

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Asam folat merupakan salah satu unsur penting dalam sintesis DNA (*deoxyribo nucleic acid*) yang diperlukan sebagai koenzim dalam sintesis *pirimidin*. Defisiensi asam folat menimbulkan anemia *megaloblastik* sebagai manifestasi paling khas, walaupun ternyata defisiensi asam folat dapat menyebabkan kelainan-kelainan yang berat seperti kelainan kongenital yaitu *Neural Tube Defect* (NTD) (Kurniati, 2013).

Anemia disebabkan beberapa hal antara lain defisiensi zat besi dan mikronutrien lainnya, penyakit akut, infeksi kronis, kelainan bawaan atau didapat, dan lain-lain (Wijayanti, 2011). Asupan zat gizi merupakan faktor langsung yang mempengaruhi terjadinya anemia. Selain itu terdapat faktor determinan anemia seperti umur ibu hamil, paritas, dan jarak kehamilan (Widayati & Afriyani, 2018). Sedangkan penyebab anemia yang dikutip dari WHO (2011) umumnya karena kekurangan zat besi, kekurangan asam folat, vitamin B12 dan vitamin A, serta peradangan akut dan kronis, infeksi parasit, kelainan bawaan yang juga mempengaruhi sintesis hemoglobin dan berkurangnya produksi sel darah merah.

Masalah yang penting kaitannya dengan kesehatan prakonsepsi seorang wanita adalah anemia. Anemia merupakan masalah kesehatan dan gizi yang umum di seluruh dunia, tetapi wanita sangat rentan terhadap anemia karena mengalami menstruasi, kehamilan dan persalinan. WHO

mendefinisikan anemia sebagai suatu kondisi di mana kadar hemoglobin (Hb) rendah dengan tingkat konsentrasi $<12.0\text{g} / \text{dL}$ sehingga tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh (Hisa et al., 2019). Pada wanita usia reproduktif, anemia juga meningkatkan kerentanan terhadap berbagai jenis infeksi dan mengganggu produktifitas kerja (Ma et al., 2017).

Secara global, prevalensi anemia pada wanita tidak hamil (usia subur) yaitu 1,1%, dan mempengaruhi 19 juta wanita tidak hamil. Pencegahan anemia pada wanita usia subur dapat meningkatkan derajat kesehatan wanita hamil, yang pada akhirnya berkontribusi pada penurunan kematian ibu dan *perinatal* (Stevens et al., 2013). Sebagian besar penelitian sebelumnya difokuskan pada prevalensi dan faktor penentu anemia pada wanita hamil, tetapi hanya sedikit yang meneliti prevalensi anemia pada wanita tidak hamil. WHO melaporkan bahwa 58% wanita hamil dengan anemia juga mengalami anemia sebelum hamil, selain itu anemia muncul sebagai masalah kesehatan masyarakat yang penting dunia, khususnya di negara berkembang (Ma et al., 2017).

Anemia pada kehamilan didefinisikan sebagai konsentrasi hemoglobin kurang dari 11 g/dL pada setiap tahap kehamilan (Di Renzo et al., 2019). Secara fisiologis pada wanita hamil terjadi pengenceran darah (*hemodilusi*), yaitu meningkatnya volume plasma sekitar 30-40%, eritrosit sekitar 18-30%, disertai peningkatan hemoglobin sekitar 19%. Oleh karena itu, wanita dengan anemia sebelum hamil dapat dengan mudah mengalami anemia kembali selama kehamilan (Prawirohardjo, 2014).

Anemia pada kehamilan memiliki efek negatif yang signifikan pada ibu dan janin, termasuk bayi berat lahir rendah, prematur, kematian *perinatal*, peningkatan risiko infeksi ibu dan penurunan toleransi terhadap kehilangan darah dan infeksi (Tran, 2019). Sehingga dianjurkan tindakan-tindakan untuk mencegah anemia, ketika seorang wanita sedang merencanakan kehamilan atau sedang hamil. Beberapa tahun terakhir WHO dan Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit di Amerika Serikat telah mengklarifikasi pentingnya kesehatan prakonsepsi. Konsep ini berkaitan dengan pengertian bahwa memperbaiki kesehatan seluruh wanita usia subur berdampak positif terhadap kesehatan ibu dan anak setelah hamil (WHO, 2013).

Salah satu kebijakan pencegahan anemia dalam Permenkes No. 97 Tahun 2014 pasal 9, yaitu pemberian tablet tambah darah kepada wanita usia subur dan ibu hamil (Permenkes 97, 2014). Berdasarkan Permenkes No. 88 Tahun 2014, pemerintah memberikan spesifikasi tablet tambah darah, yaitu mengandung zat besi setara dengan 60 mg besi elemental dan asam folat 0,4 mg. Asam folat merupakan vitamin B9 yang dibutuhkan tubuh untuk menghasilkan sel-sel baru termasuk sel-sel darah merah yang sehat (Permenkes 88, 2014).

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator di bidang kesehatan untuk melihat derajat kesehatan perempuan dan menjadi salah satu komponen indeks pembangunan maupun indeks kualitas hidup. AKI tidak dapat dilepaskan dari berbagai faktor yang mempengaruhinya, antara lain status kesehatan ibu dan kesiapan untuk hamil (Sumarmi, 2017). Periode kritis

untuk menentukan kehamilan sehat serta kualitas bayi yang dilahirkan berada di periode seputar masa sebelum konsepsi (prakonsepsi), sehingga masa prakonsepsi merupakan tahap penting untuk menentukan kehamilan yang sukses. (Cetin et al., 2010).

Menciptakan suatu kehamilan yang sehat dan menjadikan keturunannya sebagai orang yang berkualitas memerlukan persiapan dan perencanaan yang baik, dimulai dari prakonsepsi. Masa prakonsepsi merupakan masa yang ideal untuk intervensi meningkatkan suplementasi mikronutrien sebelum konsepsi. Kesadaran untuk memperhatikan kesehatan wanita selama masa prakonsepsi akan mempengaruhi dan memaksimalkan manfaat bagi ibu dan bayi baru lahir (Lassi, 2020). Sejak tahun 2013, *World Health Organization* (WHO) mulai menekankan pentingnya intervensi gizi dan pelayanan kesehatan pada periode prakonsepsi, yaitu dengan merekomendasikan adanya pelayanan kesehatan prakonsepsi (*preconception care*) dalam sistem pelayanan kesehatan. Wanita dan pria harus mempersiapkan kehamilan sebelum menjadi aktif secara seksual atau setidaknya tiga bulan sebelum hamil. Beberapa persiapan prakonsepsi seperti berhenti merokok, mencapai berat badan yang ideal dan mengonsumsi 0,4 hingga 0,8 mg asam folat setiap hari (WHO, 2019). Menurut Almatsier (2011) asam folat tidak hanya dibutuhkan pada saat hamil tetapi juga sebelum hamil, sehingga tiga bulan sebelum hamil sebaiknya wanita mengonsumsi asam folat sebanyak 0,6 mg per hari.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis ingin melakukan pengkajian *literature* mengenai pengaruh asam folat pada kadar hemoglobin untuk wanita prakonsepsi dengan anemia.

B. Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang di atas maka rumusan masalah dari *literature review* ini adalah “Bagaimana pengaruh asam folat untuk meningkatkan hemoglobin pada wanita prakonsepsi dengan anemia pada jurnal-jurnal terkait?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh asam folat untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada wanita prakonsepsi dengan anemia.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan kejadian anemia pada wanita prakonsepsi.
- b. Menggambarkan pemenuhan kecukupan asam folat pada wanita prakonsepsi.
- c. Menggambarkan pengaruh kecukupan asam folat pada wanita prakonsepsi dengan kejadian anemia.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil *literature review* ini diharapkan dapat menyumbang pengembangan ilmu pengetahuan kebidanan, khususnya antisipasi dan

penanganan terjadinya anemia dengan pemenuhan konsumsi asam folat pada asuhan masa prakonsepsi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Dapat digunakan sebagai referensi dalam mengembangkan ilmu pengetahuan dan wawasan tentang pengaruh kecukupan asam folat wanita prakonsepsi dengan anemia.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam pemberian asuhan berupa konseling pentingnya asupan asam folat wanita prakonsepsi dalam pencegahan anemia.

c. Bagi Instansi Akademik

Dapat digunakan sebagai referensi pembelajaran tentang pengaruh kecukupan asam folat pada wanita prakonsepsi terhadap kejadian anemia.