

Pendidikan Kesehatan tentang Anemia kepada Ibu Hamil

Safitri

Prodi D III Kebidanan STIKes Baiturrahim Jambi

Email: safitrypipit@gmail.com

Submitted : 28/11/2019

Accepted: 10/12/2019

Published: 16/06/2020

Abstract

Anemia is a major factor causing maternal morbidity and mortality in developing countries. According to the World Health Organization (WHO) the prevalence of anemia in pregnant women in developing countries is 51%. In Indonesia, based on the results of the 2018 Riskesdas survey, data on the proportion of anemia in pregnant women increased from 37.1% (2013) to 48.9% (2018). Likewise, the Jambi City, in the Puskesmas Pakuan Baru there are still pregnant women who have anemia. Target outcomes expected are: there is an increased knowledge between before and after counseling. The method used is counseling. The results of dedication are an increase in knowledge in pregnant women as an effort to prevent and recognize high risk or complications of Anemia in early pregnancy.

Keywords: anemia, counseling, pregnant

Abstrak

Anemia merupakan faktor utama penyebab morbiditas dan mortalitas ibu di negara berkembang. Menurut *World Health Organization* (WHO) prevalensi anemia pada ibu hamil di negara berkembang sebesar 51%. Di Indonesia, berdasarkan hasil survei Riskesdas tahun 2018 didapatkan data proporsi anemia pada ibu hamil mengalami peningkatan dari 37,1% (2013) menjadi 48,9% (2018). Begitu juga Kota Jambi, di Puskesmas Pakuan Baru masih ada ibu hamil yang mengalami anemia. Target luaran yang diharapkan peningkatan pengetahuan antara sebelum dan setelah penyuluhan. Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan April - Juni 2019 di Puskesmas Pakuan Baru. Sasaran kegiatan ini adalah seluruh ibu hamil yang berkunjung di Puskesmas Pakuan Baru. Metode yang digunakan adalah penyuluhan/ ceramah disertai diskusi dan tanya jawab menggunakan media *leaflet*. Hasil pengabdian terdapat peningkatan pengetahuan anemia pada ibu hamil sebagai upaya pencegahan dan mengenali resiko tinggi atau komplikasi anemia pada kehamilan secara dini.

Kata Kunci: anemia, ibu hamil, penyuluhan

PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) adalah salah satu indikator penting dari kualitas pelayanan kesehatan disuatu negara. AKI adalah jumlah kematian ibu selama masa kehamilan, persalinan dan nifas yang disebabkan oleh kehamilan, persalinan, dan nifas atau pengelolaannya tetapi bukan karena sebab-sebab lain seperti kecelakaan, terjatuh, dll di setiap 100.000 kelahiran hidup. Anemia merupakan faktor utama penyebab morbiditas dan mortalitas ibu di negara berkembang (Kemenkes RI, 2016).

Anemia adalah gangguan medis yang paling umum dalam kehamilan dan anemia berat dikaitkan dengan masa perinatal yang buruk. Ini adalah salah satu masalah kesehatan paling penting pada wanita usia 18-45 tahun di dunia. Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 14% di negara maju dan 51% di negara berkembang serta 65-75% di India. Prevalensi anemia pada remaja putri, ibu hamil dan ibu menyusui lebih tinggi di India dibandingkan dengan negara-negara berkembang lainnya. Berdasarkan hasil

National Family Health Survey (NFHS-4), prevalensi anemia defisiensi besi pada ibu hamil sebesar 50,3% di India dan 51,3% di Gujarat (Nimbalkar, 2017). Insiden anemia pada wanita di India terjadi pada kelompok usia 15-49 tahun sebesar 55,3% dan prevalensi anemia ibu hamil merupakan kelompok yang paling rentan sebesar 58,7% (Nivedita, 2016).

Di Indonesia, berdasarkan hasil survei Riskesdas tahun 2018 didapatkan data proporsi anemia pada ibu hamil mengalami peningkatan dari 37,1% (2013) menjadi 48,9% (2018). Anemia ibu hamil terjadi pada rentang umur 15-24 tahun (84,6%), 25-24 tahun (33,7%), 35-44 tahun (33,6%), dan 45-54 tahun (24%). Begitu juga halnya di Provinsi Jambi, di Puskesmas Pakuan Baru masih ada ibu hamil dengan anemia.

Kekurangan nutrisi yang paling umum pada kehamilan adalah anemia defisiensi besi (IDA). WHO mendefinisikan anemia ialah hemoglobin kurang dari 11mg/dl dan hematokrit kurang dari 0,33 (Nimbalkar, 2017). Hemoglobin normal pada wanita tidak hamil adalah 12 gr/dl. WHO merekomendasikan bahwa hemoglobin pada ibu hamil idealnya harus dipertahankan pada atau di atas 11,0 gr/dl, dan tidak boleh turun di bawah 10,5 gr/dl pada trimester kedua. (1) Anemia ringan (Hb 10 hingga 10,9 gr/dl); (2) Anemia sedang (Hb 7 hingga 9,9 gr/dl); (3) Anemia berat (Hb kurang dari 7 gr/dl); (4) Sangat parah (Hb kurang dari 4 gr/dl) (Satyam, 2015).

Anemia merupakan salah satu risiko kematian ibu, kejadian bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), infeksi terhadap janin dan ibu, keguguran, dan kelahiran prematur (Kemenkes RI, 2016). Anemia pada kehamilan dianggap sebagai salah satu faktor risiko utama yang berkontribusi 20-40% kematian ibu secara langsung atau tidak langsung melalui gagal jantung, preeklampsia, perdarahan antepartum, perdarahan postpartum, dan

sepsis nifas. Serta berat lahir rendah yang dapat berkontribusi pada peningkatan persentase kematian bayi di negara-negara berkembang (Satyam, 2015).

Hasil penelitian Erik Rosadi, Fithiyani, M. Hidayat (2019), menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara anemia dalam kehamilan dan usia ibu hamil dengan kejadian abortus di RSUD Raden Mattaher Provinsi Jambi.

Pengetahuan ibu hamil tentang anemia, nutrisi yang kaya zat besi dan asam folat selama kehamilan sangat dibutuhkan untuk memastikan kehamilan yang baik dan memiliki pengaruh besar pada kadar hemoglobin (Nimbalkar, 2017). Upaya penanggulangan anemia telah banyak dilakukan, tetapi belum menunjukkan penurunan yang berarti. Sehingga diharapkan dengan adanya penyuluhan tentang anemia selama kehamilan diharapkan ibu hamil memperhatikan betapa pentingnya kesehatan pada ibu hamil itu sendiri dan janinnya, sehingga angka kejadian anemia pada ibu hamil tidak mengalami peningkatan pada tiap tahunnya. Dan memotivasi masyarakat untuk bekerja sama dalam pengembangan dan implementasi pelayanan kesehatan serta program pendidikan kesehatan memberikan penyuluhan kepada ibu hamil tentang cara menjaga diri agar tetap sehat pada masa kehamilan serta meningkatkan kesadaran ibu tentang kemungkinan adanya resiko tinggi atau terjadinya komplikasi kehamilan dan cara mengenali komplikasi tersebut secara dini (Kiftiyah, 2015).

Berdasarkan paparan diatas maka penulis tertarik mengangkat judul "Mencegah Anemia Lewat Penyuluhan Langsung Kepada Ibu Hamil" sebagai upaya deteksi dini kemungkinan adanya resiko tinggi atau komplikasi pada masa kehamilan/persalinan.

TARGET DAN LUARAN

Target dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan penyuluhan tentang anemia pada ibu hamil. Adapun luaran dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah publikasi pada jurnal ilmiah dan meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia dengan harapan ibu hamil mau mengkonsumsi zat besi melalui komposisi makanan yang bergizi dan seimbang sehingga ibu hamil mampu mencegah dan mengenali resiko tinggi atau komplikasi anemia pada kehamilan secara dini.

METODE PELAKSANAAN

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan April - Juni 2019 di Puskesmas Pakuan Baru. Sasaran kegiatan ini adalah seluruh ibu hamil yang berada di Puskesmas Pakuan Baru. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, mendapat rekomendasi dari Kepala Puskesmas dan Kepala Ruang Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) Pakuan Baru untuk memberikan informasi tentang anemia melalui penyuluhan kepada seluruh ibu hamil dengan metode ceramah disertai diskusi dan tanya jawab menggunakan media *leaflet*. Penyuluhan yang dilakukan merupakan kegiatan atau usaha untuk menyampaikan informasi tentang anemia pada ibu hamil meliputi pengertian, penyebab, faktor risiko, tanda dan gejala, dampak, serta penanganan/ pencegahan anemia ibu hamil.

Tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat meliputi:

1. Mengkaji dan menganalisis data
2. Mengidentifikasi masalah
3. Menyusun rencana kegiatan
4. Menyusun SAP, materi, instrumen *pre-posttest* serta mendesain *leaflet*
5. Mengurus izin lokasi kegiatan
6. Melakukan *pretest*
7. Melakukan penyuluhan anemia ibu hamil

8. Melakukan *posttest*

9. Melakukan monitoring dan evaluasi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berjalan sesuai dengan rencana yang disusun. Kegiatan ini dilakukan kepada 20 ibu hamil yang sedang melakukan kunjungan *antenatal care* di Puskesmas Pakuan Baru. Dalam pelaksanaan kegiatan ini Tim difasilitasi oleh bidan di ruang kesehatan ibu dan anak yang sedang bertugas di ruang tersebut.



Gambar.1 Penyuluhan kepada ibu hamil



Gambar.2 Tim membagikan *leaflet*

Sebelum dilakukan penyuluhan tentang anemia pada ibu hamil, 55% ibu mampu menjelaskan pengertian anemia pada ibu hamil, 45% ibu mampu menguraikan penyebab anemia pada ibu hamil, 40% ibu mampu menyebutkan faktor risiko anemia pada ibu hamil, 50% ibu mampu menginformasikan tanda dan gejala anemia pada ibu hamil, 40% ibu mampu menerangkan dampak anemia pada ibu

hamil, dan 45% ibu mampu menjabarkan penanganan/ pencegahan anemia pada ibu hamil. Banyak ibu hamil kurang mengkonsumsi zat besi, padahal zat besi dapat dipenuhi dari komposisi makanan yang bergizi dan seimbang.

Setelah dilakukan penyuluhan tentang anemia pada ibu hamil, 85% ibu mampu menjelaskan pengertian anemia pada ibu hamil, 75% ibu mampu menguraikan penyebab anemia pada ibu hamil, 70% ibu mampu menyebutkan faktor resiko anemia pada ibu hamil, 80% ibu mampu menginformasikan tanda dan gejala anemia pada ibu hamil, 70% ibu mampu menerangkan dampak anemia pada ibu hamil, dan 75% ibu mampu menjabarkan penanganan/ pencegahan anemia pada ibu hamil. Ibu hamil mau mengkonsumsi zat besi melalui komposisi makanan yang bergizi dan seimbang sesuai kebutuhan.

Selama proses penyuluhan terdapat ibu hamil yang bertanya tentang makanan yang baik dikonsumsi pada saat hamil dan kami menjelaskan bahwa semua makanan baik dikonsumsi pada ibu hamil, hanya saja ada beberapa kandungan zat gizi yang perlu ditingkatkan terutama zat besi dan asam folat. zat besi dan asam folat selama kehamilan sangat dibutuhkan untuk memastikan kehamilan yang baik dan memiliki pengaruh besar pada kadar hemoglobin. Setelah diberikan penyuluhan tentang anemia pada ibu hamil, mereka mau mengkonsumsi zat besi melalui komposisi makanan yang bergizi dan seimbang sehingga ibu hamil mampu mencegah dan mengenali resiko tinggi atau komplikasi anemia pada kehamilan secara dini.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Egryani dkk (2017) yang berjudul Pengaruh Penyuluhan Satu Lawan Satu Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Mengenai Anemia Di Semarang, jumlah responden sebanyak 48 ibu hamil yang sedang melakukan kunjungan *antenatal care* dan *home visit*. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa

terdapat perbedaan yang bermakna antara pengetahuan ibu hamil mengenai anemia sebelum dan setelah penyuluhan satu lawan satu menggunakan pamphlet ($p\text{-value } 0,000 < 0,05$). Pengabdian kepada masyarakat oleh Maternity dkk (2017), berjudul Penyuluhan Tentang Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Pujorahayu Negeri Katon Pesawaran yang dilakukan pada 30 ibu hamil memberikan hasil serupa bahwa terdapat pengaruh signifikan pada pengetahuan ibu sebelum dan sesudah penyuluhan anemia ibu hamil ($p < 0,05$).

Peningkatan pengetahuan tersebut terjadi akibat dari komunikasi efektif yang terjalin antara penyuluh dan responden yang pada praktiknya menggunakan metode pendekatan individu dengan komunikasi dua arah yang mengedepankan unsur *face-to-face* serta *two-ways feedback* dari penyuluh dan responden. Penggunaan *pamflet* sebagai instrumen dalam komunikasi lisan-tulisan dua arah antara penyuluh dan responden membantu meningkatkan penyebaran informasi atau pengetahuan lewat ilustrasi dan pembahasan yang singkat, padat dan jelas (Egryani, 2017).

Penelitian oleh Kiftiyah (2015) berjudul Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Pada Ibu Hamil Tentang Anemia Terhadap Perilaku Pencegahan Anemia Selama Kehamilan, sebanyak 54 ibu hamil. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan kesehatan pada ibu hamil tentang anemia dengan perilaku pencegahan anemia selama kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Megaluh Kecamatan Megaluh Kabupaten Jombang ($p\text{-value } 0,043 < 0,05$).

Pencegahan anemia pada ibu hamil diantaranya cukup istirahat, mengkonsumsi makanan bergizi yang banyak mengandung Fe, pemeriksaan kehamilan minimal 4 kali dan mengkonsumsi tablet fe 90 tablet selama kehamilan. Sedangkan upaya pencegahan anemia pada ibu hamil dapat dilakukan dengan pemberian fe melalui oral

ataupun suntikan, pendidikan kesehatan, pengawasan penyakit infeksi dan *fortifikasi* (pengayaan) zat besi pada makanan pokok. Edukasi pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil merupakan upaya untuk menyampaikan informasi tentang pentingnya melakukan pencegahan dan penanganan anemia yang dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap sehingga memudahkan ibu hamil untuk berperilaku sehat, anemia dapat dicegah sedini mungkin dan jika terjadi anemia dapat segera tertangani (Sukmawati, 2019).

Pendidikan kesehatan yang diberikan oleh petugas kesehatan mampu merubah perilaku tentang pencegahan anemia selama kehamilan. pendidikan kesehatan berupa penyuluhan akan memberikan pengetahuan baru pada ibu hamil, selanjutnya menimbulkan respon batin dalam bentuk sikap ibu hamil terhadap materi tentang anemia yang diketahui itu. Akhirnya timbulah rangsangan yakni materi tentang anemia yang berupa tindakan terhadap atau sehubungan dengan stimulus atau materi tentang anemia yang telah diketahui (Kiftiyah, 2015). Petugas kesehatan diharapkan dapat memberikan penyuluhan secara intensif tentang anemia menggunakan media informasi seperti *leaflet* ataupun *pamflet* pada setiap ibu hamil untuk mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil, sehingga ibu hamil dapat melalui proses kehamilannya dengan sehat dan janin dapat berkembang dengan sempurna.

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan melalui penyuluhan anemia pada ibu hamil di Puskesmas Pakuan Baru mampu meningkatkan pengetahuan untuk mencegah dan mengenali resiko tinggi atau komplikasi anemia pada kehamilan secara dini.

2. Saran

Diharapkan kepada petugas kesehatan secara intensif dapat memberikan edukasi kepada ibu hamil dalam upaya pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada STIKes Baiturrahim Jambi atas bantuan dana dan fasilitas surat izin. Serta Kepala Puskesmas Pakuan Baru dan Bidan di ruang kesehatan ibu dan anak yang telah memfasilitasi dan memberikan izin tempat pengabdian kepada masyarakat ini, sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat berjalan dengan lancar sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Egryani NPR, Saktini F, Puspitasari VD. *Pengaruh Penyuluhan Satu Lawan Satu terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Mengenai Anemia di Semarang*. JKD. 2017 Apr;6(2):921–9.
- Erik Rosadi, Fithiyani, M. Hidayat, (2019), *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Abortus Di RSUD Raden Mattaher Provinsi Jambi*, Jurnal Akademika Baiturrahim Vol.8. No 2, September 2019, [Http://Jab.Stikba.Ac.Id/Index.Php/Jab/Article/View/174](http://Jab.Stikba.Ac.Id/Index.Php/Jab/Article/View/174)
- Kementerian Kesehatan RI. 2016. *Profil Kesehatan Indonesia 2015*. Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
- Kiftiyah. *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan pada Ibu Hamil tentang Anemia terhadap Perilaku Pencegahan Anemia Selama Kehamilan*. JKK. 2015;1(2):87–93.
- Kementrian Kesehatan RI. 2018. *Riset Kesehatan Dasar 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan

- Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Maternity D, Susilawati, Sari NE. *Pengaruh Penyuluhan tentang Anemia pada Ibu Hamil di Desa Pujorahayu Negeri Keton Pesawaran Tahun 2017*. JPM. 2019 Nov. ISSN: 2684-8899; E-ISSN: 2685-547X.
- Nimbalkar PB, Patel JN, Thakor N, Patni M. *Impact of Educational Intervention Regarding Anaemia and Its Preventive Measures Among Pregnant Women: An Interventional Study*. Int J Reprod Contracept Obstet Gynecol. 2017 Dec;6(12):5317–21.
- Nivedita K, Fatima SN. *Knowledge, Attitude and Practices of Pregnant Women Regarding Anemia, Iron Rich Diet and Iron Supplements and Its Impact on Their Hemoglobin Levels*. Int J Reprod Contracept Obstet Gynecol. 2016 Feb;5(2):425–31.
- Satyam P, Khushbu Y. *Maternal Anemia in Pregnancy: An Overview*. IJPPR. Human. 2015;4(3):164–79.
- Sukmawati, Mamuroh L, Nurhakim F. *Pengaruh Edukasi Pencegahan dan Penanganan Anemia terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil*. Jurnal Keperawatan BSI. 2019 Apr;7(1):42–7.