

# UPAYA MENINGKATKAN EKONOMI KREATIF MELALUI PEMBERDAYAAN SUMBER PAKAN ALTERNATIF KERIPIK BAYAM UNTUK MENINGKATKAN LEVEL HAEMOGLOBIN DAN HEMATOKRIT IBU HAMIL DI DESA CIMPARUH

Linda Marni<sup>1</sup>, Armaita<sup>2</sup>, Yesi Maifita<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Negeri Padang

<sup>3</sup>STIKES Piala Sakti Pariaman

email: lindamarni17@gmail.com

## Abstrak

Anemia adalah suatu keadaan dimana tubuh memiliki jumlah sel darah merah (eritrosit) yang terlalu sedikit, yang mana sel darah merah itu mengandung hemoglobin yang berfungsi untuk membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh (Proverawati, 2013). Menurut WHO (2008), secara global prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia adalah sebesar 41,8 %. Prevalensi anemia pada ibu hamil diperkirakan di Asia sebesar 48,2 %, Afrika 57,1 %, Amerika 24,1 %, dan Eropa 25,1 %. (Salmarianty, 2012). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1 %. Pemberian tablet Fe di Indonesia pada tahun 2012 sebesar 85 %. Presentase ini mengalami peningkatan dibandingkan pada tahun 2011 yang sebesar 83,3 %. Meskipun pemerintah sudah melakukan program penanggulangan anemia pada ibu hamil yaitu dengan memberikan 90 tablet Fe kepada ibu hamil selama periode kehamilan dengan tujuan menurunkan angka anemia ibu hamil, tetapi kejadian anemia masih tinggi (Kementerian Kesehatan RI, 2013). Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat terbesar di dunia terutama bagi kelompok wanita usia reproduksi (WUS). Anemia pada wanita usia subur (WUS) dapat menimbulkan kelelahan, badan lemah, penurunan kapasitas/kemampuan atau produktifitas kerja. Penyebab paling umum dari anemia pada kehamilan adalah kekurangan zat besi, asam folat, dan perdarahan akut dapat terjadi karena interaksi antara keduanya (Noverstiti, 2012). Bayam merah diketahui memiliki kemampuan dalam mencukupi nutrisi ibu hamil, hal ini dikarenakan bayam merah mengandung nilai kecukupan Fe dan folat yang penting terhadap ibu hamil. Mayoritas penduduk Desa Cimparuh yaitu beragama Islam. Rata-rata mata pencaharian masyarakat di desa ini ialah wiraswasta dan petani. Selebihnya pegawai, peternak, dan tenaga kesehatan. Adapun fasilitas umum di desa ini diantaranya lapangan sepakbola, pusatkebugaran, lapangan futsal, lapangan voli, masjid, musala, puskesmas, pos yandu rumah bersalin, poskamling, sekolah jenjang SD/TK/PAUD, TPU, dan kantor pemerintahan. Lembaga pemasyarakatan di desa ini diantaranya LKMD/LKMK, PKK, Karang taruna, dan Kelompok tani. Kaum wanita sebagian besar hanya menjadi ibu rumah tangga dan sebagai usaha kecil seperti toko serta kelompok usaha bersama. Untuk menggerakkan kaum wanita tersebut menjadi yang produktif, rencana diadakan PKM mengenai pembuatan keripik bayam merah di Desa Cimparuh. Luaran yang dihasilkan adalah pemanfaatan bayam merah untuk meningkatkan haemoglobin pada ibu hamil yang diaplikasikan dalam bentuk jurnal sebagai referensi.

**Kata Kunci:** Pemeriksaan Haemoglobin, Pemeriksaan Hematokrit, Bayam Merah, Ibu Hamil

## Abstract

Anemia is a condition in which the body has too few red blood cells (erythrocytes), in which the red blood cells contain hemoglobin which functions to carry oxygen throughout the body's tissues (Proverawati, 2013). According to WHO (2008), the global prevalence of anemia in pregnant women worldwide is 41.8%. The prevalence of anemia in pregnant women is estimated to be 48.2% in Asia, 57.1% in Africa, 24.1% in America and 25.1% in Europe. (Salmarianty, 2012). Based on the results of Basic Health Research (Riskesdas) in 2013, the prevalence of anemia in pregnant women in Indonesia is 37.1%. Administration of Fe tablets in Indonesia in 2012 was 85%. This percentage has increased compared to 2011 which amounted to 83.3%. Even though the government has carried out a program to combat anemia in pregnant women, namely by giving 90 tablets of Fe to pregnant women during the gestation period with the aim of reducing the anemia rate of pregnant women, the incidence of anemia is still high (Ministry of Health RI, 2013). Anemia is the biggest public health problem in the world, especially for women of reproductive age (WUS). Anemia in women of childbearing age (WUS) can cause fatigue, weakness, decreased capacity/ability or work productivity. The most common causes of anemia in pregnancy are iron and folic acid deficiencies, and acute bleeding can occur due to interactions between the two (Noverstiti, 2012). Red spinach is known to have the ability to provide

adequate nutrition for pregnant women, this is because red spinach contains adequate values of Fe and folate which are important for pregnant women. The majority of the population of Cimparuh Village are Muslims. The average livelihood of the people in this village is entrepreneurs and farmers. The rest are employees, breeders and health workers. The public facilities in this village include a football field, fitness center, futsal field, volleyball court, mosque, prayer room, health center, maternity hospital posyandu, security post, elementary/kindergarten/early childhood school, TPU, and government offices. Correctional institutions in this village include LKMD/LKMK, PKK, Karang Taruna, and farmer groups. Most of the women are only housewives and as small businesses such as shops and joint business groups. To move these women to be productive, PKM plans to make red spinach chips in Cimparuh Village. The resulting output is the use of red spinach to increase hemoglobin in pregnant women which is applied in the form of a journal as a reference.

**Keywords:** Hemoglobin Examination, Hematocrit Examination, Red Spinach, Pregnant Women

## PENDAHULUAN

Kota Pariaman merupakan salah satu dari 19 Kabupaten/kota yang ada di Provinsi Sumatera Barat. Kota Pariaman secara geografis terletak antara 0033'00'' - 00 40'43'' LS dan 1000 10'33'' - 1000 10'55'' BT. Kota Pariaman terbentang pada jalur strategis lintas Sumatera Bagian Barat yang menghubungkan Provinsi Sumatera Utara dan Kota Pariaman dengan kira-kira 56 kilometer dari Padang, sekitar 1,5 jam perjalanan dengan bis dan kira-kira 25 km dari Bandara Internasional Minangkabau. Kota Pariaman merupakan hamparan dataran rendah yang terletak di pantai barat Provinsi Sumatera Barat dengan ketinggian antara 2 sampai dengan 35 meter di atas permukaan laut dengan luas daratan 73,54 km<sup>2</sup> dan luas lautan 282,69 km<sup>2</sup> serta memiliki 6 buah pulau-pulau kecil. Secara administrative semenjak tahun 2010 Kota Pariaman memiliki 4 Kecamatan dengan 71 desa/kelurahan

Desa Cimparuh sebelumnya adalah bagian dari Kota Administratif Pariaman yang merupakan bagian dari Kabupaten Padang Pariaman yang dibentuk berdasarkan PP No. 33 Tahun 1986 dengan lahirnya Undang-undang RI Nomor 12 Tahun 2002 tanggal 11 April 2002 maka resmiah Pariaman menjadi Kota Otonom yang mana Desa Cimparuh. Salah satu dari Desa Yang masuk dalam wilayah Kota Pariaman yang terletak di Kecamatan Pariaman Tengah. Desa Cimparuh memiliki total luas desa ini sekitar 1,92km<sup>2</sup>. Terdapat empat dusun yaitu Dusun Subarang Padang, Dusun Kampung Tengah, Dusun Lapai, dan Dusun Subarang. Jumlah penduduk terdapat 2.830 jiwa (2020), dengan satu orang berkewarganegaraan asing. Total keseluruhan terdapat 726 kepala keluarga, laki-laki 1.416 orang dan perempuan 1.414 orang. Mayoritas penduduk Desa Cimparuh yaitu beragama islam. Rata-rata mata pencaharian masyarakat di desa ini ialah wiraswasta dan petani. Selebihnya pegawai, peternak, dan tenaga kesehatan. Adapun fasilitas umum di desa ini diantara lain lapangan sepakbola, pusat kebugaran, lapangan futsal, lapangan voli, masjid, musala, puskesmas, posyandu rumah bersalin, poskamling, sekolah jenjang SD/TK/PAUD,TPU, dan kantor pemerintahan. Lembaga pemasyarakatan di desa ini diantaranya LKMD/LKMK, PKK, Karang taruna, dan Kelompok tani. Kaum wanita sebagian besar hanya menjadi ibu rumah tangga dan sebagai usaha kecil seperti toko serta kelompok usaha bersama.

Kemiskinan sebagai salah satu determinan sosial ekonomi merupakan penyebab gizi kurang yang pada umumnya menduduki posisi pertama Menurut Emil Salim bahwa kemiskinan adalah merupakan suatu keadaan yang dilukiskan sebagai kurangnya pendapatan untuk memenuhi kebutuhan hidup yang paling pokok seperti pangan, pakaian, tempat berteduh dan lain-lain. Salah satu akibat dari kurangnya kesempatan kerja adalah rendahnya pendapatan masyarakat. Kurangnya kesempatan kerja yang tersedia tidak lepas dan struktur perekonomian Indonesia yang sebagian besar masih tergantung pada sektor pertanian termasuk masyarakat pedesaan yang sebagian besar hidup dan hasil pertanian (agraris) dan pekerjaan-pekerjaan yang bukan agraris hanya bersifat sambilan sebagai pengisi waktu luang. Tolok ukur yang umumnya digunakan untuk penggolongan seseorang atau masyarakat dikatakan miskin adalah tingkat pendapatan.

Pendapatan merupakan nilai maksimal yang dapat dikonsumsi oleh seseorang dalam satu periode dengan mengharapkan keadaan yang sama pada akhir periode seperti semula Terdapat hubungan antara pendapatan dan keadaan status gizi. Hal itu karena tingkat pendapatan merupakan faktor yang menentukan kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi. Kemampuan keluarga untuk membeli bahan makanan antara lain tergantung pada besar kecilnya pendapatan keluarga. Keluarga dengan pendapatan terbatas kemungkinan besar akan kurang dapat memenuhi kebutuhan makanannya terutama untuk memenuhi kebutuhan zat gizi dalam tubuhnya. Tingkat pendapatan dapat menentukan pola makan. Orang dengan tingkat ekonomi rendah biasanya akan membelanjakan sebagian besar

pendapatan untuk makanan, sedangkan orang dengan tingkat ekonomi tinggi akan berkurang belanja untuk makanan (FKM UI, 2007 : 176). Hal ini akan berdampak terhadap status gizi balita yang pada umumnya akan menurun (Depkes RI, 2000 : 3). dari hasil survei diketahui pendapatan secara keseluruhan penduduk desa naras masih di bawah angka minimum pendapatan daerah, hal ini mengindikasikan perlu adanya penggerak ekonomi terutama dalam bidang ekonomi kreatif sebagai usaha memperbaiki taraf kesejahteraan hidup.

## METODE

Pemecahan masalah dilakukan dengan melakukan pengkajian langsung pada wanita hamil. Dari hasil pengkajian tersebut lalu dilakukan penginterpretasian data, Perlunya pemeriksaan status gizi mengenai hemoglobin pada ibu hamil dan melakukan penyuluhan tentang pentingnya mengkonsumsi bayam merah untuk mengatasi anemia terutama selama masa kehamilan serta pemberdayaan ekonomi kreatif pembuatan keripik bayam merah sebagai sumber pakan alternatif yang kaya nutrisi. Adapun tahapnya sebagai berikut :

### 1. Tahap persiapan

Pada tahap persiapan ini kami mempersiapkan dari mulai perijinan melakukan kegiatan kepada kepala desa Cimparuh , dan melakukan pengkajian data awal untuk mengetahui seberapa tingkat pengetahuan wanita hamil terhadap sumber nutrisi alternatif dalam mencukupi nilai gizi. Setelah melakukan pengkajian data, dan mempersiapkan mulai dari materi dan media yang akan digunakan dalam penyuluhan, alat dan bahan yang akan digunakan untuk melakukan pemeriksaan HB dan Hematokrit sebagai salah satu cara untuk mendeteksi dini anemia pada ibu hamil Setelah persiapan dari teknis selesai, memberitahukan kepada masyarakat akan diadakan penyuluhan tentang pemberdayaan ekonomi kreatif keripik bayam merah sebagai alternatif nutrisi ibu hamil dan akan diadakan pemeriksaan HB dan hematokrit. Adapun dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat memerlukan kepakaran sebagai berikut

#### a. Jenis kepakaran yang dibutuhkan adalah:

1. Pakar untuk promosi kesehatan dalam hal ini pelaksanaan penyuluhan mengenai pentingnya konsumsi bayam merah untuk mencegah anemia terutama selama masa kehamilan
2. Pakar dalam pemberdayaan ekonomi kreatif

### 2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini, akan diadakan penyuluhan kesehatan dan ekonomi kreatif kepada warga mengenai Anemia ibu hamil dan pemberdayaan ekonomi kreatif, pada penyuluhan ini diharapkan meningkatkan pengetahuan tentang Anemia Ibu hamil dan meningkatkan motivasi masyarakat akan pemberdayaan sumber pakan alternatif keripik bayam merah sebagai peningkatan ekonomi dan kesehatan masyarakat, sehingga masyarakat di desa Cimparuh dapat termotivasi untuk bersedia melakukan pemeriksaan Kadar Hb dan Hematokrit sebagai wujud dari deteksi Anemia ibu hamil. Pada tahap pelaksanaan selanjutnya, kami akan melakukan penyuluhan terhadap masyarakat pemberdayaan tanaman bayam merah untuk di buat menjadi inovasi ekonomi kreatif.

### 3. Tahap Evaluasi (tindak lanjut )

Pada tahap evaluasi ini adalah sebagai langkah tindak lanjut dari kegiatan yang sudah dilaksanakan, setelah dilakukan pemeriksaan HB dan Hematokrit dan sudah diketahui hasilnya jika hasil diketahui indikator pemeriksaan dibawah batas normal maka memberikan pembinaan mengenai alternatif sumber pakan baru berupa keripik bayam merah, selanjutnya penyuluhan mengenai ekonomi kreatif pembuatan keripik bayam merah. Selanjutnya melaporkan hasil secara keseluruhan kepada kader dan Puskesmas setempat

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Cimparuh. Desa cimparuh merupakan salah satu wilayah kerja Puskesmas Pariaman. Pelaksanaan dalam pengabdian masyarakat Dilaksanakan pada hari Senen tanggal 29 Mei 2023 jam 09.00 WIB sampai dengan selesai. Dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini, seluruh ibu hamil hadir dalam kegiatan ini. Tahap awal yang dilakukan dengan pengukuran HB ibu hamil. untuk mengantisipasi pentingnya ibu hamil mempertahankan nilai HB selama hamil. salah satu konsumsi yang cocok untuk untuk cemilan ibu hamil yaitu keripik bayam. Bayam merah diketahui memiliki kemampuan dalam mencukupi nutrisi ibu hamil, hal ini dikarenakan bayam merah mengandung nilai kecukupan Fe dan folat yang penting terhadap ibu hamil. Kandungan zat besi yang terdapat di dalam keripik bayam sangat efektif digunakan untuk mencegah terjadinya anemia. Sehingga dengan mengkonsumsi keripik bayam Anda dapat terhindar

dari berbagai penyakit salah satunya adalah terhindar dari penyakit anemia. Selain memanfaatkan bayam anda juga dapat memanfaatkan manfaat lainnya agar membuat tubuh anda sehat terhindar dari anemia, manfaat lainnya seperti manfaat hati sapi, manfaat hati ayam, manfaat tersebut dapat membantu untuk menghindari dari anemia. Senyawa folat dan kandungan zat besi yang terdapat di dalam manfaat keripik bayam dapat digunakan untuk menjaga kesehatan ibu hamil. Kandungan zat besi yang terdapat di dalam akan membantu ibu hamil terhindar dari anemia. Untuk itu bagi Anda yang sedang hamil atau saudara Anda yang sedang hamil Anda dapat merekomendasikan keripik bayam ini menjadi salah satu camilan sehat untuk ibu hamil. Senyawa folat yang terdapat di dalam keripik bayam juga sangat dibutuhkan dalam perkembangan janin. Kekurangan zat besi di dalam tubuh dapat menyebabkan kita mengalami anemia atau kekurangan darah merah. Bayam merah sendiri mengandung zat besi yang cukup tinggi, sehingga bisa menjadi alternatif sayuran yang bisa digunakan sebagai obat anemia. Cara menggunakan bayam merah sebagai obat anemia adalah dengan membuat jus bayam merah. Anda juga bisa menghaluskan bayam merah dan dijadikan pasta untuk campuran makanan lainnya. Atau, anda juga bisa mencampurkan bahan – bahan makanan lain yang alami seperti madu, air perasan lemon, atau telur pada pasta atau jus bayam merah yang sudah anda buat.

Desa Cimparuh salah satu desa yang berada di Kota Pariaman. keripik bayam merupakan salah satu usaha produktivitas yang bisa dilaksanakan di Desa Cimparuh dnegan melibatkan masyarakat yang ada disana dalam pembuatan keripik bayam merah tersebut. Produktivitas keripik dari bayam yang selama ini berupa bayam biasa. Untuk pengolahan keirpik bayam merah belum pernah dilakukan. Pembuatan keprik bayam merah merupakan salah satu usaha rumahan yang bisa diproduksi langsung oleh masyarakat khususnya kaum wanita yang berada di Desa Cimparuh. Pelaksanaan pembuatan keripik bayam merah dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 30 Mei 2023 dimulai jam 09.00 WIB sampai dengan selesai.

#### **SIMPULAN**

penyuluhan kesehatan dan ekonomi kreatif kepada warga mengenai Anemia ibu hamil dan pemberdayaan ekonomi kreatif, pada penyuluhan ini diharapkan meningkatkan pengetahuan tentang Anemia Ibu hamil dan meningkatkan motivasi masyarakat akan pemberdayaan sumber pakan alternatif keripik bayam merah sebagai peningkatan ekonomi dan kesehatan masyarakat, sehingga masyarakat di desa Cimparuh dapat termotivasi untuk bersedia melakukan pemeriksaan Kadar Hb dan Hematokrit sebagai wujud dari deteksi Anemia ibu hamil. Pada tahap pelaksanaan selanjutnya, kami akan melakukan penyuluhan terhadap masyarakat pemberdayaan tanaman bayam merah untuk di buat menjadi inovasi ekonomi kreatif. Terlaksana pembuatan keripik bayam merah salah satu alternative mencegah anemia terutama selama masa kehamilan. Dari kehadiran peserta 80% ikut berpartisipasi dalam kegiatan ini serta paham akan manfaat bayam merah serta mampu membuat keripik bayam merah.

#### **SARAN**

Diharapkan dengan adanya kegiatan pengabdian masyarakat secara umum masyarakat paham pentingnya nilai gizi dari keripik bayam merah dan mampu membuat keripik bayam merah salah satu sumber makanan yang bergizi serta inovasi ekonomi kreatif.

#### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terimakasih kepada kepala Desa Cimparuh beserta jajarannya serta masyarakat Desa Cimparuh yang telah ikut berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Anggraini, Nenny, 2008. "Industri Kreatif", Jurnal ekonomi Desember 2008 Volume XIII No. 3 hal. 144-151. Amir, M.S, 4004. Strategi
- Saptana, Tri Pranadji, Syahyuti dan Rosganda Elisabeth , 2003, Transformasi Kelembagaan Guna Memperkuat Ekonomi Rakyat di Pedesaan dengan Studi Kasus di Kabupaten Tabanan Bali". Jurnal ekonomi, Vol. 1. No 12.
- Data Statistik dan Hasil Survei Khusus Ekonomi Kreatif. Jakarta : Badan Ekonomi Kreatif, 2017. Deputi Infrastruktur.
- Pengembangan Ekonomi Kreatif Indonesia 2025: Rencana Pengembangan Ekonomi Kreatif Indonesia 2009 - 2015.
- Natale, De, Douglas and Gregory H.Wassal. (2007). The Creative Economy: The New Definition "A Research Framework for New England and Beyond, Including an Economic Analysis of New

England's Cultural Industries and Workforce".

- A.Wawan & Dewi M. 2011. Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusi. Cetakan II. Yogyakarta : Nuha Medika
- Siddharth, R., Gupta, D., Narang, R., & Singh, P. (2016). Knowledge , attitude and practice about breast cancer and breast self - examination among women seeking out - patient care in a teaching hospital in central India. *Indian Journal of Cancer*, 53(2), 226–230. <https://doi.org/10.4103/0019-509X.197710>
- Nisman, W. A. (2011). Lima menit kenali payudara anda. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Rasjidi, I. (2009). Deteksi Dini dan Pencegahan Kanker pada Wanita (1st ed.). Jakarta: Sagung Seto.
- Notoatmodjo, 2012 Soekidjo. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta. Rineka Cipta
- WHO. (2014). Cancer country profile, 22–23. Retrieved from [http://www.who.int/cancer/country-profiles/idn\\_en.pdf](http://www.who.int/cancer/country-profiles/idn_en.pdf).