

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum. Pertumbuhan dan perkembangan janin dimulai sejak konsepsi dan berakhir sampai permulaan persalinan (Setyianingsih, Widayati & Kritiningrum, 2020). Wanita hamil sering kali mengalami penurunan kadar hemoglobin karena pada saat hamil, volume darah akan mengalami peningkatan namun tidak diimbangi dengan peningkatan massa eritrosit. Akibat ketidakseimbangan antara peningkatan volume darah dan massa eritrosit ini menyebabkan terjadinya hemodilusi fisiologis yang akan menyebabkan terjadinya penurunan hemoglobin. Penurunan kadar hemoglobin dibawah 11 g/dl disebut dengan anemia (Sunarsih, Putri & Lathifah, 2019)

Setyayiningsih (2020) melaporkan bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 50,1% dan Provinsi Jawa Tengah memiliki jumlah ibu hamil dengan anemia sebesar 57,1%. Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Purbalingga menunjukkan bahwa sebesar 34,53% kasus anemia pada ibu hamil dan Kecamatan Kalimanah khususnya desa Kalimanah Wetan memiliki presentasi 31,3% ibu hamil yang mengalami anemia. Wanita hamil dengan penyakit penyerta anemia memiliki kehamilan yang lebih pendek dibandingkan dengan wanita hamil non-anemia. Semua wanita hamil yang anemia memiliki risiko lebih tinggi untuk melahirkan prematur (Kadry, Sleem & Samad, 2018). Pada tahun 2019 terdapat kasus salah seorang ibu hamil di Desa Kalimanah Wetan yang mengalami pengapuran plasenta, ketuban kering, dan berat badan bayi sulit untuk meningkat akibat mempunyai riwayat anemia.

Anemia dalam kehamilan yang paling sering dijumpai adalah anemia defisiensi besi. Hal ini disebabkan kurangnya asupan zat besi dalam makanan karena gangguan absorpsi (Sunarsih, Putri, & Lathifah, 2019). Menurut Harington (2011) melaporkan bahwa penggunaan suplementasi zat besi bisa dengan *ferrous sulfate* sebagai pilihan pertama, diikuti oleh *ferrous fumarate* sebagai pilihan kedua. Penyerapan dari *ferrous fumarate* setara dengan penyerapan dari *ferrous sulfate*. Namun ada penelitian lain yang dilakukan di

Bangladesh bahwa penyerapan zat besi dari *ferrous fumarate* hanya 25-35% saja. Penyerapan besi dari senyawa besi yang sukar larut seperti *ferrous fumarate*, *ferric pyrophosphate*, dan besi elektrolit lain akan lebih sukar untuk diserap dibandingkan dengan senyawa besi yang mudah larut seperti *ferrous sulfate*.

Konsumsi buah-buahan yang mengandung vitamin C sangat berperan dalam absorpsi besi dengan jalan meningkatkan absorpsi zat besi non heme hingga empat kali lipat. Mekanisme absorpsi ini dengan cara mereduksi ferri menjadi bentuk ferro dalam lambung yang mudah diserap (Wirawan dkk., 2015). Pengamatan *in vivo* yang telah dilakukan menunjukkan adanya peningkatan penyerapan zat besi dengan adanya vitamin C terbukti dengan adanya aksi *ferrireductase Dcytb (duodenal cytochrome)* enterosit duodenum. Hal ini menunjukkan bahwa peran utama vitamin C adalah meningkatkan kelarutan besi. Sumber zat besi yang baik harus diminum bersama enhancer agar penyerapan zat besi meningkat (Teucher, Olivares & Cori, 2004)

Lemon (*Citrus limon (L.) Osbeck*) mengandung vitamin C yang tinggi. Diketahui bahwa vitamin C membantu penyerapan zat besi hingga 30%. Ketika kebutuhan zat besi yang besar maka vitamin C sangat dibutuhkan untuk membantu proses penyerapan zat besi. Asam organik seperti asam askorbat (vitamin C) dapat membantu penyerapan besi dengan cara mereduksi ferri menjadi ferro yang mudah diserap 3-6 kali. Lemon (*Citrus limon (L.) Osbeck*) memiliki banyak manfaat, salah satunya dengan memanfaatkan sari lemon atau perasan lemon (Sunarsih, Putri & Lathifah, 2019)

Putrianti (2020) melaporkan bahwa lemon (*Citrus limon (L.) Osbeck*) dapat meningkatkan nilai hemoglobin dimana hemoglobin merupakan zat warna yang terdapat dalam sel darah merah dan berguna untuk mengangkut oksigen serta karbondioksida dalam sel tubuh. Penelitian tersebut membandingkan dua macam jeruk yaitu jeruk nipis dan lemon. Hasil membuktikan bahwa lemon lebih banyak mengandung vitamin C dibandingkan dengan jeruk nipis. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan kadar hemoglobin yang lebih tinggi pada pemberian perasan lemon dibandingkan dengan jeruk nipis dalam jangka waktu tiga minggu. Hal ini

juga sesuai dengan pendapat Almatsier (2011) yang menyatakan bahwa makan sayur-sayuran dan buah-buahan yang banyak mengandung vitamin C sangat bermanfaat untuk meningkatkan penyerapan zat besi dalam usus, sehingga dapat meningkatkan kadar hemoglobin.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai efektifitas perasan lemon terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil di Kecamatan Kalimanah, desa Kalimanah Wetan karena desa Kalimanah Wetan menduduki peringkat tertinggi untuk jumlah ibu hamil yang mengalami penurunan kadar hemoglobin.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana pengaruh pemberian perasan lemon (*Citrus limon (L.) Osbeck*) dalam membantu meningkatkan penyerapan zat besi sehingga berpengaruh pada kadar hemoglobin pada ibu hamil di Desa Kalimanah Wetan?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu:

1. Mengetahui pengaruh pemberian perasan lemon (*Citrus limon (L.) Osbeck*) dalam membantu meningkatkan penyerapan zat besi sehingga berpengaruh pada kadar hemoglobin pada ibu hamil di Desa Kalimanah Wetan.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memberikan wawasan, pengetahuan dan pengalaman baru bagi peneliti dalam merancang maupun melaksanakan penelitian tersebut. Dapat pula menambah keterampilan dalam menyusun laporan hasil penelitian serta terampil dalam analisis pengaruh perasan lemon terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada Ibu hamil.

2. Bagi Pemerintah

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam memberikan asupan bagi Ibu hamil yang cenderung mengalami anemia defisiensi besi.

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat terkait pentingnya mempertimbangkan asupan gizi, bahaya anemia, serta manfaat dari vitamin C yang terkandung dalam lemon terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada Ibu hamil.

