fatigue. Health education was provided on activity and rest management, including guidance on activity and rest schedules for pregnant women, as well as on the importance of consuming nutritious, iron-rich foods. The results showed that fatigue complaints were less frequent during activities. The third diagnosis is anxiety. Relaxation exercises were performed by listening to Quran recitation therapy, and the results showed that the mother was calmer and able to control anxiety. It is concluded that comprehensive and continuous nursing care with evidence-based practice interventions can help improve the condition of pregnant women with anemia.*

Keywords: *Nursing Care, Pregnant Women, Anemia.*

Abstrak

Tujuan studi kasus ini adalah melaksanakan asuhan keperawatan secara holistik pada ibu hamil dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro. Metode yang diterapkan penulis berupa studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan yang meliputi pengkajian, penegakan diagnosa keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Subjek dalam studi kasus ini adalah ibu hamil dengan anemia selama 4 hari pemberian asuhan keperawatan. Diagnosa keperawatan pertama yaitu perfusi perifer tidak efektif, dilakukan intervensi edukasi manfaat konsumsi jambu biji (*Psidium guajava*) untuk meningkatkan Hb, hasil evaluasi menunjukkan keluhan pusing dan lelah berkurang. Diagnosa kedua keletihan, dilakukan edukasi pendidikan kesehatan melalui pengaturan aktivitas dan istirahat berupa pengarahan jadwal aktivitas dan istirahat pada ibu hamil serta edukasi mengenai pentingnya mengonsumsi makanan bergizi yang mengandung zat besi, hasil menunjukkan keluhan lelah sudah jarang dirasakan saat melakukan aktivitas. Diagnosa ketiga ansietas, dilakukan latihan relaksasi dengan mendengarkan terapi murotal Al-Qur'an, hasil menunjukkan ibu lebih tenang dan mampu mengontrol kecemasan. Disimpulkan bahwa asuhan keperawatan yang komprehensif dan berkelanjutan dengan intervensi keperawatan berdasarkan evidence based practice dapat membantu memperbaiki kondisi ibu hamil dengan anemia.

Kata Kunci: Asuhan Keperawatan, Ibu Hamil, Anemia.

PENDAHULUAN

Salah satu masalah kesehatan dunia yang berkontribusi terhadap kematian ibu adalah anemia pada kehamilan. Selain itu, ibu hamil yang mengalami anemia, juga dapat berdampak pada janin, seperti abortus, kematian intrauterin, prematuritas, dan berat badan lahir rendah (BBLR) (Karami et al., 2022). Anemia merupakan kondisi Ketika konsentrasi hemoglobin <105 g/L atau kondisi Ketika menurunnya kapasitas darah dalam membawa oksigen, hal tersebut terjadi akibat dari penurunan produksi sel darah merah. Anemia juga sering didefinisikan sebagai penurunan Hb hingga dibawah nilai normal, yaitu 13,5 g/dL bagi pria dan 11,5 g/dL bagi wanita. Anemia lebih sering terjadi pada ibu hamil karena masa kehamilan kebutuhan zat makanan meningkat dan terjadi perubahan dalam darah dan sumsum tulang. Konsentrasi plasma darah semakin bertambah dalam kehamilan sebesar 30%, namun sel-sel darah akan berkurang hingga 18% tetapi Hb hanya bertambah 19% sehingga terjadi pengenceran darah (Astuti & Ertiana, 2018).

Secara global prevalensi anemia pada ibu hamil mencapai 41,8%, lebih dari 115.000 kematian ibu per tahun disebabkan oleh anemia selama masa kehamilan. Prevalensi anemia di negara Asia pada tahun 2012 sebesar 48,2% dan meningkat pada tahun 2018 menjadi 48,9% (Abdilahi et al., 2024). Di Indonesia prevalensinya terus meningkat hingga 78% pada tahun 2021 (Risikesdas 2021). Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Aceh tahun 2020, melalui penelitian yang dilakukan oleh Ulfa (2024) prevalensi anemia pada ibu hamil mencapai 36,3%. Jumlah kematian ibu (AKI) di Kabupaten Aceh Besar mengalami peningkatan di tahun 2021 berjumlah 12 ibu, terdiri dari 4 orang ibu bersalin dan 8 orang ibu nifas (Dinkes Aceh Besar, 2022).

Penyebab utama anemia pada ibu hamil adalah kekurangan zat besi dalam tubuh. Anemia defisiensi zat besi atau sering dikenal dengan anemia gizi besi (AGB) dapat terjadi karena tubuh kekurangan zat besi, asam folat, dan vitamin B12. Jumlah zat besi yang rendah dan kandungannya yang tidak adekuat menjadi penyebab dari anemia defisiensi zat besi. Selain disebabkan oleh defisiensi zat besi, anemia juga bisa disebabkan oleh kehilangan darah atau perdarahan kronik, kebutuha gizi yang tidak terpenuhi misalnya pada gangguan penyerapan protein dan zat besi oleh usus serta gangguan pembentukan eritrosit oleh sumsum tulang belakang (Putri et al., 2023) .

Penatalaksanaan anemia pada ibu hamil dilakukan secara komprehensif melalui upaya pencegahan dan pengobatan yang terintegrasi. Pencegahan anemia dapat dilakukan dengan meningkatkan asupan zat besi melalui konsumsi makanan bergizi seimbang, seperti daging merah, sayuran hijau, dan kacang-kacangan, serta didukung oleh suplementasi zat besi untuk memenuhi kebutuhan selama kehamilan (Hanley et al., 2022). Selain itu, upaya pencegahan juga mencakup edukasi peningkatan asupan zat besi,

pengendalian penyakit infeksi, serta fortifikasi bahan pangan yang dikonsumsi masyarakat (Arisman, 2018). Sementara itu, penatalaksanaan pada ibu hamil dengan anemia dilakukan melalui pemberian tablet tambah darah secara rutin disertai pemantauan berkala di fasilitas pelayanan kesehatan, serta konseling mengenai pengertian, penyebab, tanda dan gejala, serta dampak anemia selama kehamilan. Pengaturan pola makan juga menjadi bagian penting dalam penatalaksanaan, dengan memastikan asupan nutrisi yang adekuat meliputi karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, serat, dan cairan sesuai kebutuhan ibu hamil guna mendukung perbaikan kondisi kesehatan secara optimal. Anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan yang sering terjadi dan berisiko menimbulkan berbagai komplikasi selama kehamilan, persalinan, maupun masa nifas apabila tidak ditangani dengan baik. Oleh karena itu, peran perawat sangat penting dalam memberikan asuhan keperawatan secara holistik untuk membantu mengatasi masalah tersebut melalui pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan deskriptif untuk menggambarkan proses asuhan keperawatan pada ibu hamil dengan anemia. Subjek penelitian adalah seorang ibu hamil yang berada di wilayah kerja Puskesmas Kutabaro Aceh Besar. Proses asuhan keperawatan meliputi pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Pada tahap pengkajian, data dikumpulkan melalui wawancara, pengukuran, dan dokumentasi menggunakan format pengkajian maternitas. Data subjektif diperoleh dari wawancara, sedangkan data objektif diperoleh dari hasil pemeriksaan dan pengukuran. Data yang diperoleh kemudian digunakan untuk menetapkan diagnosis keperawatan sebagai dasar penyusunan intervensi. Implementasi dilakukan sesuai rencana tindakan, dan evaluasi dilakukan untuk menilai perkembangan kondisi pasien serta efektivitas asuhan keperawatan yang diberikan.

PEMBAHASAN

Hasil pengkajian data subjektif pada Ny. I usia 29 tahun dengan status G3P1A1 usia kehamilan 27 minggu, bersuku Aceh, beragama Islam, pendidikan SMP, dan bekerja sebagai ibu rumah tangga. Pasien mengeluh nyeri pinggang bawah, mudah lemas, pusing saat beraktivitas atau posisi terlalu lama, serta sering mual dan muntah selama kehamilan. Berdasarkan data hasil pengkajian didapatkan 3 prioritas masalah pada ny. I yaitu

Perfusi Perifer Tidak Efektif berhubungan dengan Penurunan Konsentrasi Hemoglobin.

Implementasi yang telah dilakukan pada Ny. I yaitu melakukan pemeriksaan tanda-tanda vital, memeriksa CRT, warna kulit, turgor kulit, membran mukosa. Selain itu, tindakan keperawatan yang dilakukan meliputi pemberian edukasi

kepada ibu mengenai pentingnya mengonsumsi makanan yang kaya zat besi guna membantu meningkatkan kadar hemoglobin. Ibu hamil telah diberikan edukasi mengenai pentingnya pemenuhan asupan nutrisi, khususnya konsumsi buah yang berperan dalam meningkatkan kadar hemoglobin (Hb) pada kondisi anemia, seperti jambu biji dan buah bit. Sebelumnya, ibu menyatakan belum mengetahui bahwa jambu biji memiliki manfaat dalam membantu peningkatan kadar Hb, dan selama ini hanya mengonsumsinya sebagai buah biasa tanpa memahami nilai gizinya. Dalam edukasi dijelaskan bahwa jambu biji mengandung vitamin C yang tinggi yang dapat meningkatkan penyerapan zat besi dalam tubuh, serta antioksidan yang mendukung daya tahan tubuh selama kehamilan, sedangkan buah bit mengandung zat besi dan asam folat yang berperan dalam pembentukan sel darah merah.

Evaluasi yang diperoleh menunjukkan bahwa ibu telah mengonsumsi jambu biji secara rutin sesuai dengan edukasi yang diberikan sebagai upaya meningkatkan kadar hemoglobin. Ibu juga menyatakan kondisi tubuhnya sedikit lebih membaik dibandingkan sebelumnya, meskipun masih merasakan pusing sesekali. Secara objektif, ibu masih tampak sedikit lemas, namun kondisi umum terlihat lebih stabil. Berdasarkan hasil evaluasi tersebut, masalah perfusi tidak efektif pada Ny. I belum sepenuhnya teratasi karena proses peningkatan kadar hemoglobin masih berlangsung dan memerlukan waktu serta pemantauan lanjutan.

Keletihan Berhubungan Dengan Kondisi Fisiologis (Anemia Dalam Kehamilan).

Implementasi yang diberikan perawat untuk edukasi aktivitas dan istirahat yaitu edukasi pendidikan kesehatan melalui pengaturan aktivitas dan istirahat berupa pengarahan jadwal aktivitas dan istirahat pada ibu hamil. aktivitas fisik pada ibu hamil perlu disesuaikan dengan kondisi kehamilan karena aktivitas yang terlalu berat dapat menimbulkan kelelahan dan ketidaknyamanan. Oleh karena itu, ibu hamil dianjurkan untuk mengatur aktivitas sehari-hari serta memberikan waktu istirahat yang cukup untuk menjaga kondisi kesehatan ibu dan janin. pemenuhan istirahat yang cukup dan pengaturan aktivitas sehari-hari menjadi salah satu upaya penting untuk menjaga kondisi kesehatan ibu hamil, karena kelelahan dapat memperburuk kondisi anemia dan menurunkan daya tahan tubuh. Tenaga kesehatan perlu memberikan pengarahan kepada ibu hamil mengenai pengaturan aktivitas dan waktu istirahat yang seimbang serta pentingnya konsumsi makanan bergizi yang mengandung zat besi guna mendukung kesehatan ibu dan perkembangan janin.

Evaluasi yang diperoleh menunjukkan bahwa ibu menyatakan keluhan lelah sudah jarang dirasakan dan rasa lemas mulai berkurang, terutama saat melakukan aktivitas ringan. Ibu juga tampak kooperatif selama proses asuhan keperawatan dan mampu memahami edukasi yang telah diberikan. Hal ini

menunjukkan bahwa intervensi berupa edukasi mengenai pengaturan aktivitas, pola istirahat, serta pemenuhan nutrisi telah diterima dengan baik oleh ibu. Edukasi kesehatan yang diberikan secara tepat dapat meningkatkan kemampuan pasien dalam melakukan perawatan mandiri dan mempercepat proses pemulihan kondisi kesehatan (Asmadi, 2018). Berkurangnya rasa lelah dan meningkatnya toleransi aktivitas juga menunjukkan adanya perbaikan status kesehatan ibu setelah dilakukan intervensi keperawatan secara bertahap dan berkelanjutan (Kozier et al., 2016).

Ibu mulai mampu mengatur keseimbangan antara aktivitas dan istirahat serta menunjukkan kepatuhan dalam mengikuti anjuran yang diberikan oleh tenaga kesehatan. Kepatuhan pasien terhadap edukasi dan terapi yang diberikan sangat berpengaruh terhadap keberhasilan asuhan keperawatan dan peningkatan kualitas hidup pasien (Nurarif & Kusuma, 2015). Dukungan edukatif dan komunikasi terapeutik yang dilakukan selama proses asuhan juga membantu meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam menghadapi kondisi kehamilan yang dialami (Hidayat, 2021). Intervensi yang dilakukan dapat dikatakan efektif dalam mengurangi kelelahan dan meningkatkan kemampuan aktivitas ibu, meskipun pemantauan dan edukasi lanjutan tetap diperlukan untuk mempertahankan kondisi kesehatan secara optimal.

Ansietas berhubungan dengan Kekhawatiran Mengalami Kegagalan (Keguguran pada Kehamilan Sebelumnya).

Implementasi yang diberikan untuk mengatasi diagnosa keperawatan ansietas adalah melakukan pengkajian tingkat kecemasan yang dirasakan pasien, mengidentifikasi faktor-faktor yang memicu kecemasan, serta memberikan kesempatan kepada pasien untuk mengungkapkan perasaan dan kekhawatirannya. Penulis memberikan dukungan emosional dan edukasi untuk meningkatkan pemahaman pasien mengenai kondisi kehamilan yang sedang dijalani sehingga pasien mampu beradaptasi dengan kondisi yang dialami. Intervensi tersebut sesuai dengan prinsip asuhan keperawatan maternitas yang menekankan pentingnya pendekatan psikologis dan komunikasi terapeutik dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017).

Penulis juga menganjurkan teknik relaksasi dengan mendengarkan terapi murotal Al-Qur'an dalam suasana yang tenang dan nyaman. Pasien dianjurkan untuk memejamkan mata, mengatur napas secara perlahan dan teratur, serta memusatkan perhatian pada lantunan ayat suci yang didengarkan agar pikiran menjadi lebih fokus dan rileks. Terapi murotal diketahui dapat memberikan efek relaksasi, menurunkan ketegangan emosional, dan membantu meningkatkan kenyamanan psikologis pada pasien yang mengalami kecemasan (Potter & Perry, 2017). Terapi murotal ini membantu memberikan efek menenangkan, mengurangi ketegangan, serta menciptakan perasaan

damai dan tenteram. guna membantu menurunkan tingkat kecemasan. Terapi murrotal dilakukan dengan memutar bacaan ayat suci Al-Quran yang didengar oleh pasien selama 30 menit. Setelah implementasi dilakukan, pasien mengatakan setelah diberikan terapi murrotal pasien merasa lebih tenang dan sudah bisa mengontrol rasa cemasnya dibandingkan sebelum mendengarkan murrotal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil asuhan keperawatan yang telah dilakukan pada Ny. I, diperoleh dua masalah keperawatan yang teratasi yaitu kelelahan dan ansietas, serta satu masalah yang teratasi sebagian yaitu perfusi perifer tidak efektif. Kelelahan berkurang ditandai dengan peningkatan toleransi aktivitas, kondisi tubuh yang lebih stabil, serta berkurangnya keluhan lemas. Ansietas teratasi melalui pemberian dukungan emosional, edukasi kesehatan, dan komunikasi terapeutik sehingga pasien tampak lebih tenang dan mampu memahami kondisi kehamilannya dengan baik. Perfusi perifer tidak efektif menunjukkan perbaikan sebagian, ditandai dengan berkurangnya pucat dan membaiknya sirkulasi perifer, meskipun pemantauan tetap diperlukan. Implementasi keperawatan tidak hanya berfokus pada pasien, tetapi juga melibatkan keluarga secara aktif dalam proses perawatan agar keluarga mampu melanjutkan perawatan secara mandiri di rumah. Evaluasi dilakukan secara berkala untuk menilai efektivitas intervensi, memodifikasi tindakan sesuai kondisi pasien, serta mengoptimalkan pelayanan keperawatan dalam mengurangi gejala anemia dan meningkatkan kualitas hidup Ny. I selama kehamilan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdilahi, M., Kiruja, J., & Farah, B. O. (2024). Prevalence of anemia and associated factors among pregnant women at Hargeisa Group Hospital, Somaliland. *Journal BMC Pregnancy and Childbirth*, 3, 1-9. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11080199/>
- Asmadi, 2018. *Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Astuti, R. Y., & Ertiana, D. (2018). *Anemia dalam kehamilan*. Pustaka Abadi.
- Dinkes Aceh Besar. (2022). *Profil Kesehatan Kabupaten Aceh Besar*. Bersumber dari: www.dinkes.acehprov.go.id.
- Hanley, G., Toe, L. C., & Tesfasmariam, K. (2022). Fortified Balanced Energy-Protein Supplementation, Maternal Anemia, and Gestational Weight Gain: A Randomized Controlled Efficacy Trial among Pregnant Women in Rural Burkina Faso. *The Journal of Nutrition*, 3(2), 91-102. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35906874/>
- Hidayat, A.A.A., 2021. *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Karami, M., Chaleshgar, M., Salari, N., Akbari, H., & Mohammadi, M. (2022). *Global Prevalence of Anemia in Pregnant Women: A Comprehensive*

- Systematic Review and Meta-Analysis. *Maternal and Child Health Journal*, 26(7), 1473–1487. <https://doi.org/10.1007/s10995-022-03450-1>
- Kozier, B., Erb, G., Berman, A. and Snyder, S., 2016. *Fundamentals of Nursing: Concepts, Process and Practice*. 10th ed. Boston: Pearson.
- Nurarif, A.H. and Kusuma, H., 2015. *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan NANDA NIC-NOC*. Yogyakarta: Mediacion.
- Oktaviani, S. (2020). Karakteristik Ibu Hamil Yang Mengalami Anemia Di Praktik Mandiri Bidan (Pmb) Haryanti Desa Panimbang, Kecamatan Cimanggu Kabupaten Cilacap. *Department of Midwifery Journal*, 11(33), 223–342. <https://eprints.poltekkesjogja.ac.id/4911/>
- Potter, P.A. and Perry, A.G., 2017. *Fundamentals of Nursing*. 9th ed. St. Louis: Elsevier.
- Putri, G. S. Y., Sulistiawati, S., & Laksana, M. A. C. (2023). Analisis faktor-faktor risiko anemia pada ibu hamil di Kabupaten Gresik tahun 2021. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 6(2), 119–129. <https://doi.org/10.32536/jrki.v6i2.220>
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017. *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik*. Jakarta: DPP PPNI.