

PENYULUHAN PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL

Sharfina Haslin^{1*}, Netti Meilani Simanjuntak², Eva Hotmaria Simanjuntak³

Universitas Sari Mutiara Indonesia, Kota Medan, Sumatera Utara, Indonesia

Email : sharfinahaslin97@gmail.com

Abstract

Anemia is a serious global public health problem that primarily affects children and pregnant women. The most common causes of anemia include nutritional deficiencies, especially iron deficiency. Anemia is a risk of maternal death, low birth weight (LBW) babies, infection of the fetus and mother, miscarriage and premature birth. This community service will be carried out in June – July 2024 at the Tanjung Pratama Clinic, Kec. Old Deli. The target of this activity is all 15 pregnant women at the Pratama Tanjung Clinic. This community service activity has been carried out and is running smoothly in accordance with the activity plan that has been prepared. Pregnant women feel happy and hope that this activity can be carried out sustainably.

Keywords: *Anemia; Pregnant Women; Prevention*

Abstrak

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang serius yang terutama mempengaruhi anak-anak dan wanita hamil. Penyebab paling umum anemia termasuk kekurangan nutrisi, terutama kekurangan zat besi. Anemia merupakan salah satu risiko kematian ibu, kejadian bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), infeksi terhadap janin dan ibu, keguguran, dan kelahiran prematur. Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Juni – Juli 2024 di Klinik Pratama Tanjung Kec. Deli Tua. Sasaran kegiatan ini adalah seluruh ibu hamil yang berada di Klinik Pratama Tanjung berjumlah 15 orang. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan dan sudah berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun. Ibu hamil merasa senang dan berharap kegiatan ini bisa dilakukan secara berkelanjutan.

Kata Kunci: Anemia; Ibu Hamil; Pencegahan

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang serius yang terutama mempengaruhi anak-anak dan wanita hamil. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan tahun 2019 anemia mempengaruhi 1,6 miliar responden di seluruh dunia, yang

setara dengan 24,8% dari total populasi dunia yang dapat meningkatkan tingkat kematian ibu (3,4%) dan tahun 2020 memperkirakan 42% anak-anak di bawah usia 5 tahun dan 40% ibu hamil di seluruh dunia mengalami anemia. Penyebab paling umum anemia termasuk kekurangan nutrisi, terutama kekurangan zat

besi (WHO, 2020).

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 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).

Target Sustainable Development Goals (SDGs) pada 2030 mengurangi AKI hingga di bawah 70 per 100.000 KH dan mengakhiri kematian bayi dan balita dengan menurunkan Angka Kematian Neonatal hingga 12 per 1.000 KH dan Angka Kematian Balita 25 per 1.000 KH (Ermalena, 2017). Kejadian anemia di Indonesia berdasarkan data Riskesdas pada tahun 2013 sebanyak 37,1% ibu hamil yang

terdiri dari 36,4% ibu hamil di perkotaan dan 37,8% ibu hamil di perdesaan dan pada tahun 2018 kejadian anemia sebanyak 48,9% terdiri dari 84,6% umur 15-24 tahun, 33,7% umur 25-34 tahun, 33,6% umur 35-44 tahun dan 24% umur 45-54 tahun (Rikesdas, 2018).

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).

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

METODE

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Juni – Juli 2024 di Klinik Pratama Tanjung Kec. Deli Tua. Sasaran kegiatan ini adalah

seluruh ibu hamil yang berada di Klinik Pratama Tanjung berjumlah 15 orang. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, mendapat rekomendasi dari Pimpinan Klinik 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

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk edukasi pencegahan anemia pada ibu hamil. Hasil kegiatan

pengabdian ini yaitu diberikannya penyuluhan kepada ibu hamil akan dampak anemia dan cara pencegahannya. Ketika asupan gizi pada ibu hamil minimalis, dikarenakan faktor zat gizi yang kurang, maka hal itu akan menyebabkan anemia. Anemia dalam kehamilan ini adalah kondisi dimana kadar HB ibu hamil kurang dari 11 gr% pada trisemester 1 dan 2, serta kurang dari 10,9 gr% pada trimester ketiga.

Sebagai pencegahan dari munculnya anemia pada masa kehamilan tersebut, ibu hamil mengkonsumsi makanan yang kaya akan kandungan zat besi, mengonsumsi suplemen zat besi, atau tablet penambah darah selama 90 hari masa kehamilan. Segera memeriksakan diri jika ada keluhan yang diluar kebiasaan, meningkatkan kemampuan ibu hamil dan keluarga dalam penyediaan pangan serta mengolah makanan. Namun, pada kenyataannya masih banyak ibu hamil yang tidak dapat melakukan hal tersebut dikarenakan berbagai keterbatasan, sehingga dibutuhkan pendampingan oleh petugas kesehatan. Di sisi lain, terbatasnya jumlah petugas kesehatan juga menjadi masalah yang tidak pernah teratasi sehingga peran serta masyarakat dalam hal ini kader kesehatan sebagai kepanjangan tangan dari petugas kesehatan

sangat dibutuhkan.



Gambar 1. Pemaparan materi kepada ibu hamil

Di akhir pemaparan materi secara ekstensif, diberikan penilaian melalui posttest. Hasil pretest terlihat bahwa mayoritas pengetahuan ibu adalah kurang terdapat 10 orang (66,7%) dan terjadi peningkatan pada post-test dengan mayoritas pengetahuan baik sebanyak 11 orang (73,3%). Peningkatan ini cukup signifikan. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat diterapkan untuk meningkatkan pengetahuan pasangan mengenai anemia defisiensi besi pada ibu hamil dan penerapan bayam sebagai sumber zat besi.

Tabel 1. Hasil Penyuluhan Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil

Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	n	%	n	%
Baik	3	20	11	73,3
Cukup	2	13,3	4	26,7
Kurang	10	66,7	0	0
Total	15	100	15	100

KESIMPULAN

Program ini memberikan kontribusi dan meningkatkan kemampuan Ibu hamil untuk lebih memahami tentang anemia dalam kehamilan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan dan sudah berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun. Ibu hamil merasa senang dan berharap kegiatan ini bisa dilakukan secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementrian Kesehatan RI. 2018. Riset Kesehatan Dasar 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI.
- 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 merupakan sumber makanan bernutrisi yang baik untuk kehamilan dan dapat membantu mencegah terjadinya anemia defisiensi besi pada ibu hamil.

Rikesdas. 2018. Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas) 2018. Badan

Penelitian dan. Pengembangan. Kesehatan. Kementerian. RI.

Satyam P, Khushbu Y. Maternal Anemia in Pregnancy: An Overview. IJPPR. Human. 2015;4(3):164–79.

WHO. 2020. Anemia. Diakses https://www.who.int/health-topics/anaemia#tab=tab_1