

BAB 5

PEMBAHASAN

5.1 Kunjungan pertama

5.1.1 Data Subjektif

Pada kunjungan pertama Ny. M G2P1A0 dengan usia kehamilan 29-30 minggu dengan keluhan kurang istirahat yaitu ibu tidak tidur siang dan tidur malam kurang lebih 4-5 jam. Keluhan ini kemungkinan berkaitan dengan aktivitas ibu yang sering terbangun pada malam hari untuk membuatkan anaknya susu. Kemungkinan anemia ringan ini disebabkan karena kurangnya makan-makanan yang mengandung zat besi, ketidakteraturan minum tablet tambah darah (Fe) dikarenakan sering lupa untuk meminumnya.

Hal ini sesuai dengan penelitian (Garno et al., 2020) mengenai istirahat yang kurang yaitu, tubuh akan mengalami dampak negatif jika tidak tidur cukup, al ini disebabkan oleh terganggunya proses biologis saat tidur sehingga kadar hemoglobin menurun di bawah batas normal. Pada penelitian (Yuni, 2022) menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat keteratur ibu minum suplemen zat besi (Fe) ini, maka akan semakin efektif mencegah anemia, yang berarti risiko terkena anemia dapat dikurangi. Selain itu penelitian (E. S. Yanti et al., 2023) juga menyatakan bahwa kurangnya keteraturan ibu hamil dalam meminum suplemen zat besi bisa disebabkan oleh perasaan mual yang timbul karena rasa dan bau dari tablet tersebut, jadi menimbulkan keengganan untuk meminumnya.

5.1.2 Data Objektif

Pada hasil pemeriksaan BB ibu sekarang 63 kg, TB 148 cm, TFU yaitu 23 cm, yang berarti tidak sesuai dengan ukuran seharusnya pada usia kehamilan 29-30 minggu, yaitu sekitar 26,5 cm dan hasil dari pemeriksaan fisik conjungtiva ibu tampak pucat serta kadar Hb ibu sebesar 10,3 g/dl. Kehamilan dengan anemia bisa berpengaruh terhadap janin yaitu mungkin akan terjadinya BBLR, persalinan prematur, gangguan pertumbuhan janin, dan bahkan kematian janin dalam kandungan.

Ibu hamil anemia dipicu oleh defisiensi besi berpengaruh besar pada kemajuan dan pertumbuhan janin atau bayi, baik saat dalam rahim ataupun setelah dilahirkan. Menurut penelitian (Fauziyah et al., 2021), ibu yang sedang hamil dan mengalami anemia dapat menghambat pertumbuhan serta perkembangan janin dan mengancam keselamatan hidupnya.

5.1.3 Analisa

Dari serangkaian hasil data subjektif dan objektif didapat diagnosa “G2 P1 A0 UK 29-30 minggu dengan anemia ringan dan juga ibu memiliki gangguan tidur dikarekan masih mempunyai baby berusia 14 bulan. Pengumpulan data ini yang mendukung diagnosa anemia ringan dengan kadar Hb 10,3 g/dl. Selain itu ibu juga termasuk dalam golongan kehamilan risiko sangat tinggi dengan jumlah skor Kartu Skor Poedji Rochyati (KSPR) sebesar 18, yaitu yang terdiri dari skor awal hamil = 2, terlalu cepat hamil lagi (2 tahun) = 4, pernah operasi sesar = 8, penyakit kurang darah = 4

Ibu dengan skor KSPR > 12 dianjurkan untuk melakukan persalinan di rumah sakit dan biasanya melahirkan dengan tindakan *sectio caesarea* yang ditangani oleh dokter Sp. OG. Penelitian ini sejalan dengan (Petricka et al., 2025), pengelompokan ini bertujuan untuk mempermudah proses pertolongan saat persalinan berdasarkan keadaan ibu hamil. Penelitian lain juga menyatakan (Alfina et al., 2024), komplikasi saat melahirkan dapat muncul dalam semua kategori risiko kehamilan, baik itu kehamilan risiko rendah (KRR), kehamilan risiko tinggi (KRT), maupun kehamilan risiko sangat tinggi (KRST).

5.1.4 Penatalaksanaan

Asuhan yang diberikan terkait kasus di atas meliputi :

Memberikan HE pada ibu untuk makan-makan makanan yang bergizi seimbang kaya protein, zat besi (telur, ikan, daging, kacang-kacangan, sayuran hijau seperti kangkung, bayam, brokoli). Makanan yang di anjurkan yang merupakan sumber nutrisi yang di butuhkan untuk meningkatkan kadar Hb dan berkontribusi menjaga kesehatan ibu dan perkembangan janin. Hal ini sejalan dengan teori (Satria & Faisal, 2023), kadar zat besi yang diperlukan oleh tubuh bisa dipenuhi melalui asupan makanan bergizi seimbang yang diperkaya dengan zat besi.

Edukasi tentang tidur yang optimal seperti tidur siang 1-2 jam dan tidur malam 6-7 jam. Kurangnya istirahat pada ibu hamil yang menderita anemia dapat memperburuk kondisi anemia dan meningkatkan risiko komplikasi kehamilan dan persalinan. Menurut teori (Murlina et al., 2023), tidur yang tidak optimal

merupakan salah satu masalah yang timbul dari gangguan kenyamanan selama kehamilan yang dialami ibu hamil.

Selain edukasi, asuhan yang diberikan seperti pemberian tablet tambah darah, diberitahu cara mengonsumsi tablet tambah darah yang benar. Kurangnya zat besi pada wanita hamil bisa mengakibatkan anemia, yang dapat berakibat fatal untuk ibu dan anak, maka dari itu untuk minum TTD dengan air putih, dan juga bisa minum dengan air jeruk untuk meningkatkan penyerapan TTD lebih efektif. Hal ini sejalan dengan teori (Efiana et al., 2023) Jika ibu mendapatkan asupan vitamin C agar zat besi lebih mudah diserap, serta meningkatkan jumlah hemoglobin dalam aliran darah.

5.2 Kunjungan kedua

5.2.1 Data subjektif

Ibu dengan usia kehamilan 32-33 minggu dengan keluhan cepat lelah. Kemungkinan keluhan cepat lelah yang dirasakan ibu dikarenakan ibu mempunyai baby 14 bulan. Menurut teori (Taherong et al., 2023) Satu di antara penyebab kelelahan dan gangguan tidur saat masa kehamilan adalah fluktuasi hormon. Peningkatan progesteron mengakibatkan rasa mengantuk yang berlebihan di siang hari. Perubahan dalam hormon dan kondisi badan selama masa kehamilan bisa mempengaruhi pola tidur serta kualitas tidur.

Ibu mengeluh sering kencing. Seringnya kencing adalah kondisi sering dialami ibu hamil pada trimester III dan umumnya dianggap normal. Perubahan hormonal, tekanan dari rahim yang membesar terhadap kandung kemih, dan peningkatan berat badan selama kehamilan menjadi faktor penyebabnya. Hal ini sejalan dengan teori

(Kotarumalos & Hermanses, 2024) Pada trimester ketiga, alasan utama untuk frekuensi buang air kecil beralih kepada faktor fisik, yaitu peningkatan ukuran rahim yang menekan kandung kemih. Situasi ini mengakibatkan kandung kemih memiliki volume yang lebih terbatas untuk menampung urine, sehingga wanita hamil perlu lebih sering menuju toilet.

Ibu juga mengeluh nyeri pinggang untuk nyeri pinggang ini dikarenakan ibu sering mengambil sesuatu dengan bungkuk lalu langsung berdiri. Keluhan ibu nyeri pinggang karena bertambahnya berat badan dan pergeseran pusat gravitasi akibat perut yang semakin besar memaksa ibu hamil untuk mengubah cara berdiri dan cara duduk dan hal ini membuat posisi tubuh ibu menjadi lebih lordosis (terlalu condong ke arah depan). Menurut penelitian (Faraswati et al., 2024) Nyeri pinggang merupakan keluhan yang umum dan wajar dirasakan selama trimester ketiga kehamilan. Kondisi ini muncul akibat tekanan, penambahan berat badan, perubahan posisi tubuh, dan modifikasi yang terjadi pada otot di mana otot menjadi lebih lunak dan melar. Ketidaknyamanan yang ditimbulkan oleh nyeri pinggang ini bisa membuat ibu merasa lelah dengan mudah atau mengganggu waktu istirahat.

5.2.2 Data objektif

Pada hasil pemeriksaan pada ibu yaitu diketahui bahwa conjungtiva ibu masih pucat. Ketika di lakukan pemeriksaan Hb ibu masih mengalami anemia (kadar Hb 10,9 g/dl). Tinggi Fundus Uteri (TFU) yaitu 24 cm, tetapi TFU ibu mengalami peningkatan 1 cm dari sebelumnya. Krusial bagi ibu yang sedang hamil agar mempertahankan makan yang seimbang, minum suplemen zat besi jika diperlukan,

serta melaksanakan pemeriksaan kehamilan secara rutin untuk memantau kadar hemoglobin.

Pemenuhan nutrisi yang mengandung zat besi pada ibu hamil anemia sangat penting untuk ibu dan janin. Menurut penelitian (firza novilia tono, 2020) Kenaikan kebutuhan akan zat besi pada wanita hamil diperlukan agar meningkatkan jumlah eritrosit yang mendukung janin, plasenta, dan persiapan untuk kehilangan zat besi pada proses persalinan. Oleh karena itu, keperluan zat besi pada ibu hamil lebih besar jika daripada ibu yang tidak hamil.

5.2.3 Analisa

Berdasarkan serangkaian hasil data subjektif dan objektif didapat diagnosa “G2 P1 A0 UK 32-33 minggu dengan anemia ringan. Pengumpulan data ini ibu masih mengalami anemia yang mendukung diagnosa anemia ringan dengan kadar Hb 10,9 g/dl. Pengecekan kadar Hb ini dilakukan 3 minggu dari kunjungan pertama.

Ibu hamil yang rutin minum tablet tambah darah kenaikan Hb akan lebih optimal. Menurut penelitian (Nurislamiyah et al., 2023) Pemberian tablet Fe dapat berkontribusi terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada wanita hamil dengan peningkatan rata-rata hemoglobin sebesar 0,46 gr/dl. Namun, salah satu hal yang dapat merusak proses penyerapan Fe di dalam tubuh adalah mengonsumsi makanan atau minuman yang kaya tanin. Tanin adalah polifenol yang ada dalam teh, kopi, serta beberapa jenis sayuran dan buah yang dapat mengikat zat besi, sehingga menghalangi penyerapannya.

5.2.4 Penatalaksanaan

Asuhan yang diberikan terkait kasus di atas meliputi:

Memberitahu ibu penyebab sering kencing yang terjadi karena tekanan rahim yang membesar di kandung kemih, memberitahu ibu cara menangani agar tidak sering kencing. Menurut pendapat (R. A. Sari et al., 2022) Keluhan tentang frekuensi buang air kecil yang dialami oleh ibu adalah sesuatu yang wajar, terutama pada trimester ketiga kehamilan. Situasi ini timbul akibat kepala bayi karena janin sudah bergerak ke area panggul dan memberi tekanan pada kandung kemih, penting untuk menyarankan ibu agar segera berkemih dan tidak menahan buang air kecil. Tingkatkan asupan minuman di siang hari agar hidrasi tetap terjaga. Disarankan juga untuk membatasi minuman yang memiliki efek diuretik, seperti teh, kopi, dan cola yang mengandung kafein, serta tidur dengan posisi miring ke kiri dan kaki yang ditinggikan.

Menganjurkan ibu untuk mengonsumsi sayuran hijau, seperti meronggi. Untuk menaikkan kadar Hb supaya dalam batas normal yaitu ibu bisa makan sayuran yang berwarna hijau seperti meronggi. Upaya selain minum tablet tambah darah 2x1/hari, ibu juga bisa mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi atau makan sayuran berwarna hijau. Menurut teori (Hermawan et al., 2020) Mengonsumsi sayuran berwarna hijau dengan lebih baik dapat membantu menghindari anemia pada ibu yang sedang hamil. Maka dari itu, ibu hamil perlu menjaga pola makan mereka, khususnya dalam hal konsumsi sayuran hijau.

Mengajarkan ibu cara menjaga body mekanik dan menganjurkan ibu untuk mengompres air hangat jika pinggang sangat nyeri. Body mekanik dapat

mengurangi keluhan nyeri pada pinggang. Menurut teori (Puspitasari & Ernawati, 2020) Ibu hamil perlu menerapkan mekanika tubuh yang benar untuk mencegah serta mengurangi nyeri pinggang, sekaligus memastikan aktivitas sehari-hari aman sepanjang masa kehamilan adalah cara ibu hamil menyesuaikan posisi tubuhnya terhadap perubahan fisik yang terjadi, khususnya pada tulang punggung yang mengalami *lordosis* (melengkung). Penyesuaian ini mencakup cara yang tepat saat berdiri, tidur, mengangkat beban, dan berjongkok.

Memberitahu ibu tentang deteksi dini untuk melakukan persalinan di rumah sakit. Edukasi mengenai identifikasi awal kehamilan dapat menambah pemahaman para ibu serta keluarganya, dan ini bisa berkontribusi dalam mengurangi risiko komplikasi selama masa kehamilan dan saat persalinan. Menurut (Musni & Fatimah, 2022) Deteksi dini selama masa kehamilan bisa menjadi salah satu langkah untuk mengenali lebih cepat serta menangani ibu hamil yang memiliki risiko tinggi. Kehamilan dengan risiko tinggi merupakan situasi yang dapat membahayakan menjaga keamanan ibu dan janin, dari masa mengandung hingga saat proses melahirkan.

Selain itu menurut teori (Hiliati & Hastuty, 2024) Aktivitas sehari-hari dapat berpengaruh pada rasa sakit di punggung bagian bawah dan berdampak buruk terhadap kemampuan seorang ibu hamil dalam melaksanakan kegiatan sehari-hari seperti perawatan diri, bergerak, duduk, dan berpartisipasi dalam aktivitas seksual. Salah satu cara untuk meredakan nyeri yang dialami ibu hamil pada trimester tiga adalah melaksanakan terapi pijat di area punggung atas dan bawah, yang bertujuan untuk memberikan kenyamanan serta mengurangi tingkat nyeri yang dirasakan.

5.3 Kunjungan ketiga

5.3.1 Data subjektif

Ibu tidak mengatakan keluhan apapun, tetapi melakukan pekerjaan rumah tangga. Ibu telah melakukan sesuai dengan anjuran yang di berikan dan ibu sudah tidak mengalami anemia ringan. Pentingnya dilakukan pemantauan dan terpenuhi kebutuhan nutrisi ibu untuk pertumbuhan dan perkembangan janin agar optimal. Hal ini dilakukan untuk menjamin kecukupan nutrisi bagi ibu dan janin, guna mencegah terjadinya anemia yang berisiko membahayakan kesehatan keduanya. Untuk keluhan cepat lelah, susah tidur, sering berkemih, dan nyeri pinggang yang dirasakan ibu sudah teratasi.

Pemantauan status gizi pada ibu hamil dalam mencegah anemia mencakup berbagai aspek penting, seperti pemenuhan asupan makanan yang tinggi zat besi, penggunaan suplemen, serta pengawasan kadar hemoglobin. Menurut teori (Ni Made Risma Dewi et al., 2023). Anemia dalam kehamilan dapat dicegah melalui pemberian bimbingan kesehatan mengenai kebutuhan nutrisi bagi ibu hamil. Edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu, sehingga diharapkan dengan pemahaman yang baik, ibu mampu menerapkan pola makan yang sesuai selama kehamilan, guna mencegah terjadinya anemia.

5.3.2 Data objektif

Pada hasil pemeriksaan pada ibu yaitu diketahui bahwa ibu tidak mengalami anemia dengan kadar Hb 14,2 g/dl dan conjungtiva sudah tidak anemis. Minum tablet tambah darah secara teratur dan dengan cara yang benar akan mendukung tubuh ibu dalam menyerap zat besi. Kenaikan ini bertolak belakang dengan teori

(Nurislamiyah et al., 2023) Pemberian tablet zat besi dapat berkontribusi terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada wanita hamil dengan kisaran peningkatan kadar hemoglobin sebesar 0,46 gr/dl.

5.3.3 Analisa

Berdasarkan serangkaian hasil data subjektif dan objektif didapat diagnosa “G2 P1 A0 UK 33-34 minggu dengan janin tunggal, hidup, intrauteri. Pengumpulan data ini ibu sudah tidak mengalami anemia dengan kadar hemoglobin 14,2 g/dl. Skor KSPR ibu yang awalnya 18 sekarang menjadi 14, tetapi tetap tergolong kehamilan resiko sangat tinggi (KRST). Kenaikan kadar hemoglobin kemungkinan ibu karena kepatuhan ibu dalam minum tablet tambah darah (Fe) sesuai anjuran dan memakan makanan yang tinggi zat besi.

Ibu hamil yang teratur minum tablet tambah darah dan memakan makanan mengandung zat besi kadar hemoglobin akan lebih optimal. Hal ini sejalan dengan teori (Fajriati et al., 2024) Ketaatan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah ditentukan adanya tingkat kesadaran mereka terhadap pentingnya menjaga kesehatan selama kehamilan demi mendukung kesehatan janin. Keinginan ibu hamil untuk mematuhi anjuran dari tenaga kesehatan dalam mengonsumsi tablet tersebut menjadi salah satu hal yang utama meningkatkan keteraturan dalam penggunaannya.

5.3.4 Penatalaksanaan

Asuhan yang diberikan terkait kasus di atas meliputi:

Telah dilakukan massase ibu hamil dengan keluhan nyeri pinggang. Pijatan pada bagian punggung dilakukan untuk ibu yang sedang hamil dengan tujuan untuk

memperbaiki kesehatan ibu selama proses kehamilan, sehingga menambah rasa nyaman. Menurut teori (Musmundiroh, 2024) Terapi massage termasuk dalam jenis terapi non-obat yang dapat membantu meredakan nyeri di punggung bagi para ibu hamil, pijatan ini akan membantu mengurangi ketegangan otot serta rasa sakit, sekaligus meningkatkan pergerakan dan memperlancar aliran darah.

Menganjurkan ibu tetap minum tablet tambah darah 1x1/hari, dikarenakan ibu sudah tidak anemia. Tablet penambah darah yang dikonsumsi secara rutin dan sesuai dengan arahan bisa mencegah serta mengatasi anemia gizi. Menurut teori (Nurislamiyah et al., 2023) Hemoglobin berfungsi mengangkut oksigen melalui aliran darah ke seluruh jaringan dan organ tubuh kita. Selama masa kehamilan, zat besi berperan dalam membantu tubuh menghasilkan sel darah merah guna mendistribusikan oksigen ke janin yang sedang berkembang. Zat besi memiliki peran krusial dalam menunjang perkembangan otak janin di dalam rahim.

Memberikan edukasi kepada ibu hamil tentang tanda bahaya pada trimester III sangatlah penting untuk menghindari komplikasi yang berpotensi membahayakan keselamatan ibu dan bayi. Terlebih lagi, dalam kasus ibu dengan riwayat persalinan anak pertama melalui operasi sesar (SC) dan jarak antar kehamilan yang terlalu dekat, risiko terjadinya ruptur uteri (robekan rahim) dan komplikasi lainnya meningkat secara signifikan. Penting untuk memberitahu ibu mengenai gejala bahaya kehamilan trimester III dan seriusnya deteksi dini serta perencanaan persalinan yang aman, salah satunya dengan memilih tempat persalinan di fasilitas kesehatan seperti rumah sakit. Sejalan dengan teori (D. K. Sari & Endah Kusumawati, 2024) Tujuannya adalah untuk mengenali lebih awal gangguan

kesehatan pada ibu dan janin, menyampaikan edukasi atau penyuluhan kesehatan, serta mempersiapkan rencana melahirkan secara tepat.