

PENYULUHAN PENTINGNYA KONSUMSI TABLET Fe UNTUK IBU HAMIL DI KELURAHAN KENDO KOTA BIMA

Yati Purnama¹, Eti Noviatul Hikmah²

^{1,2}Akbid Harapan Bunda Bima

Email: Yatipurnama984@yahoo.com, Etinoviatulhikmah@gmail.com

Abstrak

Anemia adalah salah satu penyebab kematian ibu. Prevalensi pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1 %. Tingkat pengetahuan ibu hamil yang rendah mempengaruhi bila ibu hamil mengalami kekurangan nutrisi dan zat besi selama hamil akan menimbulkan masalah kesehatan pada ibu hamil maupun janinnya yaitu anemia, perdarahan, berat badan ibu tidak bertambah secara normal. Kurang nutrisi juga dapat mempengaruhi proses persalinan dimana dapat mengakibatkan persalinan sulit dan lama, premature, perdarahan setelah persalinan, kurang nutrisi juga dapat mempengaruhi pertumbuhan janin dapat menimbulkan keguguran, abortus, cacat bawaan dan berat janin bayi lahir rendah. Penerimaan informasi sehingga penerimaan tablet Fe menjadi terbatas dan berdampak pada terjadinya defisiensi zat besi. Memberikan pemahaman pada ibu hamil tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe secara rutin selama hamil. yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini yaitu menggunakan metode ceramah dan menggunakan alat bantu media pembelajaran biar lebih efektif. Kegiatan ini cukup berhasil karena ibu hamil di kelurahan kendo kota Bima dari tidak tahu sama sekali tentang pentingnya tablet Fe dan belum tahu cara mengkonsumsinya menjadi tahu dan mau mengkonsumsi tablet Fe secara rutin.

Kata Kunci : Penyuluhan, Tablet Fe, Ibu Hamil.

Abstract

Anemia is one of the causes of maternal death. The prevalence in pregnant women in Indonesia is 37.1%. The low level of knowledge of pregnant women affects if pregnant women experience nutritional and iron deficiencies during pregnancy will cause health problems for pregnant women and their fetus, namely anemia, bleeding, the mother's weight does not increase normally. Malnutrition can also affect the delivery process which can result in difficult and long labor, premature birth, bleeding after delivery, malnutrition can also affect fetal growth and can cause miscarriage, abortion, birth defects and low birth weight fetuses. Receiving information so that the reception of Fe tablets is limited and has an impact on the occurrence of iron deficiency. *Purpose*: Providing understanding to pregnant women about the importance of consuming Fe tablets regularly during pregnancy. *Method*: The tools used in the implementation of community service are using the lecture method and using learning media tools so that they are more effective. *Results*: This activity was quite successful because pregnant women in kendo kelurahan, Bima city, went from not knowing at all about the importance of Fe tablets and not knowing how to consume them to knowing and willing to take Fe tablets regularly.

Keywords : Counseling, Fe Tablets, Pregnant Women.

PENDAHULUAN

Anemia adalah gangguan darah yang ditandai dengan jumlah sel darah merah yang rendah atau ketika sel darah merah tidak berfungsi dengan baik. anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar Haemoglobin dibawah 11 gr % pada trimester I dan III atau kadar < 10,5 gr % pada trimester II. (Lubis et.al., 2017). Kematian ibu merupakan indikator penting dalam kualitas pelayanan kesehatan. Anemia merupakan salah satu masalah gizi yang sering terjadi didunia dan diderita lebih dari 600 juta manusia, perkiraan prevalensi anemia secara umum sekitar 51 % (Nivedita 2016).

Menurut data World Health Organization (WHO, 2020) prevalensi anemia pada ibu hamil diseluruh dunia telah mengalami penurunan sebanyak 4,5 % selama 19 tahun terakhir, dari tahun 2000 sampai dengan tahun 2019, namun di Indonesia pada tahun 2019 angka kejadian anemia pada ibu hamil meningkat 44,2 % dari tahun 2015 sebesar 42,1. berdasarkan hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa di Indonesia sebesar 48,9 % ibu hamil mengalami anemia. sebanyak 84,6 % anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun (Kementrian kesehatan RI, 2018).

Bila ibu hamil mengalami kekurangan nutrisi dan zat besi selama hamil akan menimbulkan masalah, baik pada ibu maupun janinyang dikandungnya yaitu anemia, perdarahan, berat badan ibu tidak

bertambah secara normal. Kurang nutrisi juga dapat mempengaruhi proses persalinan dimana dapat mengakibatkan persalinan sulit dan lama, premature, perdarahan setelah persalinan, kurang nutrisi juga dapat mempengaruhi pertumbuhan janin dan dapat menimbulkan keguguran, abortus, cacat bawaan, dan berat janin lahir rendah.

Ibu hamil yang mengalami anemia meningkatkan resiko mengalami keguguran melahirkan sebelum waktunya, bayi lahir dengan berat tidak normal, perdarahan pada waktu melahirkan dan pada anemia berat dapat menimbulkan kematian ibu dan bayi. anemia merupakan salah satu factor resiko post partum (Oktaviani 2018). Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia adalah melalui pemberian informasi atau pendidikan kesehatan dari tenaga kesehatan (Sukmawati et.al, 2019). Pendidikan kesehatan merupakan suatu kegiatan atau usaha menyampaikan informasi kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu dengan harapan informasi tersebut dapat meningkatkan pengetahuan menjadi lebih baik.

Pemberian tablet Fe adalah salah satu pencegahan dan penanggulangan anemia gizi yang paling efektif meningkatkan kadar haemoglobin pada ibu hamil. Upaya ini direkomendasikan secara universal di Negara-negara berkembang sejak tahun 1970 an, program pemberian tablet Fe telah di buktikan hasilnya di beberapa, dengan pemberian tablet Fe dapat menurunkan prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 20-25 % (Septiani 2017).

Menurut Permenkes No.88 tahun 2014 tentang standar tablet darah bagi wanita usia subur dan ibu hamil, bahwa untuk melindungi wanita usia subur dan ibu hamil dari kekurangan gizi dan mencegah terjadinya anemia gizi besi maka perlu mengonsumsi tablet tambah darah.

Tingkat pengetahuan ibu hamil yang rendah mempengaruhi penerimaan informasi sehingga penerimaan tentang tablet Fe menjadi terbatas dan berdampak pada terjadinya defisiensi zat besi. Semakin baik pengetahuan ibu hamil, maka dalam menyerap informasi semakin baik khususnya tentang tablet Fe. Hal ini berdampak pada kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe karena ibu hamil dapat mengetahui pengertian, manfaat, efek samping, kandungan dan cara minum tablet Fe. Tingkat pengetahuan juga dipengaruhi oleh factor-faktor seperti tingkat pendidikan, pengalaman, dan pengaruh dari orang lain (Martini, 2017).

Salah satu hal yang dilakukan pemerintah adalah memberikan informasi kepada masyarakat melalui kegiatan penyuluhan kesehatan tentang pemberian tablet Fe dan merupakan salah satu upaya promotif untuk meningkatkan pengetahuan tentang tablet Fe dan preventif untuk pencegahan anemia defisiensi besi sehingga meningkatkan kepatuhan ibu hamil untuk mengonsumsi tablet Fe, sejalan dengan hal tersebut kami ingin ikut bagian dalam usaha memberikan penyuluhan dalam kegiatan pengabdian masyarakat, yang berkaitan dengan pentingnya mengonsumsi tablet Fe pada ibu hamil yang ada di Kelurahan Kendo Kota Bima.

METODE

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini yaitu menggunakan metode ceramah untuk menjelaskan ide, pengertian secara lisan disertai dengan diskusi dan Tanya jawab sehingga ibu memahami apa yang diberikan dan disampaikan. Selain itu materi yang diberikan ditampilkan melalui media leaflet yang berisi informasi penting tentang tablet Fe dan menggunakan alat bantu media pembelajaran (PPT, gambar-gambar menarik,) biar lebih efektif sehingga ibu dapat dengan mudah menyerap informasi yang diberikan. Selama kegiatan penyuluhan berlangsung disertai dengan pembagian leaflet .

Sasaran dalam kegiatan ini yaitu seluruh ibu hamil yang ada di kelurahan kendo yaitu sebanyak 14 ibu hamil dan 2 orang kader desa yang ikut mendampingi ibu hamil, kegiatan ini dilaksanakan satu kali pada hari sabtu tanggal 21 Januari 2023.

Kegiatan ini diawali dengan tim pelaksana memperkenalkan diri dan menyampaikan tema yang akan dibahas pada ibu hamil, untuk menggali pemahaman ibu hamil dilakukan evaluasi awal dengan menanyakan kepada ibu hamil mengenai Apa itu Tablet Fe, setelah itu dilanjutkan dengan diskusi . yang dilakukan tim pelaksana. Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang tablet Fe.

Evaluasi yang dilakukan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan ada 3 tahapan yaitu :

a. Evaluasi awal

Evaluasi ini dilakukan pada saat sebelum dilaksanakan kegiatan atau sebelum diberikan materi oleh tim pelaksana, dimana evaluasi awal ini bertujuan untuk menggali pengetahuan

keseluruhan ibu hamil terkait materi hari ini dengan cara menanyakan secara lisan kepada ibu hamil disitu dapat kita menilai seberapa tahunya Ibu hamil terkait materi hari ini yang akan disampaikan oleh tim pelaksana.

b. Evaluasi proses

Pada tahap ini dimana tim pelaksana melihat antusias atau motivasi ibu hamil dalam mendengarkan materi yang disampaikan oleh tim pelaksana selama proses pelaksanaan.

c. Evaluasi akhir

Pada tahap ini dilakukan penilaian akhir dengan memberikan kesempatan kepada ibu hamil untuk untuk menjelaskan ulang terkait materi yang disampaikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada hari Sabtu tanggal 21 bulan Januari tahun 2023 pelaksanaan kegiatan ini dilakukan di Kantor Lurah Kendo Kota Bima. Kegiatan ini diikuti oleh 14 orang ibu hamil 2 orang kader posyandu dan 2 orang tim pelaksana. Kegiatan ini dilaksanakan dalam waktu 60 menit dimulai dari jam 09.00-11.00 Wita yang diawali dengan perkenalan tim pelaksana dengan ibu hamil dan kader posyandu yang ada dikelurahan kendo Kota Bima.

Tahapan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan dilakukan evaluasi awal dimana pada tahap ini ibu hamil diberi pertanyaan secara lisan sebelum diberikan materi oleh tim pelaksana, dimana evaluasi awal ini bertujuan untuk menggali pengetahuan keseluruhan ibu hamil terkait materi hari ini dengan cara menanyakan secara lisan kepada ibu hamil disitu dapat kita menilai seberapa tahunya ibu hamil terkait materi hari ini yang akan disampaikan oleh tim pelaksana..

Pelaksanaan penyuluhan dalam pentingnya mengkonsumsi tablet Fe pada ibu hamil dilakukan pada tahap kedua. Pada tahap ini dilakukan dengan metode ceramah dengan menggunakan media ppt, adapun materi yang diberikan yaitu tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe pada ibu hamil. Pada akhir penyuluhan dengan metode ceramah ini dilakukan evaluasi penilaian tingkat pengetahuan dan pemahaman ibu hamil tentang materi yang telah diberikan.

Berdasarkan hasil evaluasi, kegiatan ini cukup berhasil karena ibu hamil kelurahan kendo dari banyaknya ibu hamil yang kurang tahu mengenai pentingnya tablet Fe setelah dilakukan penyuluhan berbasis media ibu hamil kini lebih tahu tentang pentingnya tablet Fe. Ini membuktikan bahwa penyuluhan dengan menggunakan media lebih efektif.

Berdasarkan hasil tersebut, maka penggunaan berbagai media pembelajaran perlu dimanfaatkan dalam kegiatan penyuluhan agar lebih menarik perhatian peserta dan lebih efektif, sehingga perlu dikembangkan lagi media pembelajaran guna mendapatkan keberhasilan di tiap kegiatan yang dilakukan dengan metode media seperti pada kegiatan penyuluhan (pengabdian masyarakat) ataupun pada kegiatan penelitian.

SIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan melalui penyuluhan tentang tablet Fe kepada ibu hamil di kelas ibu hamil mampu meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan untuk mengkonsumsi tablet Fe dalam upaya pencegahan anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil.

Penyuluhan berbasis media pada ibu hamil sangat bermanfaat dan lebih efektif, karena penyuluhan yang berbasis media dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman serta lebih gampang diserap oleh ibu hamil.

SARAN

1. Diharapkan bagi ibu hamil dapat meningkatkan dan menerapkan apa yang telah disampaikan oleh petugas kesehatan agar terjaga kesehatan ibu dan bayi.
2. Disarankan pada tenaga kesehatan agar terus meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya ibu hamil tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe secara rutin selama hamil dengan cara terus melakukan penyuluhan dan pemantauan Buku KIA ibu hamil untuk melihat perkembangan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe.

Gambar 1 dan 2. Penyampaian Materi Oleh Tim Pelaksana



Gambar 3. Foto bersama dengan ibu hamil, bidan desan, mahasiswa setelah penyuluhan



UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan Terima kasih kepada Yayasan Harapan Bunda Bima, Kepada Direktur Akbid Harapan Bunda Bima, Kepala Dinas Kesehatan Kota Bima NTB, Kepala Puskesmas Penanae, Bidan Koordinator Puskesmas Penanae, Bidan Kelurahan Kendo, Lurah Kendo, Kader posyandu serta ketua RT dan RW yang ada di Kelurahan Kendo yang telah membantu memfasilitasi kegiatan ini sehingga berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementrian Kesehatan RI. (2018). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-risikesdas/>
- Lubis, Z., Jumirah, J., & Fitria, M.(2017). Chronic Energy Malnutrition and Anemia in Pregnant Women in Medan. <https://doi.org/10.2991/phico-16.2017.15>.
- Martini S, Oktaviana D, Hubungan Tingkat pengetahuan Ibu hamil tentang tablet Fe dengan kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi Tablet Fe, Jurnal Kesehatan Stikes An-Nur Purwodadi. 2017;6 (2): 22-9.
- Nivedita K, Fatima SN, Knowledge, Attitude and practices of Pregnant Women Regarding Anemia, Iron Rich Diet an iron Supplements and Its Impacton Their Hemoglobin Levels. Int J Reprod Contracept Obstes Gynecol. 2016;5(2): 425-31.
- Oktaviani, O., Rarome, M.J. 2019. Peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang anemia pada kehamilan dengan media video dan lembar balik. Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai. 12(1) :56-62.
- Septiani W. Pelaksanaan Program pemberian tablet Zat Besi (Fe) pada ibu hamil. JOMIS. 2017; 1(2):86-92.
- Sukmawati, S., Mamuroh,L., Nurhakim, F.2019. Pengaruh Edukasi pencegahan dan penanganan Anemia terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil. Jurnal Keperawatan BSI.7 (1), 49-52.