

Penyuluhan Anemia pada Ibu Hamil di Klinik Abi Ummi Dw Sarmadi Palembang

Ratna Dewi¹, Erike Septap Prautami², Humaira³, Putri Anggraini⁴

¹STIKes Pondok Pesantren Assanadiyah, Palembang, Indonesia

^{2,3,4}STIKes Pondok Pesantren Assanadiyah, Palembang, Indonesia
ratnadewiandira@gmail.com

Abstrak : Anemia dalam kehamilan adalah suatu kondisi kadar hemoglobin dalam darah dibawah normal yaitu kadar hemoglobin < 11 g/dl. Anemia dalam kehamilan dapat menyebabkan kelelahan, badan lemas, nafsu makan berkurang, pandangan sering berkunang-kunang, pusing dan bibir pucat, hal ini disebabkan kurangnya zat gizi untuk pembentukan darah, seperti kekurangan zat besi, asam folat maupun vitamin B12. Anemia yang sering terjadi pada ibu hamil adalah anemia karena kekurangan zat besi (Fe). Anemia merupakan salah satu dari beberapa faktor penyebab kematian ibu. Pada wanita hamil, anemia meningkatkan frekuensi terjadinya komplikasi pada kehamilan, persalinan, resiko kematian maternal, prematuritas, BBLR, dan kematian perinatal. Anemia dapat juga menyebabkan terjadinya perdarahan antepartum dan post partum. Penyuluhan tentang anemia pada ibu hamil merupakan upaya meningkatkan pengetahuan ibu hamil untuk memenuhi kebutuhan gizi sehingga terhindar dari anemia dalam kehamilan. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat untuk memberikan pengetahuan tentang anemia dan cara pencegahan terjadinya anemia dalam kehamilan. Metode penyuluhan dengan ceramah dan tanya jawab pada ibu hamil. Kesimpulan ibu hamil memahami tentang cara pencegahan anemia dalam kehamilan. Disarankan kepada petugas kesehatan khususnya klinik dr.sunedi agar lebih sering memberikan pendidikan kesehatan tentang anemia pada ibu hamil di awal kehamilan dan melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin sehingga gejala anemia segera terdeteksi dan dapat dicegah.

Kata kunci: Anemia, ibu hamil

Abstract: *Anemia in pregnancy is a condition where the hemoglobin level in the blood is below normal, namely the hemoglobin level <11 g/dl. Anemia in pregnancy can cause fatigue, weakness, decreased appetite, frequent dizzy vision, dizziness and pale lips, this is caused by a lack of nutrients for blood formation, such as iron deficiency, folic acid and vitamin B12. Anemia that often occurs in pregnant women is anemia due to iron (Fe) deficiency. Anemia is one of several factors that cause maternal death. In pregnant women, anemia increases the frequency of complications in pregnancy, childbirth, the risk of maternal death, prematurity, low birth weight, and perinatal death. Anemia can also cause antepartum and post partum bleeding. Counseling about anemia in pregnant women is an effort to increase the knowledge of pregnant women to meet nutritional needs so as to avoid anemia in pregnancy. The purpose of community service activities is to provide knowledge about anemia and how to prevent anemia in pregnancy. Counseling methods with lectures and questions and answers to pregnant women. Conclusion pregnant women understand how to prevent anemia in pregnancy. It is suggested to health workers, especially the Dr. Sunedi clinic, to provide more frequent health education about anemia to pregnant women in early pregnancy and to check hemoglobin levels so that symptoms of anemia are detected immediately and can be prevented.*

Keywords: *Anemia, pregnant women*

Pendahuluan

Anemia pada ibu hamil adalah keadaan dimana seorang ibu hamil mengalami defisiensi zat besi dalam darahnya. WHO menetapkan kejadian anemia pada ibu hamil berkisar 20% sampai 89% dengan menentukan Hemoglobin 11 gr% sebagai dasarnya. Anemia dalam kehamilan adalah suatu kondisi kadar hemoglobin dalam darah dibawah normal yaitu kadar hemoglobin < 11 g/dl. Anemia dalam kehamilan dapat menyebabkan kelelahan, badan lemas, nafsu makan berkurang, pandangan sering berkunang-kunang, pusing dan bibir pucat, hal ini disebabkan kurangnya zat gizi untuk pembentukan darah, seperti kekurangan zat besi, asam folat maupun vitamin B12. Anemia yang sering terjadi pada ibu hamil adalah anemia karena kekurangan zat besi (Fe).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia sebesar 41,8% dan prevalensi anemia pada ibu hamil di ASIA diperkirakan sebesar 48,2%, di Afrika sebesar 57,1%, di Amerika sebesar 24,1%, dan di Eropa sebesar 25,1%. Berdasarkan data dinas kesehatan kota Palembang, ibu hamil yang mengalami anemia pada tahun 2016 sebanyak 722 kasus (2,2%) dari 32.122 ibu hamil dan pada tahun 2017 terjadi peningkatan ibu hamil yang mengalami anemia sebanyak 1.448 orang (4,9%) dari 29.610 ibu hamil.

Anemia merupakan salah satu dari beberapa faktor penyebab kematian ibu. Pada wanita hamil, anemia meningkatkan frekuensi terjadinya komplikasi pada kehamilan, persalinan, resiko kematian maternal, prematuritas, BBLR, dan kematian perinatal. Anemia dapat juga menyebabkan terjadinya perdarahan antepartum dan post partum. Anemia umumnya terjadi disebabkan oleh pola makan yang tidak seimbang. Hal ini disebabkan oleh rendahnya angka kesadaran gizi masyarakat khususnya ibu hamil. Salah satu langkah yang dapat ditempuh untuk mencegah terjadinya anemia yaitu dengan memperbaiki menu makanan yang akan dikonsumsi. Perhatikan pula gizi makanan dalam sarapan dan frekuensi makanan yang diatur terutama bagi ibu hamil, biasakan menambah substansi yang memudahkan penyerapan zat besi seperti vitamin C, air jeruk, daging ayam, dan ikan. Sebaliknya hindari substansi penghambat penyerapan zat besi seperti teh dan kopi.

Pada pelayanan standar kunjungan ANC tersebut, salah satu pelayanan untuk mendeteksi kadar hemoglobin (Hb) ibu hamil dengan skrining jumlah konsumsi tablet Fe dan dilakukan pemeriksaan laboratorium berupa pengecekan kadar Hb dengan menggunakan alat Hb sahli yang dilakukan minimal dua kali yaitu satu kali pada kehamilan trimester I dan satu kali pada kehamilan trimester ke III karena pada usia kehamilan di trimester tersebut terjadi peningkatan kebutuhan zat besi pada ibu hamil.

Metode

1. Sasaran

Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah ibu hamil di wilayah banten Palembang, berjumlah 22 orang. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan pada hari rabu, 20 Januari 2021, pukul 10.00 – 11.00 wib, di klinik Abi Ummi DW Sarmadi Palembang

2. Media

Media yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan yaitu laptop, CD dan proyektor, mikrofon,

3. Bahan

Bahan yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan yaitu power point dan leaflet materi

Prosedur pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dalam beberapa tahapan:

1. Penyuluhan

Metode ceramah dan diskusi dilakukan di awal kegiatan dengan tujuan memberikan pendidikan kesehatan tentang anemia dalam kehamilan pada ibu hamil (pengertian, macam-macam, penyebab, gejala, pencegahan dan pengobatan)

Metode ini sebagai komunikasi untuk membahas masalah yang biasa ditemukan pada ibu hamil yang dapat berdampak buruk terhadap kehamilannya.

2. Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan cara melakukan penilaian kemampuan pengetahuan ibu hamil dalam menjawab dan memberikan pendapat dengan cara memberikan pertanyaan sekitar materi anemia yang sudah disampaikan melalui penyuluhan, sebagai umpan balik proses penyuluhan.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang anemia dan cara melakukan pencegahan terjadinya anemia dalam kehamilan. Kegiatan penyuluhan berlangsung selama 60 menit, dan kegiatan terlaksana dengan baik dan lancar serta mendapat antusias yang baik dari peserta, maupun pihak klinik. Hal ini terlihat dari beberapa ibu hamil bertanya khususnya tentang upaya cara pencegahan terjadinya anemia dalam kehamilan. Kegiatannya adalah melakukan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan tentang anemia dalam kehamilan.

Penelitian yang dilakukan oleh Honnakamble, dkk (2019), menemukan bahwa penyebab anemia salah satunya pengetahuan, jika pengetahuan kurang tentang anemia maka bisa menghambat pencegahan dan pengobatan anemia. Anemia merupakan salah satu dari beberapa faktor penyebab kematian ibu. Pada wanita hamil, anemia meningkatkan frekuensi terjadinya komplikasi pada kehamilan, persalinan, resiko kematian maternal, prematuritas, BBLR, dan kematian perinatal, menyebabkan terjadinya perdarahan antepartum dan post partum.

Menurut prawiroharjo (2010), upaya yang dapat dilakukan dalam menanggulangi anemia akibat kekurangan zat besi adalah meningkatkan konsumsi makanan yang kaya zat besi terutama dari sumber hewani yang mudah diserap seperti hati, ikan, daging. Salah satu cara untuk mendeteksi anemia pada ibu hamil yaitu dengan melakukan kunjungan ANC (Antenatal Care), yaitu pemeriksaan kehamilan yang dilakukan paling sedikit 4 kali selama kehamilan yaitu satu kali pada trimester I, satu kali pada trimester II, dan dua kali pada trimester III.

Pada pelaksanaan penyuluhan lebih di fokuskan pada penyampaian informasi tentang pengertian, macam-macam, penyebab, gejala, pencegahan dan pengobatan, selain itu juga difokuskan pada pemenuhan kebutuhan gizi selama hamil. Pada akhir kegiatan dilakukan evaluasi dilakukan sesi tanya jawab untuk mengetahui sejauh mana pemahaman ibu hamil tentang anemia dalam kehamilan. Dan ibu hamil antusias menjawab dengan benar setiap pertanyaan yang diberikan.



Gambar 1. Penyampaian informasi anemia pada ibu hamil



Gambar 2. Sesi tanya jawab dengan peserta penyuluhan anemia

Kesimpulan

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh dosen stikes ponpes assanadiyah Palembang pada ibu hamil di klinik Abi Ummi DW Sarmadi Palembang, berjalan dengan baik dan lancar. Ibu hamil yang hadir sebagai peserta sangat antusias dalam mendengarkan penjelasan dari pemateri, membaca leaflet yang diberikan dan bertanya jika ada materi yang belum pahami. Kegiatan penyuluhan ini sangat bermanfaat bagi ibu hamil sehingga menambah pengetahuan tentang cara mencegah dan mengatasi anemia dalam kehamilan.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kami ucapkan kepada ketua stikes ponpes assanadiyah, pimpinan klinik Abi Ummi DW Sarmadi Palembang dan civitas stikes ponpes assanadiyah Palembang yang telah memberi izin dan memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sehingga bisa terlaksana dengan baik dan lancar.

Referensi

Astriana, Willy. 2017. *Kejadian anemia pada ibu hamil ditinjau dari paritas dan usia*. Jurnal ilmu kesehatan 2 (2) 2017.
Dinkes Kota Palembang. 2017. *Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Kota Palembang*. Palembang

- Erlina Yuni Natalia.2015. *Kelainan Darah*. Edisi Pertama. Jogyakarta : Nuh Medika.
- Hidayat, Alimul,A. 2014. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Edisi 2. Jakarta : Salemba Medika
- Kosim, Sholeh.M. 2009. *Buku Panduan Manajemen Masalah Berat Badan Bayi Lahir untuk Dokter, Bidan dan Perawat di Rumah Sakit*. IDAI, MNH-JPHIEGO-Depkes RI, Jakarta.
- Manuaba, IGB. 2007. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta : EGC
- Notoatmodjo. 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Prawiharjo, Sarwono.2011. Ilmu kebidanaan.Jakarta : Yayasan Bina Pustaka.
- Puspitasari. 2013.*Pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan ibu hamil trimester 1 tentang tablet fe*.Jurnal kebidanan universitas muhammadiyah Semarang
- Rukiyah, dkk. 2010.*Asuhan Neonatus Bayi dan Anak Balita*. Jakarta : Tim Info Media
- Sugiono. 2015. *Metodelogi Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta.