



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

Sagita Fitria¹, Mira Rizkia²

Universitas Syiah Kuala ^{1,2}

e-mail: sagitafitria123@gmail.com

Abstract

Anemia in pregnant women is one of the most common maternal health problems and may lead to complications during pregnancy. Pregnant women with anemia often experience fatigue, dizziness, and weakness, which may affect maternal and fetal health if not managed appropriately. Therefore, comprehensive nursing care is needed to address these problems. This case study was conducted on Mrs. H, a third-trimester pregnant woman with mild anemia in the working area of Kutabaro Community Health Center, Aceh Besar Regency. Data were collected through interviews, physical examinations, and supporting data review. Assessment findings showed a hemoglobin level of 10.2 g/dL, accompanied by complaints of dizziness, weakness, and easy fatigue. Based on the assessment, three nursing diagnoses were identified: ineffective peripheral perfusion, fatigue, and risk of infection. Nursing interventions included education about anemia, recommendations for iron supplementation and iron-rich foods, and education regarding clean and healthy lifestyle behaviors and the importance of Tetanus Toxoid immunization. Evaluation results showed reduced symptoms, improved activity tolerance, and increased maternal knowledge.

Keywords: Anemia, Pregnant Women, Nursing Care.

Abstrak

Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah kesehatan maternal yang umum terjadi dan dapat menimbulkan komplikasi selama kehamilan. Ibu hamil dengan anemia sering mengalami keluhan mudah lelah, pusing, dan lemas yang dapat memengaruhi kesehatan ibu dan perkembangan janin apabila tidak ditangani dengan baik. Oleh karena itu, diperlukan asuhan keperawatan yang komprehensif untuk mengatasi masalah tersebut. Studi kasus ini dilakukan pada Ny. H, ibu hamil trimester III dengan anemia ringan di wilayah kerja Puskesmas Kutabaro Kabupaten Aceh Besar. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, pemeriksaan fisik, dan telaah data pendukung. Hasil pengkajian menunjukkan kadar hemoglobin Ny. H sebesar 10,2 g/dL disertai keluhan pusing, lemas, dan mudah lelah. Berdasarkan hasil analisis data ditegakkan tiga diagnosa keperawatan, yaitu perfusi perifer tidak efektif, keletihan, dan risiko infeksi. Intervensi keperawatan meliputi edukasi anemia, anjuran konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dan makanan tinggi zat besi, serta edukasi perilaku hidup bersih dan sehat dan pentingnya imunisasi Tetanus Toxoid (TT). Hasil evaluasi menunjukkan penurunan keluhan, peningkatan toleransi aktivitas, dan peningkatan pengetahuan ibu.

Kata Kunci: Anemia, Ibu hamil, Asuhan keperawatan.

PENDAHULUAN

Anemia pada ibu hamil masih menjadi salah satu masalah kesehatan maternal yang banyak ditemukan di negara berkembang dan menjadi penyebab meningkatnya morbiditas serta mortalitas ibu dan janin. Anemia dalam kehamilan merupakan kondisi kadar hemoglobin ibu hamil kurang dari 11 g/dL yang umumnya disebabkan oleh defisiensi zat besi akibat meningkatnya kebutuhan nutrisi selama kehamilan (Kemenkes RI, 2024). Selama kehamilan terjadi peningkatan volume plasma dan kebutuhan oksigen sehingga kebutuhan zat besi meningkat untuk mendukung pertumbuhan janin dan plasenta. Apabila kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, maka ibu hamil berisiko mengalami anemia.

Menurut World Health Organization, sekitar 35-37% ibu hamil di dunia mengalami anemia dan sebagian besar terjadi di negara berkembang (WHO, 2023). Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia mencapai 27,7%. Di Provinsi Aceh, kasus anemia pada ibu hamil juga masih ditemukan pada pelayanan kesehatan primer, termasuk di wilayah kerja Puskesmas Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar. Anemia pada ibu hamil dapat menimbulkan berbagai komplikasi baik pada ibu maupun janin. Ibu hamil dengan anemia sering mengalami mudah lelah, lemas, pusing, sesak napas, jantung berdebar, dan penurunan toleransi aktivitas. Anemia juga dapat meningkatkan risiko perdarahan postpartum, persalinan prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), gangguan pertumbuhan janin, hingga kematian maternal dan neonatal (Martini et al., 2023).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa anemia pada ibu hamil dipengaruhi oleh kurangnya asupan nutrisi, ketidakpatuhan konsumsi tablet tambah darah, serta rendahnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan kehamilan (Astutik & Ertiana, 2018; Priyanti et al., 2020). Penelitian lain juga menjelaskan bahwa edukasi kesehatan dan pemantauan kehamilan secara rutin berperan penting dalam pencegahan komplikasi anemia selama kehamilan (Basuki, 2021). Namun, penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada faktor risiko dan prevalensi anemia pada ibu hamil, sedangkan penerapan asuhan keperawatan maternitas secara komprehensif pada ibu hamil dengan anemia di pelayanan kesehatan primer masih belum banyak dibahas secara mendalam. Penelitian ini memiliki novelty berupa penerapan asuhan keperawatan secara komprehensif pada ibu hamil trimester III dengan anemia ringan di wilayah kerja Puskesmas Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar.

Berdasarkan fenomena tersebut, penulis tertarik melakukan studi kasus mengenai "Asuhan Keperawatan pada Ibu Hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar" dengan tujuan memberikan gambaran penerapan asuhan keperawatan pada ibu hamil dengan anemia mulai dari pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi, implementasi, hingga evaluasi keperawatan. Kehamilan merupakan proses fisiologis yang dimulai dari

fertilisasi hingga persalinan dengan lama kehamilan sekitar 40 minggu atau 280 hari yang terbagi menjadi trimester I, II, dan III (Nugrawati & Amriani, 2021). Selama kehamilan terjadi perubahan fisiologis pada tubuh ibu meliputi sistem reproduksi, sistem kardiovaskular, sistem respirasi, dan sistem hematologi sebagai bentuk adaptasi terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin.

Salah satu perubahan fisiologis selama kehamilan adalah peningkatan volume plasma darah yang lebih besar dibandingkan peningkatan massa eritrosit sehingga menyebabkan hemodilusi fisiologis. Kondisi tersebut menyebabkan kebutuhan zat besi meningkat selama kehamilan untuk mendukung pembentukan hemoglobin, pertumbuhan janin, serta perkembangan plasenta. Apabila kebutuhan zat besi tidak terpenuhi, maka ibu hamil berisiko mengalami anemia defisiensi besi yang merupakan jenis anemia paling sering ditemukan pada kehamilan (Astutik & Ertiana, 2018).

Anemia dalam kehamilan adalah kondisi kadar hemoglobin kurang dari 11 g/dL pada trimester pertama dan ketiga serta kurang dari 10,5 g/dL pada trimester kedua (Kemenkes RI, 2024). Manifestasi klinis anemia pada ibu hamil meliputi cepat lelah, lemas, pucat, pusing, mata berkunang-kunang, sesak napas, dan jantung berdebar terutama saat melakukan aktivitas (Priyanti et al., 2020). Anemia pada ibu hamil dapat menimbulkan dampak serius bagi ibu maupun janin seperti perdarahan postpartum, prematuritas, berat badan lahir rendah (BBLR), dan gangguan pertumbuhan janin (Martini et al., 2023). Penatalaksanaan anemia pada ibu hamil dilakukan melalui pemberian tablet tambah darah, pemenuhan nutrisi seimbang, edukasi kesehatan, serta pemeriksaan antenatal care (ANC) secara rutin. Suplementasi zat besi dan asam folat diperlukan untuk meningkatkan kadar hemoglobin dan cadangan zat besi tubuh selama kehamilan (Basuki, 2021). Peran perawat sangat penting dalam memberikan edukasi, pemantauan kondisi ibu, serta meningkatkan kepatuhan ibu hamil terhadap terapi anemia selama kehamilan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus pada ibu hamil dengan anemia di wilayah kerja Puskesmas Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar. Asuhan keperawatan dilakukan pada tanggal 26–31 Juli 2025 terhadap Ny. H usia 32 tahun dengan usia kehamilan 31 minggu dan diagnosis anemia ringan. Pengumpulan data dilakukan melalui pengkajian keperawatan yang meliputi data subjektif dan objektif. Data yang diperoleh kemudian dianalisis untuk merumuskan diagnosis keperawatan berdasarkan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI). Selanjutnya disusun intervensi keperawatan mengacu pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) dan penetapan luaran berdasarkan Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI). Evaluasi dilakukan secara berkesinambungan untuk menilai perkembangan kondisi pasien dan efektivitas asuhan keperawatan yang diberikan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian pada Ny. H didapatkan tiga prioritas masalah keperawatan yaitu perfusi perifer tidak efektif, defisit nutrisi, dan gangguan pola tidur. Ketiga masalah tersebut muncul akibat kondisi anemia dalam kehamilan yang menyebabkan penurunan kadar hemoglobin sehingga suplai oksigen ke jaringan tubuh menurun dan memengaruhi kondisi fisik ibu selama kehamilan trimester III.

Perfusi Perifer Tidak Efektif

Hasil pengkajian menunjukkan Ny. H mengeluhkan mudah lelah, lemas, pusing terutama saat berdiri lama, mata berkunang-kunang, dan jantung berdebar saat beraktivitas. Pemeriksaan fisik menunjukkan konjungtiva tampak pucat dengan kadar hemoglobin 10,2 g/dL yang mengindikasikan anemia ringan pada ibu hamil. Selain itu, didapatkan frekuensi napas 32 kali/menit dan nadi 92 kali/menit yang menunjukkan adanya mekanisme kompensasi tubuh terhadap penurunan suplai oksigen akibat rendahnya kadar hemoglobin.

Anemia dalam kehamilan menyebabkan penurunan kemampuan darah membawa oksigen ke jaringan tubuh sehingga perfusi perifer menjadi tidak optimal. Kondisi ini menimbulkan gejala seperti lemas, cepat lelah, pucat, dan pusing pada ibu hamil (Priyanti *et al.*, 2020). Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa penurunan kadar hemoglobin menyebabkan jaringan tubuh mengalami kekurangan oksigen sehingga tubuh melakukan kompensasi melalui peningkatan frekuensi napas dan denyut jantung.

Intervensi keperawatan yang dilakukan meliputi pemantauan tanda-tanda vital, observasi tanda anemia, pemantauan kadar hemoglobin, serta edukasi mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah dan makanan tinggi zat besi. Perawat juga menganjurkan pasien meningkatkan konsumsi makanan sumber zat besi seperti daging, telur, ikan, dan sayuran hijau serta meningkatkan waktu istirahat untuk mengurangi kelelahan selama beraktivitas. Selain itu, pasien dianjurkan menghindari aktivitas berat dan berdiri terlalu lama untuk mencegah pusing dan berkunang-kunang. Pemberian edukasi kesehatan mengenai anemia dan konsumsi tablet tambah darah merupakan bagian penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil terhadap terapi anemia. Menurut Basuki (2021), suplementasi zat besi dan pemenuhan nutrisi seimbang berperan penting dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia. Hasil evaluasi menunjukkan masalah perfusi perifer tidak efektif teratasi sebagian. Pasien mengatakan keluhan lemas dan pusing mulai berkurang, namun masih sesekali merasakan cepat lelah saat melakukan aktivitas. Konjungtiva masih tampak sedikit pucat sehingga diperlukan pemantauan dan edukasi lanjutan terkait kepatuhan konsumsi tablet tambah darah serta pemenuhan nutrisi selama kehamilan.

Defisit Nutrisi

Berdasarkan hasil pengkajian, Ny. H mengatakan nafsu makan menurun selama kehamilan dan kurang menyukai sayuran serta tempe sebagai sumber zat besi nabati. Pasien juga mengaku belum memahami pentingnya pemenuhan nutrisi seimbang selama kehamilan, khususnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi untuk mencegah anemia. Kondisi tersebut menyebabkan asupan nutrisi ibu kurang optimal selama masa kehamilan.

Kebutuhan nutrisi selama kehamilan meningkat seiring pertumbuhan janin dan perubahan fisiologis tubuh ibu. Kekurangan asupan zat besi dapat menyebabkan penurunan pembentukan hemoglobin sehingga meningkatkan risiko anemia pada ibu hamil (Astutik & Ertiana, 2018). Selain itu, penurunan nafsu makan selama kehamilan juga dapat memengaruhi pemenuhan kebutuhan nutrisi ibu dan janin. Intervensi keperawatan yang dilakukan meliputi identifikasi pola makan pasien, edukasi mengenai pentingnya nutrisi seimbang selama kehamilan, serta anjuran mengonsumsi makanan tinggi zat besi, protein, dan vitamin C untuk membantu penyerapan zat besi. Perawat juga memberikan pendidikan kesehatan mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah secara rutin untuk membantu meningkatkan kadar hemoglobin.

Menurut Martini *et al.*, (2023), edukasi nutrisi dan suplementasi zat besi pada ibu hamil dapat membantu meningkatkan status gizi serta mencegah komplikasi akibat anemia selama kehamilan. Pemberian pendidikan kesehatan juga bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pemilihan makanan yang baik selama kehamilan. Hasil evaluasi menunjukkan masalah defisit nutrisi teratasi sebagian. Pasien mulai memahami pentingnya pemenuhan nutrisi selama kehamilan dan mengatakan mulai mencoba mengonsumsi makanan yang dianjurkan. Namun, pasien masih perlu meningkatkan kepatuhan dalam menerapkan pola makan seimbang selama kehamilan.

Gangguan Pola Tidur

Hasil pengkajian menunjukkan Ny. H mengeluhkan kesulitan tidur pada malam hari disertai pusing, mata berkunang-kunang saat bangun tidur, dan nyeri punggung. Pasien mengatakan biasanya mengatur posisi bantal agar lebih nyaman saat tidur. Gangguan tidur yang dialami pasien dipengaruhi oleh ketidaknyamanan fisik selama trimester III serta kondisi anemia yang menyebabkan tubuh mudah lelah dan tidak nyaman. Gangguan pola tidur sering terjadi pada ibu hamil trimester III akibat perubahan fisiologis dan ketidaknyamanan fisik selama kehamilan. Anemia juga dapat menyebabkan tubuh terasa lemas, pusing, dan tidak nyaman sehingga kualitas tidur ibu menurun (Situmorang & Ronalen, 2021).

Intervensi keperawatan yang dilakukan meliputi identifikasi faktor penyebab gangguan tidur, menciptakan lingkungan nyaman, menganjurkan posisi tidur

miring kiri, serta edukasi mengenai pentingnya istirahat yang cukup selama kehamilan. Perawat juga menganjurkan pasien menghindari aktivitas berat sebelum tidur dan mengatur posisi tidur menggunakan bantal untuk mengurangi nyeri punggung dan meningkatkan kenyamanan saat tidur. Hasil evaluasi menunjukkan masalah gangguan pola tidur teratasi sebagian. Pasien mengatakan tidur mulai lebih nyaman dibanding sebelumnya, namun masih sesekali terbangun pada malam hari akibat rasa tidak nyaman pada punggung. Diperlukan edukasi dan pemantauan lanjutan untuk membantu meningkatkan kualitas tidur pasien selama kehamilan.

KESIMPULAN

Masalah keperawatan pada Ny. H dengan anemia dalam kehamilan adalah perfusi perifer tidak efektif, defisit nutrisi, dan gangguan pola tidur. Setelah dilakukan implementasi asuhan keperawatan selama 6 hari, didapatkan ketiga masalah keperawatan teratasi sebagian. Hal ini ditunjukkan dengan berkurangnya keluhan lemas, pusing, dan cepat lelah, meningkatnya pemahaman pasien mengenai pentingnya pemenuhan nutrisi dan konsumsi tablet tambah darah, serta membaiknya kualitas tidur pasien selama kehamilan. Penerapan asuhan keperawatan berupa pemantauan kondisi fisik, edukasi kesehatan, pemenuhan nutrisi, dan anjuran konsumsi tablet tambah darah secara rutin menunjukkan adanya perkembangan kondisi pasien ke arah yang lebih baik. Keterbatasan penelitian ini adalah waktu pelaksanaan asuhan keperawatan yang relatif singkat sehingga perkembangan kondisi pasien belum dapat diamati secara optimal dalam jangka panjang. Diperlukan pemantauan dan edukasi berkelanjutan untuk meningkatkan kepatuhan ibu hamil dalam menjaga pola nutrisi dan konsumsi tablet tambah darah selama kehamilan. Saran bagi tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan edukasi mengenai pencegahan anemia dan pentingnya pemeriksaan kehamilan secara rutin agar komplikasi selama kehamilan dapat dicegah lebih dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Astutik, Y. R., & Ertina, D. (2018). Anemia dalam kehamilan. CV Pustaka Abadi. <https://repository.ilkeskh.org/items/show/332>
- Basuki, P. P., Dewi, I. M., Purwandari, A., & Chasanah, S. U. (2021). Anemia pada ibu hamil. Stikes Wira Husada Kemenristek Dikti. <https://repositor.almaata.ac.id/161/1/2.%20Buku%20Ajar%20Anemia%20Bumil.pdf>
- Dinas Kesehatan Aceh Besar. (2025). Profil kesehatan Aceh Besar. <https://dinkes.acehbesarkab.go.id/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Anemia dalam kehamilan. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1149/intoksikasi-alkohol
- Martini, S., Dewi, R. K., & Pistanty, M. A. (2023). Anemia kehamilan: Asuhan dan pendokumentasian. NEM.

- Nugrawati, N. K., & Amriani, S. (2021). *Asuhan kebidanan pada kehamilan*. Penerbit Adab.
- Persatuan Perawat Nasional Indonesia. (2018). *Standar diagnosis keperawatan Indonesia (SDKI)*. Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Priyanti, S., Irawati, D., & Syalfina, A. (2020). *Anemia dalam kehamilan*. STIKes Situmorang.
- R. B. (2021). *Asuhan kebidanan pada kehamilan*. CV Pustaka El Queena.
- World Health Organization. (2023b). *Anaemia in women and children: Global prevalence and trends*.
https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children
- World Health Organization. (2023d). *Daily iron and folic acid supplementation during pregnancy*.
<https://www.who.int/tools/elena/interventions/daily-iron-pregnancy>.