



PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DENGAN PENYULUHAN DAN PEMERIKSAAN HB DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KECAMATAN BOJONG GEDE KABUPATEN BOGOR

Shinta Novelia*, Rukmaini

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional, Jl. Harsono RM No.1, Ragunan, Ps. Minggu, Jakarta Selatan, Jakarta 12550, Indonesia

*shinta.novelia@civitas.unas.ac.id

ABSTRAK

Anemia gizi besi pada ibu hamil masih merupakan salah satu masalah kesehatan di Indonesia karena prevalensinya cukup tinggi. Kejadian Anemia dalam kehamilan dapat mempengaruhi kehamilan karena anemia dapat menurunkan daya tahan tubuh yang berakibat kematian janin dalam kandungan, abortus, cacat bawaan, BBLR (berat badan lahir rendah). Tujuan kegiatan ini adalah melakukan deteksi dini kejadian anemia dengan pemeriksaan Hb dan penyuluhan Kesehatan tentang anemia pada ibu hamil. Waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah 15 Januari 2018 dan lokasi pelaksanaan di RT 04 wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Bojong Gede, Provinsi Jawa Barat. Sasaran pengabdian kepada masyarakat ini adalah ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Bojong Gede, Provinsi Jawa Barat. Bentuk kegiatan terdiri dari pemeriksaan HB dan penyuluhan Kesehatan tentang pencegahan anemia pada ibu hamil. Dari 25 orang ibu hamil yang diperiksa, terdapat 20 orang yang mengalami anemia ringan dengan kadar Hb 9-10 gr%, dan terdapat 5 orang dengan anemia sedang dengan kadar Hb 7-8 gr%.

Kata kunci: anemia; hb; ibu hamil; pemeriksaan; penyuluhan

ANEMIA PREVENTION IN PREGNANT WOMEN WITH COUNSELING AND HB EXAMINATION AT THE WORK AREA OF BOJONG GEDE DISTRICT HEALTH CENTRE

ABSTRACT

Iron nutritional anemia in pregnant women is still a health problem in Indonesia because the prevalence is quite high. The incidence of anemia in pregnancy can affect pregnancy because anemia can reduce the immune system resulting in fetal death, abortion, birth defects, LBW (low birth weight). The purpose of this activity is to carry out early detection of anemia with Hb examination and health education about anemia in pregnant women. The time for implementing community service activities is January 15, 2018 and the location for implementation is in RT 04 in the work area of the Bojong Gede District Health Center, West Java Province. The target of this community service is pregnant women in the work area of the Bojong Gede District Health Center, West Java Province. The form of activity consists of HB checks and health education about preventing anemia in pregnant women. Out of the 25 pregnant women who were examined, there were 20 people who had mild anemia with Hb levels was 9-10 gr%, and there were 5 people with moderate anemia with Hb levels was 7-8 gr%. It is recommended for pregnant women to increase their knowledge about the importance of preventing anemia by consuming Fe tablets regularly and consuming nutritious food.

Keywords: anemia; counseling; examination; hb; pregnant women

PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) mengacu pada jumlah kematian ibu yang terkait dengan masa kehamilan, persalinan, dan nifas. Hasil Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 menyebutkan bahwa AKI di Indonesia sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup. Sedangkan target dalam Millennium Development Goals (MDGs) yaitu sebesar 102 pada tahun 2015. Salah satu masih tingginya AKI di Indonesia disebabkan oleh anemia (Yunadi & Septiyaningsih, 2020). Anemia gizi besi pada ibu hamil masih merupakan salah satu masalah kesehatan di Indonesia karena prevalensinya cukup tinggi. Penyebab utama anemia ini adalah kekurangan zat besi (Fe). Selama kehamilan terjadi peningkatan kebutuhan zat besi hampir tiga kali lipat untuk pertumbuhan janin dan keperluan ibu hamil (Cowin, 2009).

Anemia dalam kehamilan dapat mempengaruhi kehamilan karena anemia dapat menurunkan daya tahan tubuh yang berakibat kematian janin dalam kandungan, abortus, cacat bawaan, serta BBLR (Berat Badan Lahir Rendah). Dampak anemia pada kehamilan juga bisa berakibat saat persalinan yaitu insersia uteri, ibu menjadi lemas sehingga menimbulkan partus (Manuaba, 2002). Pada masa nifas dapat terjadi pendarahan dan pada keadaan ini tubuh tidak dapat mentoleransi seperti ibu yang sehat tidak menderita anemia. Hal ini menyebabkan morbiditas dan mortalitas serta kematian perinatal secara bermakna lebih tinggi (Manuaba, 2002). Faktor faktor yang berhubungan dengan terjadinya anemia pada ibu hamil diantaranya umur, paritas, tingkat pendidikan, status sosial ekonomi dan kepatuhan konsumsi tablet Fe (Handayani, 2016). Berbagai upaya telah dilakukan untuk mencegah dan menangani terjadinya anemia pada ibu hamil akan tetapi belum menunjukkan penurunan angka anemia yang signifikan, salah satu faktor yang menyebabkan anemia masih tinggi adalah masih rendahnya kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe.

Salah satu cara menanggulangi masalah anemia gizi besi pada ibu hamil maka pemerintah melalui Kementerian Kesehatan melaksanakan suatu program pemberian tablet zat besi. Rendahnya kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi suplemen besi merupakan salah satu penyebab angka prevalensi anemia masih tetap tinggi (Purwaningsih, 2004). Ada factor-faktor yang mempengaruhi tingkat kepatuhan individu dalam berobat yaitu faktor petugas kesehatan yaitu bidan, faktor obat, dan faktor penderita. Salah satu faktor penderita adalah pengetahuan ibu hamil tentang anemia. Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis merasa perlu mengadakan kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemeriksaan Hb dan penyuluhan tentang pencegahan anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Bojong Gede Kabupaten Bogor Tahun 2018. Tujuan dari kegiatan ini adalah melakukan deteksi dini terhadap kejadian anemia pada ibu hamil dan meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang cara pencegahan anemia.

METODE

Waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah 15 Januari 2018 dan lokasi pelaksanaan di RT 04 wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Bojong Gede, Provinsi

Jawa Barat. Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Bojong Gede, Provinsi Jawa Barat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan 2 tahap yaitu pada tanggal 5 dan 15 Januari Tahun 2018 dan dalam pelaksanaannya terdiri dari:

1. Pemeriksaan Hb ibu hamil
2. Pemberian penyuluhan atau pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia pada ibu hamil
3. Diskusi atau tanya jawab, dan diakhiri dengan pemberian souvenir dan leaflet terkait dengan materi penyuluhan serta kenang-kenangan untuk desa.

Metode evaluasi pengetahuan dilakukan dengan memberikan pertanyaan lisan kepada ibu hamil tentang materi yang disajikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan didapatkan bahwa dari 25 orang ibu hamil yang diperiksa, terdapat 20 orang yang mengalami anemia ringan dengan kadar Hb 9-10 gr% , dan terdapat 5 orang dengan anemia sedang dengan kadar Hb 7-8 gr%. Anemia kehamilan ialah kondisi ibu dengan kadar Hemoglobin di bawah 11% pada trimester 1 dan 3 kadar < 10,5% pada trimester II. Nilai batas tersebut dan perbedaannya dengan kondisi wanita tidak hamil terjadi karena hemodilusi, terutama pada trimester 2 (Susilawati & Khasanah, 2019). Anemia adalah penurunan kuantitas sel sel darah merah dalam sirkulasi, abnormalitas kandungan hemoglobin sel darah merah, atau ke duanya (Siantar, Rostianingsih, Ismiati & Bunga, 2022).

Secara umum anemia dalam kehamilan disebabkan oleh defisiensi besi dan perdarahan akut bahkan tidak jarang keduanya saling berinteraksi. Penyebab anemia pada umumnya adalah sebagai berikut; Kurang gizi (malnutrisi), kurang zat besi dalam diit, Malabsorpsi, Kehilangan darah banyak seperti persalinan yang lalu, haid dan lain-lain, penyakit-penyakit kronik seperti TBC paru, cacing usus, malaria, dan lain-lain. Penyebab anemia pada ibu hamil umumnya akibat kurangnya kemampuan ekonomi keluarga, sehingga tidak mampu menyediakan makanan bergizi (Waryono, 2010).

Anemia pada ibu hamil bukan tanpa resiko, menurut penelitian tingginya angka kematian ibu berkaitan erat dengan anemia. Anemia juga menyebabkan rendahnya kemampuan jasmani karena sel-sel tidak cukup mendapat pasokan oksigen. Pada wanita hamil, anemia meningkatkan frekuensi komplikasi pada kehamilan dan persalinan. Resiko kematian perinatal meningkat. Perdarahan antepartum dan post-partum lebih sering di jumpai pada wanita yang anemia dan lebih sering berakibat fatal, sebab wanita yang anemia tidak dapat mentoleransi kehilangan darah.

Cara pencegahan anemia adalah meminum 1 tablet tambah darah setiap hari begitu diketahui bahwa ibu tersebut hamil dan dinasihatkan untuk mengkomsumsi sayuran hijau; Mengkonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang (4 sehat 5 sempurna) dan memperbanyak konsumsi makan yang mengandung zat besi seperti sayur mayur dan buah-buahan; memakan makanan yang kaya akan sumber zat besi secara teratur; memakan makanan yang kaya sumber vitamin C untuk memperlancar penyerapan zat besi;

mengindari minum teh, kopi, susu coklat setelah makan karena dapat menghambat penyerapan zat besi; mengatur jarak kelahiran dan membatasi kehamilan dengan menjadi peserta KB. Pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan anemia selama kehamilan juga penting karena mempengaruhi kejadian anemia berdasarkan hasil penelitian Deswati *et al.*, (2019). Dari beberapa penelitian lain juga didapatkan bahwa tingkat pengetahuan dan perilaku ibu hamil mengenai anemia saat kehamilan berpengaruh terhadap cara ibu menjaga kehamilannya sehingga dapat membantu dalam mencegah anemia selama kehamilan (Devi, Lementut, Suparman, 2021; Novelia, Dewi, Melinasari, Widowati, & Carolin, 2020).



Gambar 1. Media Penyuluhan Kesehatan



Gambar 2. Peralatan Pemeriksaan HB



Gambar 3. Pemesriksaan

SIMPULAN

Hasil pemeriksaan Hb menunjukkan semua responden mengalami anemia selama kehamilan yang terdiri dari 20 orang dengan anemia ringan dan 5 orang dengan anemia sedang. Semua ibu hamil yang mengikuti penyuluhan Kesehatan merasakan manfaat atas kegiatan penyuluhan tersebut. Terdapat 4 orang ibu hamil yang aktif bertanya tentang cara mencegah terjadinya anemia selama kehamilan. Evaluasi pada post test didapatkan semua ibu hamil memahami tentang definisi anemia, cara pencegahan anemia, dan cara mengkonsumsi tablet Fe yang benar. Disarankan kepada tenaga Kesehatan tetap rutin memberikan konseling kepada ibu hamil tentang pentingnya pencegahan anemia selama kehamilan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Universitas Nasional karena telah memberikan dana untuk kegiatan Pengabdian Masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Corwin, E.J. (2009). *Buku Saku Patofisiologis*. EGC: Jakarta.
- Deswati, D. A., Suliska, N., & Maryam, S. (2019). Pola Pengobatan Anemia Pada Ibu Hamil di Salah Satu Rumah Sakit Ibu dan Anak. *FamilyEdu: Jurnal Pendidikan Kesejahteraan Keluarga*, 5(1).
- Devi, D., Lumentut, A. M., & Suparman, E. (2021). Gambaran Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil dalam Pencegahan Anemia pada Kehamilan di Indonesia. *e-CliniC*, 9(1).
- Handayani, S. (2016). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Sambutan Kota Samarinda, 1(Ii), 126–138.
- Novelia, S., Dewi, A., Melinasari, S., Widowati, R., & Carolin, B. T. (2020). Iron and Orange Extract on Hemoglobin among Anemic Pregnant Women in Nusa Tenggara Barat in 2018. *Asian Community Health Nursing Research*, 8-8.
- Siantar, R. L., Rostianingsih, D., Ismiati, T., & Bunga, R. (2022). *Buku ajar asuhan kebidanan kegawatdaruratan maternal dan neonatal*. Rena Cipta Mandiri.

- Sulistyawati, W., & Khasanah, N. A. (2019). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Dan Faktor Yang Melatarbelakangi. In *Prosiding Seminar Nasional* (pp. 201-207).
- Waryono. (2010). Gizi Reproduksi, Pustaka Rihama: Yogyakarta.
- Yunadi, F. D., & Septiyaningsih, R. (2020). Pemberdayaan Kader Dalam Upaya Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Ibu Hamil. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Irsyad (JPMA)*, 2(2), 144-153.