



Penyuluhan Kesehatan Tentang Pencegahan dan Penanganan Anemia pada Ibu Hamil di Desa Joyotakan, Serengan, Surakarta

Ratna Kusuma Astuti¹, Ganik Sakitri²

^{1,2}Program Studi DIII Keperawatan, Politeknik Insan Husada Surakarta, Indonesia, 57127

E-mail*: ratnakusuma@polinsada.ac.id

Doi : <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v3i3.1065>

Info Artikel:

Diterima :

22-11-2022

Diperbaiki :

26-12-2022

Disetujui :

27-12-2022

Kata Kunci:

Pencegahan dan penanganan, Anemia, Ibu hamil

Abstrak: Anemia pada masa kehamilan adalah kondisi ketika kadar hemoglobin (Hb) ≤ 11 gr%. Kebutuhan zat besi wanita hamil berlipat ganda karena volume darah meningkat tanpa peningkatan volume plasma. Program pencegahan anemia pada ibu hamil seperti B. Pemberian tablet zat besi dapat dijadikan sebagai tindakan yang tepat untuk meningkatkan kadar Hb. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk melakukan penyuluhan kesehatan di Desa Joyotakan, Serengan, Surakarta dan diharapkan ibu hamil dapat menerapkan pencegahan dan penanganan anemia serta menerapkan pola hidup yang. Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu semakin bertambahnya pengetahuan ibu hamil dalam melakukan upaya pencegahan dan penanganan anemia. Saran dari kegiatan ini yaitu kegiatan penyuluhan kesehatan bisa dilaksanakan di tempat yang lain khususnya pada ibu hamil agar lebih meningkatkan pengetahuan dalam pencegahan dan penanganan anemia.

Abstract: Anemia during pregnancy is a condition when the hemoglobin (Hb) level is ≤ 11 gr%. The iron requirement of a pregnant woman doubles because blood volume increases without an increase in plasma volume. Programs to prevent anemia in pregnant women such as B. Giving iron tablets can be used as an appropriate measure to increase Hb levels. The purpose of this activity is to carry out health education in Joyoakan Village, Serengan, Surakarta and it is hoped that pregnant women can implement the prevention and treatment of anemia and adopt a healthy lifestyle. The result of this community service activity is the increasing knowledge of pregnant women in making efforts to prevent and treat anemia. Suggestions from this activity are that health education activities can be carried out in other places, especially for pregnant women in order to further increase knowledge in preventing and treating anemia.

Keywords:

Prevention and treatment, Anemia, Pregnant

Pendahuluan

Anemia selama kehamilan adalah masalah besar di dunia saat ini. Anemia merupakan penyakit yang dapat terjadi selama kehamilan akibat kekurangan zat besi pada ibu hamil. Ibu hamil dengan pengetahuan kurang tentang manfaat zat besi berperilaku berbeda dari yang dianjurkan, sehingga diperlukan informasi yang lengkap tentang manfaat zat besi. Anemia pada masa kehamilan dikatakan sebagai kondisi Ketika kadat Hemoglobin (Hb) ≤ 11 gr% (Rukman 2009).

Proyek Micronutrients and Childhood Blindness dan Food and Nutrition Support melaporkan bahwa sekitar 50% anemia disebabkan oleh kekurangan zat besi. Karena kebutuhan zat besi ibu hamil berlipat ganda dengan peningkatan volume darah tanpa peningkatan volume plasma. Ini digunakan untuk mencegah kehilangan darah pada wanita hamil saat melahirkan dan mendukung pertumbuhan janin (Sulistyawati 2009).

Tahun 2020, prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 41,8% di dunia, yaitu di Asia sebesar 48,2%, di Afrika 57,1%, di Amerika 24,1% dan di Eropa 25,1%. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2020 menyebutkan bahwa prevalensi kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1% (Fitri 2021). Tahun 2020, prevalensi kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 48,9% yang cenderung meningkat dari tahun 2019 yang sebesar 37,1% (Dasar 2021).

Program pencegahan anemia seperti tablet besi atau penambah darah dapat dijadikan sarana yang tepat untuk meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil guna menurunkan kejadian anemia selama kehamilan. Zat besi (Fe) merupakan trace element esensial yang dibutuhkan tubuh untuk pembentukan Hb. Zat besi (Fe) juga terdapat pada sumber makanan seperti daging merah, bayam, kacang-kacangan dll. Zat besi (Fe) mengandung 200 mg ferrous sulfat dan 0,25 mg asam folat, dengan anjuran pemakaian minimal 90 tablet selama kehamilan dengan dosis 1 tablet per hari (Rizki 2018).

Hasil penelitian Aryanti(Aryanti 2015), menyebutkan bahwa ibu primigravida mengalami anemia sebesar 44,6% yang lebih besar dibandingkan dengan ibu multigravida yaitu sebesar 12,8%. Hal ini disebabkan ibu primigravida merupakan ibu baru yang pertama kali mengalami masa kehamilan untuk pertama kalinya yang berdampak pada perilaku ibu dalam mengonsumsi zat besi (Fe) dengan rutin sehingga ibu primigravida harus diberikan informasi khususnya mengenai manfaat zat besi (Fe) untuk mencegah terjadinya peningkatan angka kejadian anemia (Sulistianingsih 2015).

Hasil penelitian (Varina 2016), menyebutkan ibu hamil yang patuh meminum tablet Fe sebanyak 12,7% dan ibu hamil yang kurang patuh meminum

tablet Fe sebanyak 28,5%, serta ibu hamil yang tidak patuh meminum tablet Fe sebanyak 58,8% dan mengalami anemia. Hal ini disebabkan karena ibu hamil mengalami mual setelah meminum tablet Fe dan ibu hamil sering lupa untuk meminum tablet Fe. Salah satu faktor ketidakpatuhan ibu hamil meminum tablet Fe adalah ibu hamil merasa dirinya tidak sakit dan ketidaktahuan ibu hamil akan gejala dan dampak yang akan ditimbulkan.

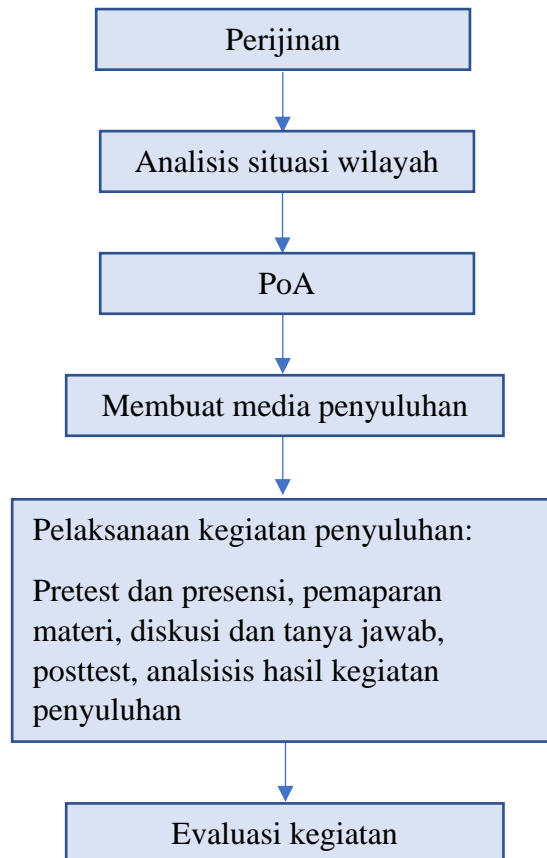
Rendahnya konsumsi tablet penambah darah oleh ibu hamil, peningkatan cakupan dan peningkatan konsumsi melalui advokasi masyarakat yang proaktif sangat diperlukan untuk mencapai tujuan ibu hamil mendapatkan pelayanan antenatal sedini mungkin. (ANC) Layanan Verifikasi Kehamilan Tenaga Kesehatan. Berdasarkan data dari Puskesmas Keratonan, Kecamatan Serengan, Surakarta. Pada tahun 2022 jumlah ibu hamil menjadi 256 orang dan anemia 17 orang (6,64%). Sedangkan jumlah ibu hamil tahun 2022 di Kecamatan Joyoaka Kecamatan Serenga Kota Surakarta sebanyak 52 orang, dan menderita anemia sebanyak 5 orang (9,61%). Berdasarkan uraian di atas maka dilakukan kegiatan penyuluhan kesehatan di Joyoakan, Serengan dan Surakarta, dan diharapkan setelah penyuluhan kesehatan untuk pengobatan dan pencegahan anemia ibu hamil dapat menerapkan gaya hidup yang benar dalam kehidupan sehari-hari.

Tujuan kegiatan ini adalah untuk mengembangkan ilmu pengetahuan mengenai asuhan keperawatan pada ibu hamil dengan cara memberikan penyuluhan kesehatan tentang pencegahan dan penanganan anemia.

Metode

Kegiatan pengabdian ini merupakan wujud dari Tridharma Perguruan Tinggi dengan menyebarkan luaskan pengetahuan melalui penyuluhan kesehatan tentang pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil. Kegiatan ini melibatkan mahasiswa Program Studi D-3 Keperawatan Politeknik Insan Husada Surakarta. Lembaga pelaksana Kegiatan ini adalah LPPM Politeknik Insan Husada Surakarta. Adapun sasaran dalam pengabdian ini adalah ibu hamil di di Desa Joyotakan, Serengan, Surakarta.

Kegiatan PKM ini akan dilaksanakan pada tanggal 25 Juni 2022. Di Pendopo Kelurahan Joyotakan, Serengan, Surakarta. Metode yang digunakan dalam kegiatan PKM ini meliputi presentasi, ceramah dan tanya jawab terkait pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil. Peserta kegiatan PKM ini adalah ibu hamil di Desa Joyotakan, Serengan, Surakarta sejumlah 15 ibu hamil. Kegiatan pengabdian dilakukan dengan langkah yang disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Langkah Kegiatan

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan beberapa tahap yang dimulai dari perijinan, analisis situasi wilayah, merancang *Plan of Action* (PoA), intervensi dan evaluasi. Pelaksanaan kegiatan ini menggunakan metode survei dan penyebaran kuesioner yang bertujuan untuk mengetahui akar penyebab masalah.

Informasi yang disampaikan dalam bentuk penyuluhan menggunakan media power point, leaflet dengan teknik ceramah, diskusi dan tanya jawab. Jumlah peserta penyuluhan sebanyak 15 ibu hamil. Evaluasi kegiatan intervensi menggunakan kuesioner pretest dan posttest. Hasil pretest dan posttest mengenai pengetahuan tentang pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil.

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Joyotakan, Kecamatan Serengan, Kota Surakarta berupa penyuluhan kesehatan tentang pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil dilaksanakan pada tanggal 25 Juni 2022. Media yang digunakan adalah power point dan leaflet yang didesain menggunakan bahasa yang sederhana sehingga mudah dipahami. Selain itu, disajikan juga ilustrasi gambar yang berkaitan dengan materi sehingga peserta dapat tertarik

untuk memahami materi ketika kegiatan penyuluhan berlangsung. Materi yang diberikan ketika penyuluhan, adalah Anemia pada ibu hamil yang menjadi permasalahan utama dengan salah satu faktor penyebab yaitu banyaknya masyarakat yang kurang mengetahui tata cara mengkonsumsi tablet penambah darah dengan benar. Selain itu, penjelasan tentang panduan isi piringku bagi ibu hamil dan macam-macam olahan makanan yang mengandung zat besi (Fe) bagi ibu hamil. Target sasaran pada penyuluhan ini sebanyak 20 peserta, akan tetapi jumlah responden yang hadir dan dapat mengikuti penyuluhan sebanyak 15 peserta. Alur Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan:

1. Pretest & Presensi

Pengisian pretest dilakukan melalui kuesioner guna mengukur tingkat pengetahuan dari peserta sebelum diberikan edukasi penyuluhan. Dengan jumlah peserta yang hadir dan yang turut mengisi kuesioner pretest secara keseluruhan sebanyak 15 peserta.

2. Pemaparan Materi

Pemaparan materi penyuluhan dilakukan dengan penjelasan melalui power point dan membagi leaflet setelah sesi tanya jawab selesai. Hal ini dilakukan agar diskusi dapat dilakukan secara aktif dan peserta tidak merasa jenuh saat mendengarkan materi. Materi berisi tentang informasi mengenai anemia pada ibu hamil yang mencakup pengertian anemia pada ibu hamil, bahaya anemia bagi ibu hamil, tanda gejala anemia pada ibu hamil, cara mencegah anemia bagi ibu hamil serta memahami cara minum tablet tambah darah yang benar.

Kegiatan selanjutnya dilanjutkan dengan pemaparan materi mengenai panduan isi piringku bagi ibu hamil yang berisi materi tentang gizi seimbang (sumber karbohidrat, protein, vitamin dan mineral) dan kebiasaan menjaga menjaga pola makan yang baik, dengan total durasi penyampaian materi sekitar 20-30 menit. Menurut (Kristiyanasari 2010), anemia dapat dicegah dengan mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang serta asupan zat besi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Ibu hamil harus memenuhi kebutuhan gizinya dan mendapatkan makanan bergizi yang cukup agar janin di dalamnya dapat tumbuh dan berkembang dengan baik untuk menghindari berat badan lahir rendah atau BBLR yang dapat menyebabkan bayi terhambat (Astuti 2010). Apalagi pada ibu hamil trimester ke III, kebutuhan zat gizinya lebih meningkat karena janin menyimpan zat besi untuk persediaan dirinya di bulan pertama kelahirannya, maka dari itu pada usia kehamilan ini ibu hamil rentan mengalami anemia (Nita 2011).

3. Diskusi dan Tanya Jawab

Setelah penyampaian materi penyuluhan selesai, diadakan sesi tanya jawab yang diberikan kepada peserta bagi yang ingin bertanya terkait materi yang sudah disampaikan. Selama sesi diskusi dan tanya jawab berlangsung, peserta yang mengikuti kegiatan cukup antusias. Kemudian juga diberikan doorprize kepada peserta yang bisa menjawab pertanyaan dan peserta yang aktif selama sesi ini.

4. Posttest

Pengisian posttest dilakukan melalui kuesioner yang sama dengan pretest dengan jumlah peserta secara keseluruhan sebanyak 15 peserta, posttest dilakukan guna melihat apakah ada kenaikan atau malah penurunan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan.

Tabel 1. Nilai Rata-Rata Pretest dan Posttest

No	Nilai	Mean
1	Pretest	7.20
2	Posttest	8.54

Berdasarkan Tabel 1 menjelaskan rata-rata nilai pretest adalah 7.20 dan rata-rata nilai posttest adalah 8.24. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan dan pengobatan anemia meningkat setelah penyuluhan. Peningkatan pengetahuan peserta merupakan hasil dari kegiatan penyuluhan berupa penyuluhan kesehatan. Pendidikan ini merupakan proses interaksi yang berkesinambungan antara manusia dengan lingkungannya yang mengarah pada perubahan pengetahuan, keterampilan dan sikap. Melalui proses pendidikan, seseorang dapat belajar apa yang dia tidak tahu dia tahu. Memiliki pengetahuan mempengaruhi gaya hidup seseorang dalam menentukan perilaku seseorang, salah satunya adalah konsumsi makanan yang mempengaruhi kebiasaan makan seseorang. Pengetahuan yang baik, salah satunya terkait gizi, membantu seseorang untuk lebih menghitung jumlah dan jenis makanan yang akan dikonsumsi.

Kesimpulan

Kegiatan intervensi dilakukan di wilayah Desa Joyotakan, Kecamatan Serengan, Kota Surakarta pada tanggal 25 Juni 2022. Berdasarkan analisis prioritas masalah, diperoleh hasil permasalahan penyakit yang perlu diselesaikan adalah anemia pada ibu hamil. Intervensi dilakukan secara luring dengan penyuluhan menggunakan metode ceramah, diskusi dan tanya jawab dengan media power point dan leaflet mengenai materi pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil dan panduan isi piringku bagi ibu hamil. Hasil dari pretest dan posttest menjelaskan rata-rata nilai pretest adalah 7.20 dan rata-rata nilai posttest adalah 8.24. Hal ini menandakan peningkatan positif pada pengetahuan pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil setelah dilakukan penyuluhan.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kader Kesehatan dan Ibu Hamil di Desa Joyotakan, Serengan, Surakarta yang telah mengikuti proses pelatihan ini sehingga dapat berjalan dengan lancar.

Referensi

- Aryanti. *Hubungan Anemia Pada Ibu Hamil Dengan Kejadian Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) di RSUD Rokan Hulu*. Skripsi, Hulu: Universitas Pasie Pengaraian, 2015.
- Astuti, Herawati dan. "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Anemia Gizi pada Ibu Hamil di Puskesmas Jalaksana Kuningan Tahun 2010." *Jurnal Kesehatan Kartika*, 2010: 52-58.
- Dasar, Riset Kesehatan. *Pedoman Operasional Keluarga Sadar Gizi (Kadarzi)*. Jakarta: Dirjen Binkesmas, 2021.
- Fatimah, Arantika dan. "Faktor-Faktor pada Kejadian GAKY Ibu Hamil di Tabunganen Barito Kuala, Kalimantan Selatan." *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia Barito Vol 1 No 1*, Januari 2013: 7-14.
- Fitri, Briawan, Tanziha dan Amalia. "Pola Konsumsi dan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil di Kabupaten Maros, Sulawesi Selatan." *Jurnal Makara Kesehatan Vol 15 No 1*, 2021: 31-36.
- Indonesia, Kementrian Kesehatan Republik. *Pedoman Operasional Keluarga Sadar Gizi (Kadarzi)*. Jakarta: Direktorat Bina Gizi Masyarakat, 2013.
- Kristiyanasari. *Gizi Ibu Hamil*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2010.
- Nita, Melorys dan. "Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Kecamatan Nanggalo." *NERS: Jurnal Keperawatan Vol 7 No 2*, 2011: 170-175.
- Rizki, Lipoeto dan Ali. *Hubungan Antara Kenaikan Berat Badan, Lingkar Lengan Atas dan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III dengan Berat Bayi Lahir di Puskesmas Ampel*. Skripsi, Semarang: Universitas Negeri Semarang, 2018.
- Rukman. *Hematologi dan Transfusi*. Jakarta: Erlangga, 2009.
- Sulistianingsih, Ariyanti dan. *Hubungan Anemia Pada Ibu Hamil Dengan Kejadian Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) di RSUD Rokan Hulu*. Skripsi, Sumatera: Universitas Pasie Pengaraian, 2015.
- Sulistyawati, A. *Buku Ajar Asuha Kebidanan pada Ibu Nifas*. Yogyakarta: Andi Offset, 2009.
- Varina. *Hubungan Preeklamsia dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) Pada Ibu Bersalin di RSUD Wangaya*. Skripsi, Bali: Politeknik Kesehatan Denpasar, 2016.