

## EDUKASI CEGAH ANEMIA PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS TAPA KABUPATEN BONE BOLANGO

Sri Yulian Hunowu<sup>1</sup>, Sartika<sup>2</sup>, Bergita Dumar<sup>3</sup>

<sup>\*1,2,3</sup> Sarjana Keperawatan, Universitas Negeri Gorontalo

<sup>\*</sup>Corresponding Author: sriyulian@ung.ac.id

### Article Info

#### Article History

Received: October 2024

Revised: November 2024

Published: November 2024

#### Keywords

Edukasi, Anemia, Ibu Hamil

### Abstrak

Anemia pada ibu hamil merupakan suatu kondisi ibu ketika jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari nilai normal atau kurang dari 12,0 gr%. Anemia pada ibu hamil ini dapat menyebabkan terjadinya abortus, hambatan tumbuh kembang janin, rentan terkena infeksi, ketuban pecah dini (KPD), kelahiran prematur, beresiko berat badan bayi rendah (BBLR) serta gangguan HIS. Tujuan pengabdian kesehatan yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pada ibu hamil terkait pencegahan anemia. Metode pengabdian yang dilakukan berupa pemberian penyuluhan kesehatan menggunakan *participatory action research* (PAR) dengan tema “cegah anemia pada ibu hamil”. Hasil pengabdian yang telah dilakukan dapat memberikan manfaat dan kesadaran pada ibu hamil untuk memperhatikan asupan gizi yang tinggi akan zat besi dan protein, istirahat yang cukup serta rutin mengonsumsi vitamin dan tablet tambah darah (TTD) pada ibu hamil.

## PENDAHULUAN

Kehamilan adalah masa kehidupan yang penting dimana pada masa ini ibu harus mempersiapkan diri sebaik-baiknya dalam menyambut kelahiran bayinya. Salah satu yang perlu diperhatikan yaitu asupan makanan yang ibu konsumsi. Ibu hamil membutuhkan kalori dan tambahan kalori dan protein dalam membantu proses perkembangan janin, apa yang ibu makan dapat mempengaruhi kondisi bayi. Status gizi pada masa kehamilan dapat mempengaruhi status gizi janin. Ketika ibu memiliki status gizi yang baik dapat melahirkan bayi yang sehat jasmaniah, berat badan cukup (Elisa Safitri dan Rahmika, 2022). Namun hal ini berbeda, apabila asupan gizi ibu tidak cukup, dapat menyebabkan terjadinya anemia pada ibu hamil.

Anemia pada ibu hamil merupakan masalah global yang dapat mencerminkan kesejahteraan ekonomi masyarakat yang dapat mempengaruhi kualitas sumber daya manusia. Data *World Health Organization* menunjukkan prevalensi anemia pada ibu hamil di dunia sebesar 35%-38,2% (WHO, 2022). Anemia pada ibu hamil, merupakan kejadian ibu hamil yang mengalami defisiensi zat besi dalam darah atau kadar hemoglobin ibu di bawah dari normal yaitu <10 g/dl. Di Indonesia prevalensi anemia pada ibu hamil masih cukup tinggi mencapai 48,9 % dan menjadi masalah kesehatan yang sering terjadi pada ibu hamil (Riskesdas, 2018). Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil berada di kelompok usia 15-24 tahun (Swarjana, 2015).

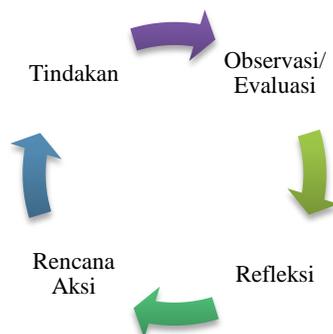
Anemia pada ibu hamil dapat memberikan dampak yang buruk bagi ibu maupun janin. Pada ibu hamil yang mengalami anemia yaitu proses persalinan membutuhkan waktu yang lama, beresiko perdarahan dan syok akibat kontraksi. Sedangkan dampak pada janin yaitu kelahiran prematur, berat

badan bayi lahir rendah (BBLR), kecatatan bahkan kematian (Kemenkes RI, 2018). Selain itu anemia pada ibu hamil dapat mengakibatkan terjadinya abortus, hambatan tumbuh kembang janin, terjadinya persalinan pre maturitas, perdarahan antepartum serta ketuban pecah dini (KPD). Saat terjadi KPD dapat terjadi gangguan His, proses kala pertama berlangsung lama, menimbulkan pendarahan postpartum dan beresiko terjadinya infeksi puerperium serta kuantitas ASI menurun (Amalia, 2021).

Data Dinas Kesehatan Kabupaten Bone Bolango pada tahun ketahun mengalami peningkatan. Pada tahun 2019 prevalensi ibu hamil sebanyak 1,5%, tahun 2020 menjadi 1,9%, tahun 2021 menjadi 3,8%. Data kejadian ibu hamil yang mengalami anemia di wilayah kerja Puskesmas Tapa didapatkan pada tahun 2020 sebanyak 0,7% dan pada tahun 2021 meningkat menjadi 15,8%. Berdasarkan uraian tersebut perlu adanya penyuluhan kesehatan sebagai bentuk tindakan preventif cegah anemia pada ibu hamil.

## METODE

Pelaksanaan penyuluhan kesehatan di Puskesmas Tapa, Kabupaten Bone Bolango dengan partisipan para Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas. Metode pelaksanaan penyuluhan kesehatan menggunakan metode *participatory action research* (PAR). Tahapan metode PAR terdiri dari observasi, refleksi, rencana aksi dan tindakan atau pelaksanaan program (Safei *et al.*, 2020).



Gambar 1. Metode PAR

Adapun rincian pelaksanaan metode PAR dalam Penyuluhan Kesehatan sebagai berikut;

1. Observasi  
Proses observasi dilakukan dengan mengidentifikasi masalah serta meninjau secara langsung situasi dan masalah kesehatan terbanyak yang dialami oleh ibu hamil.
2. Refleksi  
Dari hasil observasi didapatkan bahwa masalah terbanyak ibu hamil yaitu anemia. Selanjutnya memilih rencana aksi yang cocok dalam masalah kesehatan yang dialami oleh ibu hamil terkait dengan anemia pada ibu hamil
3. Rencana Aksi  
Merencanakan rencana yang akan dilakukan di puskesmas dalam hal ini penyuluhan kesehatan dengan tema “Cegah anemia pada ibu hamil” membuat SAP, *Leaflet*, dan *Standing banner*.
4. Tindakan

Mengimplementasikan rencana yang disusun dalam proses pengabdian masyarakat. Media yang digunakan berupa leaflet, Standing banner serta metode diskusi dan tanya jawab.

#### 5. Evaluasi

Penyuluhan kesehatan dengan tema Cegah Anemia pada ibu hamil telah dilaksanakan dengan jumlah peserta 23 orang ibu hamil, dan 5 orang bidan yang ikut serta dalam proses penyuluhan.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat yang dilakukan berupa penyuluhan kesehatan dengan tema “cegah anemia pada ibu hamil”. Diharapkan dengan adanya penyuluhan kesehatan yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil terkait materi anemia pada ibu hamil. Anemia pada ibu hamil dapat mempengaruhi tingkat morbiditas dan mortalitas terhadap ibu dan janin. anemia yang sering terjadi pada ibu hamil adalah defisiensi zat besi. Anemia ini dapat meningkatkan resiko terjadinya perdarahan antepartum dan postpartum, kebutuhan transfusi darah meningkat, infeksi pasca persalinan, preeklamsia, *intra-uterine fetal death* (IUFD), serta beresiko berat bayi lahir rendah (BBLR) (Wibowo dkk., 2021).

Kebutuhan zat besi pada ibu hamil dalam proses kehamilan meningkat sekitar 800-1000 mg. adanya peningkatan sel darah merah yang membutuhkan 300-400 mg zat besi dan puncak tertinggi pada usia kehamilan 32 minggu-34 minggu, dimana janin membutuhkan zat besi sekitar 100-200 mg dan sekitar 190 mg terbuang selama melahirkan. Apabila asupan zat besi ibu berkurang atau pernah memiliki riwayat anemi dapat meningkatkan resiko lebih tinggi kekurangan zat besi (Riswan, 2019).



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan Kesehatan di Puskesmas Tapa, Kabupaten Bone Bolango

Hasil evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “cegah anemia pada ibu hamil” berjalan dengan lancar. Para peserta ibu hamil menerima materi dengan baik, aktif berdiskusi saat penyuluhan, dan mampu mengulang kembali materi yang disampaikan terkait anemia pada ibu hamil. Para peserta ibu hamil menyadari pentingnya memperhatikan konsumsi makanan tinggi akan zat besi dan protein, beristirahat yang cukup serta rutin dalam mengkonsumsi vitamin dan tablet tambah darah yang diberikan saat melakukan pemeriksaan posyandu di puskesmas.

### KESIMPULAN

Ibu hamil merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia. Untuk itu dibutuhkan intervensi khusus dalam mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil. Pengetahuan mengambil peranan penting untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran ibu hamil untuk mencegah terjadinya anemia. Edukasi penyuluhan kesehatan dengan tema “Cegah Anemia pada Ibu Hamil” yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Tapa, Kabupaten Bone Bolango, Gorontalo dapat memberikan dampak yang positif bagi ibu hamil dan sekaligus mendukung salah satu program kesehatan pada puskesmas.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada pihak Puskesmas yang telah mendukung dan memfasilitasi kegiatan kamisehingga penyuluhan kesehatan dapat diselenggarakan dan berjalan dengan baik.

### DAFTAR PUSTAKA

Amalia, K. (2021) Faktor - Faktor Yang Berkaitan dengan Kejadian Anemia Defisiensi Besi Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Lasi, UIN Sumatera Utara.

Elisa Safitri, M. and Rahmika, P. (2022) ‘Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Ibu Hamil’, *Journal Healthy Purpose*, 1(2), pp. 58–67. Available at: <https://doi.org/10.56854/jhp.v1i2.127>.

Kemendes RI (2018) profil kesehatan indonesia 2018. Edited by M.K. drg. Rudy Kurniawan et al. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Riskesdas Kementerian Kesehatan RI (2018) ‘Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf’, Lembaga Penerbit Balitbangkes [Preprint].

Riswan, E. 2019, Strategi Dalam Penanggulangan Pencegahan Anemia pada Kehamilan, *Jurnal Ilmiah Widya*, 3: 3-7.

Safei, A. A., Ono, A., & Nurhayati, E. (2020). Pengembangan Masyarakat Perspektif Islam dan Barat.

Swarjana IK. 2015. Metodologi Penelitian Kesehatan (Edisi Revisi). II. Bendatu M, editor. Yogyakarta: ANDI; 2015. viii + 216 hlm.

WHO. (2022). Anaemia in women and children. World Health Organization.

Wibowo, N., Irwinda, R., & Hiskas, R. (2021). *Anemia defisiensi besi pada kehamilan* (1ed.). UI Publishing.