



PROMOSI KESEHATAN TENTANG ANEMIA PADA IBU HAMIL DI POS KESEHATAN KELURAHAN IRINGMULYO, KOTA METRO, LAMPUNG

Sadiman Sadiman¹, Yuliawati Yuliawati²

^{1,2}Politeknik Kesehatan Kemenkes Tanjungkarang Lampung

Article Information

Article history:

Received Mei 06,
2024

Approved Mei 20,
2024

Keywords: Anemia,
Pregnant Women,
Health Promotion

ABSTRACT

Anemia is a nutritional problem that needs attention and is one of the health problems of Indonesian society which can be experienced by all age groups, from toddlers, teenagers, pregnant women, to the elderly. Anemia is caused by various things, including iron deficiency, vitamin B12 deficiency, folic acid deficiency, infectious diseases, congenital factors and bleeding. The World Health Organization estimates that 40% of pregnant women worldwide will suffer from anemia in 2022. Around 32 million pregnant women suffer from anemia globally, with a percentage of 27% in the Southeast Asia region. Based on 2018 Basic Health Research (Riskesdas) data, the prevalence of iron deficiency anemia (ADB) in pregnant women in Indonesia is 48.9%, which is an increase of 11.8% compared to 2013.9. This situation shows that the prevalence of anemia in Indonesia is quite high, indicating a figure approaching a serious public health problem, with anemia prevalence exceeding 40%. Lampung Province is also not free from the problem of anemia in pregnant women. Based on data from the Lampung Provincial Health Service, the prevalence of anemia in pregnant women in this province is still quite high. In 2019, the prevalence of anemia reached 9.06% and increased to 9.10% in 2020. Preliminary study of pregnant women in Metro City in 2019, out of 138 pregnant women, included 46 people in the group experiencing anemia. The results of the counseling that was carried out showed that the pretest score was the lowest with an average score = 51.1. Meanwhile, the posttest score was the lowest with an average score of 73.3. Meanwhile, the average increase in scores from pretest to posttest was 22.2.

ABSTRAK

Anemia merupakan masalah gizi yang perlu mendapat perhatian dan menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat Indonesia yang dapat di alami oleh semua kelompok umur mulai dari balita, remaja, ibu hamil, sampai usia lanjut. Anemia disebabkan oleh berbagai hal antara lain defisiensi zat besi, defisiensi vitamin B12, defisiensi asam folat, penyakit infeksi, faktor bawaan dan pendarahan. World Health Organization memperkirakan bahwa 40% wanita hamil di seluruh dunia menderita

anemia pada tahun 2022. Sekitar 32 juta ibu hamil menderita anemia secara global, dengan persentase 27% pada regio Asia Tenggara. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi anemia defisiensi besi (ADB) pada ibu hamil di Indonesia adalah 48,9%, dimana terdapat peningkatan 11,8% jika dibandingkan dengan tahun 2013.9. Keadaan ini menunjukkan bahwa prevalensi anemia di Indonesia cukup tinggi, menunjukkan angka yang mendekati masalah kesehatan masyarakat yang serius, dengan prevalensi anemia melebihi 40%. Provinsi Lampung juga tidak terlepas dari masalah anemia pada ibu hamil. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, prevalensi anemia pada ibu hamil di provinsi tersebut masih cukup tinggi. Pada tahun 2019, prevalensi anemia mencapai 9,06% dan mengalami peningkatan menjadi 9,10% pada tahun 2020. Studi Pendahuluan pada ibu hamil di Kota Metro tahun 2019, dari 138 Ibu hamil, meliputi 46 orang berada pada kelompok mengalami anemia. Hasil penyuluhan yang telah dilakukan diketahui bahwa nilai pretest terendah dengan rata-rata nilai = 51,1. Sedangkan nilai posttest terendah dengan nilai rata-rata 73,3. Sedang rata-rata kenaikan nilai dari pretest ke posttest sebesar 22,2.

© 2024 EJOIN

*Corresponding author email: sadiman@poltekkes-tjk.ac.id

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan di dunia terutama bagi wanita hamil. Anemia dapat menimbulkan kelelahan, badan lemah, penurunan produktifitas kerja. Penyebab paling umum anemia pada kehamilan adalah kekurangan zat besi, asam folat, dan perdarahan akut. Anemia merupakan masalah gizi yang perlu mendapat perhatian dan menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat Indonesia yang dapat di alami oleh semua kelompok umur mulai dari balita, remaja, ibu hamil, sampai usia lanjut. Anemia disebabkan oleh berbagai hal antara lain defisiensi zat besi, defisiensi vitamin B12, defisiensi asam folat, penyakit infeksi, faktor bawaan dan pendarahan.

Anemia pada ibu hamil merupakan kadar hemoglobin berada dibawah 11 g/dl atau kadar hematokrit turun sampai di bawah 37 % pada trimester pertama, pada trimester kedua kadar hemoglobin kurang dari 10,5 gr/dl atau kadar hematokritnya 35 % dan pada trimester ketiga kadar hemoglobin kurang dari 10 gr/dl atau kadar hematokrit kurang dari 33 % (Bobak & Jenshen, 2005 dalam Wagiyono & Putrono, 2016). Fungsi hemoglobin dalam tubuh ibu hamil adalah untuk kebutuhan aktivitas tubuh sehari-hari, stabilitas kadar hemoglobin dalam darah supaya aliran oksigen ke janin optimal, menghindarkan kelelahan saat bersalin sehingga tidak terjadi perdarahan yang berlebihan, memaksimalkan kesehatan ibu selama kehamilan, dan meningkatkan tumbuh kembang janin (Syafudin, Karningsih, Mardiana, 2011).

World Health Organization memperkirakan bahwa 40% wanita hamil di seluruh dunia menderita anemia pada tahun 2022. Sekitar 32 juta ibu hamil menderita anemia secara global, dengan persentase 27% pada regio Asia Tenggara. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi anemia defisiensi besi (ADB) pada ibu hamil di Indonesia adalah 48,9%, dimana terdapat peningkatan 11,8% jika dibandingkan dengan tahun 2013.9 Keadaan ini menunjukkan bahwa prevalensi anemia di Indonesia cukup tinggi, menunjukkan angka yang mendekati masalah kesehatan masyarakat yang serius, dengan prevalensi anemia melebihi 40%, (Kemenkes RI, 201)

Provinsi Lampung juga tidak terlepas dari masalah anemia pada ibu hamil. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, prevalensi anemia pada ibu hamil di provinsi tersebut masih cukup tinggi. Pada tahun 2019, prevalensi anemia mencapai 9,06% dan mengalami peningkatan menjadi 9,10% pada tahun 2020 (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung 2022).

Pada ibu hamil di Kota Metro tahun 2019. Besar sampel penelitian 138 ibu hamil, meliputi 46 menderita anemia sedang 92 orang pada keadaan tidak anemia. Berdasarkan kasus tersebut dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan topik Peningkatan Pengetahuan Anemia kepada Ibu dengan memberikan penyuluhan menggunakan metode leaflete dan banner di Pos Kesehatan Kelurahan Iringmulyo bersama dengan pihak puskesmas dan beberapa kader di desa tersebut.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 9 orang ibu hamil yang dilaksanakan tahun 2024 di Pos Kesehatan Kelurahan, Kelurahan Iringmulyo, MetroTimur. Metode Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan secara langsung dengan media leaflet tentang anemia kehamilan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan di Kelurahan Iringmulyo tahun 2023. Tahapan kegiatan berupa pretes, penyuluhan tentang Anemia, diskusi dan tanya jawab, dan postes. Sasarannya pengabdian masyarakat adalah Ibu Hmail di Pos Kesehatan Kelurahan, Kelurahan Inringmulyo, Metro Timur yang berjumlah 9 orang. Kegiatan menggunakan media berupa leaflet seperti pada gambar 1



Makanan yang dapat meningkatkan Hb pada ibu hamil

Dampak Anemia Pada Ibu Hamil

1. Melahirkan secara prematur
2. Mengalami depresi setelah melahirkan
3. Membutuhkan transfusi darah saat persalinan

Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil

1. Konsumsi suplemen zat besi, asam folat, B12
2. Pemeriksaan darah untuk melihat hemoglobin
3. Konsumsi makanan yang mengandung gizi dan nutrisi yang seimbang serta buah yang meningkatkan penerapan zat besi
4. Kurangi konsumsi teh atau minuman yang mengandung kafein

1. Buah naga

Buah naga merupakan salah satu terapi non farmakologi yang mengandung zat besi yang cukup tinggi dibandingkan dengan buah lain. Kandungan Fe buah naga 0,55mg/100gr.

Manfaat buah naga untuk ibu hamil sebagai penyumbang nutrisi kompleks yang baik bagi ibu dan janin. Buah naga mengandung vitamin B1 yang sangat baik bagi pertumbuhan janin, merangsang penyerapan protein.



2. Daun kelor

Ibu hamil dengan anemia atau dengan kadar hemoglobin yang kurang dari normal ketika mengonsumsi ekstrak daun kelor akan menambah kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia, karena daun kelor mengandung zat besi sebesar 28, 28mg dalam 100 gram



2. Buah beet

Buah beet juga dapat mencegah terjadinya anemia. bit adalah salah satu buah yang tinggi kadar asam folat yaitu 108 mg/100 gram

Buah beet memiliki manfaat bagi ibu hamil antara lain kandungan asam folat sebesar 34% berfungsi untuk membantu proses pertumbuhan dan perbaikan sel yang rusak, 13,6% serat untuk mencegah ibu hamil yang mengalami sembelit, zat besi 7,4% sebagai energi metabolisme dan sistem kekebalan tubuh dan 10,2% vitamin C sebagai perbaikan jaringan, menormalkan pembuluh darah dan membantu penyerapan zat besi dalam tubuh



Gambar 1. Leaflet Penyuluhan Anemia





Gambar 2. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

Hasil pretes pengetahuan Ibu Hamil tentang anemia dengan nilai terendah 40 dan tertinggi 90, seperti pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Nilai Pretest dan Postest Pengetahuan tentang Anemia

No	Responden	Nilai Pretest	Kualitas Status Nilai	Nilai Postest	Kualitas Status Nilai	Selisih Pretest-Postest
1.	A	50	Kurang	70	Baik	20
2.	A	60	Cukup	80	Sangat Baik	20
3.	T	70	Baik	90	Sangat Baik	20
4.	Z	40	Jelek	60	Cukup	20
5.	M	50	Kurang	80	Sangat Baik	30
6.	M	40	Jelek	70	Baik	30
7.	Y	60	Cukup	80	Sangat Baik	20
8.	F	50	Kurang	60	Cukup	10
9.	D	40	Jelek	70	Baik	30
	Jumlah	460	-	660	-	180
	Rata-Rata	51,1	Cukup	73,3	Baik	22,2

Berdasarkan tabel 1. diketahui bahwa nilai pretest terendah dengan nilai 40 dan skor tertinggi 70, dengan nilai rata-rata = 51,1. Sedangkan nilai postest terendah = 60 dan nilai tertinggi = 90, dengan nilai rata-rata 73,3. Sedang rata-rata kenaikan nilai dari pretest ke postest sebesar 22,2.

Tabel 2. Prosentasi Nilai Pretest dan Postest Pengetahuan tentang Anemia

No	PRE-TEST			POST-TEST		
	Kualitas Status Nilai	Jumlah	Presentase	Kualitas Status Nilai	Jumlah	Presentase
1.	Jelek	3	33,3	Jelek	0	0
2.	Kurang	3	33,3	Kurang	0	0
3.	Cukup	2	22,2	Cukup	2	22,2
4.	Baik	1	11,1	Baik	3	33,3
5.	Sangat Baik	-	-	Sangat Baik	4	44,4

Pada tabel 2. Diketahui bahwa nilai pretest terbanyak dengan katagori jelek dan kurang = 33,3% , sedang nilai postes terbanyak sangat baik = 44,%,

Pembahasan.

Sesuai dengan Pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Almafardin dkk (2024) tentang Edukasi Deteksi Dini Anemia Pada Ibu Hamil Di Pekon Wonodadi Utara Kecamatan Gading Rejo dengan hasil pengabdian masyarakat sebagai berikut: penyuluhan pada 20 ibu hamil di lakukan di Balai Pekon Wonodadi Utara sebelum diberikan penyuluhan sebanyak 5 ibu hamil (25%) dengan pengetahuan Baik dan setelah kegiatan terdapat peningkatan pengetahuan menjadi 15 ibu hamil (75%) dengan pengetahuan baik. Kegiatan penyuluhan Anemia Kehamilan terbukti meningkatkan pengetahuan pada Ibu hamil dengan meningkatnya pengetahuan diharapkan kejadian anemia pada ibu hamil dapat diturunkan.

Hasil pengabdian Masyarakat yang dilakukan Nastiti dkk, (2022) tentang Pendidikan gizi untuk meningkatkan Pengetahuan Ibu hamil tentang anemia bahwa pengetahuan anemia pada ibu hamil sesudah diberi penyuluhan meningkat dibanding sebelum di berikan penyuluhan. Untuk kegiatan pengabdian selanjutnya diharapkan memberikan materi mengenai perbedaan anemia dengan tekanan darah rendah karena berdasarkan hasil post test dan pre test masih terdapat ibu hamil yang belum mengetahui perbedaan tersebut.

Pengabdian Masyarakat yang dilakukan Zuraeda, dk (2022) tentang Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Anemia dan Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah Sebagai Upaya Menurunkan Prevalensi didapatkan hasil Setelah mendapatkan penyuluhan materi tentang definisi, faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil, tanda, gejala dan dampak anemia, upaya pencegahan anemia pada ibu hamil, makanan yang dianjurkan untuk mengatasi anemia ibu hamil dan Tablet Tambah Darah (isi, kegunaan, cara minum), maka pengetahuan ibu-ibu hamil, kader kesehatan dan bidan desa pembina menjadi meningkat. Penilaian ini didasarkan Hasil pengamatan pada pre- test, dimana 25,0% peserta tidak paham, 66.7% cukup paham, 8,3% paham mengenai materi yang disampaikan. Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, nilai hasil pengamatan meningkat. Peserta yang paham sebanyak 36,1% dan yang sangat paham sebanyak 63,9%. Rata-rata tingkat pengetahuan peserta pada pre-test adalah 60,2 menjadi bertambah pada post- test menjadi 91,9.

Pengabdian Masyarakat oleh Harna, Sa'pang, dan Dewanti tentang Program Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Melalui Media Aplikatif Di Puskesmas Kecamatan Kebon Jeruk Jakarta Barat dengan hasil Kegiatan penyuluhan pentingnya pencegahan

anemia pada ibu hamil cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kebon Jeruk.

Pengabdian masyarakat yang dilakukan Suleni, Sari HS, Dewi tentang Penerapan Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia Pada Kehamilan Di Uptd Puskesmas Purwosari Metro Utara dengan hasil Penerapan penyuluhan kesehatan terbukti dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia dimana sebelum penerapan pengetahuan subjek termasuk dalam kategori cukup dan setelah penerapan meningkat menjadi kategori baik.

KESIMPULAN

Kesimpulan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan terhadap Ibu Hamil tentang anemia di Pos Kelurahan Iringmulyo, Kecamatan Metro Timur, Kota Metro Lampung, yang diselenggarakan pada tanggal 28 Oktober 2023. Hasil penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang anemia, saat pretest dengan rata – rata nilai 51,1, dengan katagori kurang meningkat menjadi rata – rata nilai 73,3 saat posttest dengan katagori baik, kenaikan nilai sebesar 22,2.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Almufaridin AS., dkk, 2024, *Edukasi Deteksi Dini Anemia Pada Ibu Hamil Di Pekon Wonodadi Utara Kecamatan Gading Rejo*, Edukasi Deteksi Dini Anemia Pada Ibu Hamil Di Pekon Wonodadi Utara Kecamatan Gading Rejo, Jurnal pengabdian Masyarakat Bangsa, Volume 1, No 11, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu Lampung, Indonesia
- [2] Dinas Kesehatan Propinsi Lampung, 2023, *Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2022*, Bandar Lampung.
- [3] Harna, Sa'pang M., Dewanti LP., 2020, *Program Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil melalui Media Aplikatif di Puskesmas Kecamatan Kebon Jeruk Jakarta Barat*, Jurnal Abdimas Volume 6 Nomor 2, Januari 2020 , Universitas Negeri Semarang
- [4] Kemenkes RI, 201, *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*, Jakarta
- [5] Nastiti YST. dkk, 2022, *Pendidikan Gizi untuk Meningkatkan Pengetahuan Anemia pada Ibu Hamil National Confrence on Health Sciene (NCoHS) 2022*
- [6] Suleni S., Sari HSSA., Dewi NR., 2024, *Penerapan Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia Pada Kehamilan Di Uptd Puskesmas Purwosari Metro Utara*, Jurnal Cendikia Muda, Volume 4, Nomor 4, Desember 2024, Akper Darma Wacana Metro, Lampung
- [7] Syafrudin, Karningsih, Mardiana, 2011, *Untaian Meteri Penyuluhan Kesehatan Ibu dan Anak*, Trans, Info Media, Jakarta
- [8] Wagiyo, dan Putrono. *Asuhan Keperawatan Antenatal, Intranatal dan Bayi Baru Lahir Fisiologi dan Patologis*
- [9] Zuraida R., dkk, 2022, *Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Anemia dan Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah Sebagai Upaya Menurunkan Prevalensi Anemia Ibu Hamil*, JPM Ruwa Jurai Vol. 7 No. 2, November 2022, FK Unila Lampung