

PENYULUHAN, PEMERIKSAAN STATUS GIZI DAN PEMBERIAN TABLET FE PADA IBU HAMIL

Merisa Riski¹, Siti Aisyah Hamid²

^{1,2}Program Studi Pendidikan profesi Bidan¹, Program Studi S1 Kebidanan², Fakultas Kebidanan dan Keperawatan, Universitas Kader Bangsa Palembang
e-mail: merisa_rizki@yahoo.com

Abstrak

Masa kehamilan sangat membutuhkan gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin, penambahan besarnya orgn kandungan, serta perubahan komposisi dan metabolisme tubuh ibu. Dampak tidak baik dalam kehamilan terutama sekali dikarenakan defisiensi zat gizi yang diakibatkan oleh asupan gizi ibu hamil tidak seimbang. Dampak negatif tersebut dapat terjadi pada outcome kehamilan, yaitu bayi yang baru dilahirkan dapat mengalami intra uterine growth retardation (IUGR), kelahiran prematur atau bahkan keguguran, dan bayi lahir dengan berat badan yang rendah (BBLR). Dampak pada ibu, yaitu anemia, perdarahan dan berat badan ibu tidak bertambah secara normal, kurang gizi juga dapat mempengaruhi proses persalinan dimana dapat mengakibatkan persalinan sulit dan lama serta perdarahan setelah persalinan. Program penyuluhan tentang pemeriksaan dan status gizi ibu hamil serta pemberian tablet Fe disampaikan dalam bentuk ceramah dan Tanya jawab dan pemberian tablet Fe. Kegiatan berjalan secara efektif, peserta antusias mendengarkan dan menanyakan berbagai hal mengenai status gizi ibu hamil yang belum dipahami oleh peserta penyuluhan.

Kata kunci: Penyuluhan, Pemeriksaan Status Gizi dan Pemberian Tablet FE, Ibu Hamil

Abstract

The gestation period really needs nutrients needed for the growth and development of the fetus, the increase in the size of the uterine organs, as well as changes in the composition and metabolism of the mother's body. Adverse effects in pregnancy are mainly due to nutritional deficiencies caused by unbalanced nutritional intake of pregnant women. This negative impact can occur in pregnancy outcomes, namely newborns can experience intra uterine growth retardation (IUGR), premature birth or even miscarriage, and babies born with low birth weight (LBW). The impact on the mother, namely anemia, bleeding and the mother's weight does not increase normally, malnutrition can also affect the delivery process which can result in difficult and long labor and bleeding after delivery. The counseling program regarding the examination and nutritional status of pregnant women as well as the administration of Fe tablets was delivered in the form of lectures and questions and answers and administration of Fe tablets. The activity ran effectively, the participants enthusiastically listened and asked various things about the nutritional status of pregnant women that were not understood by the counseling participants.

Keywords: Counseling, Examination of Nutritional Status and Administration of FE Tablets, Pregnant Women

PENDAHULUAN

Nutrisi yang dibutuhkan oleh setiap makhluk hidup untuk tumbuh dan berkembang adalah Gizi. Begitu juga pada ibu hamil. Proses Kehamilan menyebabkan peningkatan kebutuhan energi dan zat gizi lainnya yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin, penambahan besarnya organ kandungan, serta perubahan komposisi dan metabolisme tubuh ibu (Pangemanan dkk, 2013). Indikator untuk pemeriksaan Status Gizi Kehamilan dapat diketahui menggunakan pemeriksaan antropometri seperti indeks masa tubuh (IMT) dan LILA (Lingkar Lengan Atas) serta pemeriksaan biokimia yaitu hemoglobin (Hb) (Hardinsyah dan Supariasa, 2017).

Dampak tidak baik dalam kehamilan terutama sekali dikarenakan defisiensi zat gizi yang diakibatkan oleh asupan gizi ibu hamil tidak seimbang (Rahmaniar dkk, 2011). Dampak negatif tersebut dapat terjadi pada outcome kehamilan, yaitu bayi yang baru dilahirkan dapat mengalami intra uterine growth retardation (IUGR), kelahiran prematur atau bahkan keguguran, dan bayi lahir dengan berat badan yang rendah (BBLR) (Hidayanti dan Rahfiludin, 2020). Dampak pada ibu, yaitu anemia, perdarahan dan berat badan ibu tidak bertambah secara normal, kurang gizi juga dapat mempengaruhi proses persalinan dimana dapat mengakibatkan persalinan sulit dan lama serta perdarahan setelah

persalinan (Prabayukti, 2019). Situasi pandemi COVID-19 secara tidak langsung berdampak pada status gizi ibu hamil yang menyebabkan kejadian angka kematian ibu (AKI) dan angka kematian bayi (AKB) di Indonesia meningkat. AKI meningkat 2 sebanyak 300 kasus dari 2019 menjadi sekitar 4.400 kematian pada 2020 sedangkan AKB pada 2019 sekitar 26.000 kasus meningkat 40% menjadi 44.000 kasus pada 2020 (Pusat Kajian Anggaran Badan Keahlian DPR RI, 2021).

Upaya dini pencegahan AKI pada ibu hamil telah dilakukan oleh petugas kesehatan khususnya oleh bidan yaitu melalui kunjungan Antenatal Care (ANC). 3 Setiap ibu hamil mendapatkan pelayanan antenatal sesuai standar yang meliputi standar kuantitas dan standar kualitas. Standar kuantitas merupakan kunjungan ibu hamil minimal enam kali selama periode kehamilan (K6) dengan ketentuan dua kali pada trimester I, satu kali pada trimester II dan tiga kali pada trimester III. Standar kualitas merupakan pelayanan antenatal yang memenuhi 10 T, meliputi pelayanan asuhan antenatal 10 T yaitu menimbang berat badan dan ukur tinggi badan, pengukuran tekanan darah, mengukur lingkaran atas (LiLA), pengukuran tinggi puncak Rahim (fundus uteri), penentuan presentasi janin dan denyut jantung janin (DJJ), skrining status imunisasi tetanus dan memberikan imunisasi tetanus difteri (Td) bila diperlukan, pemberian TTD, tes laboratorium, tes kehamilan, hemoglobin darah, golongan darah, tes triple eliminasi (HIV, sifilis dan Hepatitis B) dan malaria daerah endemis, tata laksana atau penanganan kasus sesuai kewenangan dan temu wicara (konseling). Pelaksanaan pelayanan ANC terpadu (10 T) yang berpengaruh dalam perbaikan gizi yaitu timbang berat badan dan ukur tinggi badan, pengukuran lingkaran atas (LiLA), pengukuran tinggi puncak rahim (fundus uteri) dan pemberian tablet tambah darah (Kemenkes RI, 2014).

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakuakn penyuluhan dan pemeriksaan status gizi ibu hamil serta pemberian Tablet Fe.

METODE

Pemecahan masalah yang dilakukan adalah penyuluhan dengan cara melakukan ceramah dan sesi Tanya jawab, pemberian tablet Fe Kepada Ibu hamil. Media yang digunakan adalah peraga, leafleat, lembar balik an tablet Fe. Sebelum kegiatan dilaksanakan maka dilakukan persiapan seperti melakukan studi pustaka tentang berbagai media pembelajaran, menentukan waktu pelaksanaan dan lama kegiatan pengabdian masyarakat, melakukan persiapan alat dan bahan untuk penyuluhan, menentukan dan mempersiapkan materi yag akan disampaikan dalam kegiatan pengabdian masarakat. Pelaksanaan kegiatan berlangsung pada Bulan Oktober 2021 s.d Januari 2022 dengan dihadiri oleh beberapa ibu hamil, bidan puskesmas, kader dan Bapak Wali Nagari Desa Lembak Kecamatan Lembak Muara Enim dan Toko Masyarakat setempat. Kegiatan berupa menyampaikan materi dan demontsrasi serta pemberian tabet Fe. Sasaran pada kegiatan ini adalah semua ibu hamil baik Trimester I, II dan III.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini diawali dengan melakukan survey awala ke daerah setempat untuk mendata ibu hamil yang ada di wilayah setempat. Dan setelah melakukan pendataan dilakukan wawancara dengan bidan desa setempat untuk menanyakan kejadian Stunting pada ibu hamil dam ibu hamilnya mengkomsumsi tablet Fe atau tidaknya berapa disana. pada bulan Januari 2022 dilakukan penyuluhan tentang status gizi ibu hamil dan pemeberian tablet Fe.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dari pengabdian masyarakat tentang Penyuluhan dan Pemeriksaan Status Gizi dan Pemberian Tablet FE Pada Ibu Hamil dapat disimpulkan bahwa penyuluhan kesehatan dapat memberikan informasi dan pengetahuan baru kepada para ibu hamil, pengunjung puskesmas serta petugas. Penyuluhan kesehatan yang dilakukan pada para ibu hamil memberikan motivasi untuk memenuhi kebutuhan gizi dan zat besi selama hamil dengan mengkonsumsi makanan yang bisa memenuhi gizi pada msa kehamilan dan mengkonsumsi makanan dan vitamin yang tinggi zat besi yaitu tablet Fe. bagi petugas penyuluhan untuk lebih memberikan penyuluhan ketempat yang lain agar dapat membantu para ibu hamil dalam memenuhi kebutuhan gizi dan zat besi selama hamil.

SARAN

Diharapkan bagi para ibu agar dapat meningkatkan dan menerapkan apa yang telah diberikan oleh petugas kesehatan kedalam kehidupannya terus menjaga kesehatan bayi dan dirinya. Dan juga untuk

petugas kesehatan agar bisa lebih meningkatkan komunikasi serta informasi tentang kesehatan, khususnya tentang informasi status gizi ibu hamil dan pemanfaatan tablet Fe.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada instansi yang telah memberi dukungan secara financial terhadap pengabdian kepada masyarakat ini yaitu bidan setempat, Bapak Kepala Desa setempat dan tokoh masyarakat yang telah mendukung dan mensupport kegiatan pengabdian masyarakat tentang Penyuluhan, Pemeriksaan Status Gizi dan Pemberian Tablet FE Pada Ibu Hamil

DAFTAR PUSTAKA

- Hardinsyah dan Supariasa. (2016). Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: ECG
- Hidayanti, L., dan Rahfiludin, M. Z. (2020). Dampak Anemi Defisiensi Besi Pada Kehamilan: A Literature Review. *Gaster*, 18(1), 50–64.
- Pangemanan,D., Laoh, J., & Goni, A. (2013). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Dengan Status Gizi Selama Kehamilan di Puskesmas Bahu Kota Manado. *Ejurnal Keperawatan (E-Kp)*, 1(1).
- Pusat Kajian Anggaran Badan Keahlian DPR RI. (2021). DAK Fisik Bidang Kesehatan Dalam Mendukung Target Penurunan Angka Kematian Ibu dan Anak.
- Prabayukti, A. (2019). Hubungan Antara Kekurangan Energi Kronis dan Kejadian Berat Badan Lahir Rendah di Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2019. Politeknik Kesehatan Kemeterian Kesehatan Denpasar.
- Rahmaniar, A., Taslim, M., dan Bahar, B. (2011). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kekurangan Energi Kronis Pada Ibu Hamil di Tampa Padang, Kabupaten Mamuju, Sulawesi Barat (Skripsi).