

PEMBERDAYAAN IBU HAMIL UNTUK MENCEGAH ANEMIA DENGAN PENINGKATAN PENGETAHUAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIALANG BUAH

Edy Marjuang Purba¹, Eva Ratna Dewi², Nur Azizah³, Marliani⁴
^{1,2,3,4}STIKes Mitra Husada Medan, Indonesia

(edymarjuangp@gmail.com, evaratna.dewi87@gmail.com, azizahlubis243@gmail.com,
marlianidady@gmail.com)

ABSTRAK

Prevalensi anemia di Puskesmas Sialang Buah tahun 2019 cukup tinggi >35%. Determinan yang dianggap paling penting adalah pengetahuan. Dilakukan pengabdian kepada masyarakat dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu hamil tentang anemia dan pencegahannya sehingga memiliki kemandirian terpadu dalam mengatasi dan mencegah anemia. Kegiatan dilaksanakan di Puskesmas Sialang Buah Kabupaten Serdang Bedagai. Pelaksanaan kegiatan berdasarkan hasil kerjasama dari pihak Dinas Kesehatan Kabupaten Serdang Bedagai, Puskesmas Sialang Buah dan STIKes Mitra Husada Medan. Berdasarkan Hasil pretest lebih banyak ibu yang memiliki pengetahuan kurang yaitu sebanyak 25 orang (73,5%). Hasil post test Setelah dilakukan penyuluhan diketahui jumlah ibu yang berpengetahuan baik meningkat menjadi 24 orang (70,6%). Kegiatan ini berjalan lancar dan disambut positif oleh masyarakat. Pengetahuan ibu hami tentang anemia dan pencegahannya mengalami peningkatan setelah dilakukan kegiatan penyuluhan dan pemberdayaan ibu hamil Disarankan kepada pihak puskesmas, untuk lebih rutin melakukan penyuluhan kesehatan khususnya pencegahan anemia.

Kata Kunci: Anemia, pemberdayaan, penyuluhan, pengetahuan

PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) atau *Maternal Mortality Ratio* (MMR) menjadi salah satu indikator penting dari derajat kesehatan masyarakat dan merupakan suatu indikator yang peka dalam menggambarkan kesejahteraan masyarakat di suatu negara. Kematian ibu menurut definisi *World Health Organization* (WHO) adalah kematian selama kehamilan atau dalam periode 42 hari setelah berakhirnya kehamilan, akibat semua sebab yang terkait dengan atau diperberatnya oleh kehamilan atau penanganannya, tetapi bukanlah disebabkan oleh kecelakaan atau cedera (WHO, 2016).

Angka kematian ibu merupakan salah satu target dalam tujuan pembangunan millenium *MDGs 5* yakni menurunkan angka kematian maternal sebesar $\frac{3}{4}$ dari angka kematian maternal

pada tahun 1999, sebanyak 450 per 100.000 menjadi 102 per 100.000 Kelahiran Hidup pada tahun 2015. Penurunan angka kematian ibu per 100.000 kelahiran bayi hidup masih terlalu lamban untuk mencapai target Tujuan Pembangunan Millenium (Kemenkes, 2016).

Data angka kematian ibu di Indonesia dari tahun ke tahun selalu terdapat kasus kematian ibu baik disebabkan oleh kehamilan ataupun persalinan. Berdasarkan data SDKI tahun 2017, selama periode tahun 1991-2017 angka kematian ibu mengalami penurunan dari 390 menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup. AKI di Indonesia menurut Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup, meningkat dibandingkan hasil SDKI tahun 2007 sebesar 228 per 100.000 kelahiran hidup. Sedangkan AKI di

Sumatera Utara tahun 2015 berdasarkan laporan dari kabupaten/kota sebesar 116,34/100.000 kelahiran hidup, mengalami peningkatan bila dibandingkan dengan AKI pada tahun 2014 sebesar 116,01/100.000 kelahiran hidup (Kemenkes, 2016).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, angka kematian ibu terkait dengan kehamilan, persalinan, dan nifas sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup. Data *World Health Organization* (WHO) 2016, penyebab kematian ibu pada tahun 2018 diantaranya 30,3% disebabkan oleh perdarahan, 27,1% karena hipertensi pada saat kehamilan, 7,3% karena infeksi, 0,0% partus lama, 0,0% abortus, dan penyumbang angka yang cukup besar yaitu sekitar 40,8% penyebab lain-lain. Yang dimaksud dengan penyebab lain-lain adalah penyebab kematian ibu secara tidak langsung, seperti penyakit kanker, ginjal, jantung, tuberkulosis, atau penyakit lain yang diderita ibu. Berdasarkan data tersebut, perdarahan merupakan penyebab langsung kematian ibu. Perdarahan dapat disebabkan oleh adanya anemia saat kehamilan. Anemia saat kehamilan merupakan penyebab secara tidak langsung kematian ibu (Riskesdas, 2018).

Anemia adalah suatu keadaan ditemukannya kadar Hemoglobin (Hb) di bawah normal sehingga tidak dapat memenuhi kebutuhan fisiologis yang dibutuhkan oleh tubuh. Anemia didefinisikan sebagai kadar Hematokrit (Ht), konsentrasi Hemoglobin (Hb), atau hitung jenis eritrosit di bawah normal (Prawirohardjo, 2015). Zat besi memiliki peran vital terhadap pertumbuhan janin. Selama hamil, asupan zat besi harus ditambah mengingat selama kehamilan, volume darah pada tubuh ibu meningkat. Sehingga, untuk dapat tetap memenuhi kebutuhan ibu dan menyuplai makanan serta oksigen pada janin melalui plasenta, dibutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak (Masrizal, 2017). Asupan zat besi yang diberikan pada ibu hamil kepada janinnya melalui plasenta akan digunakan janin untuk tumbuh kembangnya, termasuk untuk

perkembangan otaknya, sekaligus menyimpannya dalam hati sebagai cadangan hingga bayi berusia 6 bulan (Kemenkes RI, 2018).

Zat besi merupakan mineral yang di butuhkan tubuh selama kehamilan. Zat besi merupakan mineral yang dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah (hemoglobin). Selain digunakan untuk membentuk pembentukan sel darah merah, zat besi juga berperan sebagai salah satu komponen dalam membentuk mioglobin (protein yang terdapat dalam tulang, tulang rawan, atau jaringan penyambung), serta enzim (Kemenkes RI, 2017).

Zat besi memiliki peran vital terhadap pertumbuhan janin. Selama hamil, asupan zat besi harus ditambah mengingat selama kehamilan, volume darah pada tubuh ibu meningkat. Sehingga, untuk dapat tetap memenuhi kebutuhan ibu dan menyuplai makanan serta oksigen pada janin melalui plasenta, dibutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Asupan zat besi yang diberikan pada ibu hamil kepada janinnya melalui plasenta akan digunakan janin untuk tumbuh kembangnya, termasuk untuk perkembangan otaknya, sekaligus menyimpannya dalam hati sebagai cadangan hingga bayi berusia 6 bulan (Amin, 2016).

Selain itu, zat besi juga membantu dalam mempercepat proses penyembuhan luka khususnya luka yang timbul dalam proses persalinan. Kekurangan zat besi sejak sebelum kehamilan bila tidak diatasi dapat mengakibatkan ibu hamil menderita anemia (Rochjati, 2015). Anemia merupakan salah satu resiko kematian ibu, kejadian bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), infeksi terhadap janin dan ibu, keguguran, dan kelahiran prematur (Amiruddin, 2017).

Masalah kesehatan yang diambil dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah Prevalensi anemia di Puskesmas Sialang Buah tahun 2019 cukup tinggi >35%. Dari hasil penelitian yang dilakukan tahun 2019 diketahui beberapa determinan yang menjadi penyebab

tingginya angka kejadian anemia adalah Pengetahuan, kehamilan remaja, pendidikan, status ekonomi, rendahnya kunjungan antenatal dan kurangnya kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet Fe. **Determinan yang dianggap paling penting adalah pengetahuan karena lebih dari 50% ibu hamil memiliki pengetahuan kurang tentang anemia dan pencegahannya.** Berdasarkan latar belakang di atas maka perlu dilakukan pengabdian kepada masyarakat yang berjudul Pemberdayaan Ibu Hamil untuk Mencegah Anemia dengan Peningkatan Pengetahuan di Wilayah Kerja Puskesmas Sialang Buah dengan **Tujuan** untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu hamil tentang anemia dan pencegahannya sehingga memiliki kemandirian terpadu dalam mengatasi dan mencegah anemia.

METODE

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 6-7 Maret 2020 di Puskesmas Sialang Buah Kabupaten Serdang Bedagai. Pelaksanaan kegiatan berdasarkan hasil kerjasama dari pihak Dinas Kesehatan Kabupaten Serdang Bedagai, Puskesmas Sialang Buah dan STIKes Mitra Husada Medan. Kegiatan awal yang dilakukan dari adanya koordinasi dengan Kepala Puskesmas Sialang Buah beserta perangkat dan kader setempat tentang pelaksanaan pemberdayaan ibu hamil, dimana masih banyak masyarakat yang tidak tahu tentang anemia dan pencegahannya. Berkaitan dengan hal tersebut pelaksana berdiskusi dengan pihak insitusi

STIKes Mitra Husada Medan dan mendapat persetujuan untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berjudul Pemberdayaan Ibu Hamil untuk Mencegah Anemia dengan Peningkatan Pengetahuan di Wilayah Kerja Puskesmas Sialang Buah.

Luaran dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Meningkatnya pengetahuan dan pemahaman ibu hamil tentang anemia sehingga mereka dapat mencegahnya dengan berbagai cara yaitu makan makanan yang sehat, memeriksa kehamilan secara berkala, olahraga dan mengonsumsi Tablet Fe yang cukup.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan proses administratif berupa persiapan surat menyurat, biaya kegiatan dan penyusunan kepanitiaan maka pada tanggal 6-7 Maret 2020 dilaksanakan kegiatan Pemberdayaan Ibu Hamil untuk Mencegah Anemia dengan Peningkatan Pengetahuan di Wilayah Kerja Puskesmas Sialang Buah. Kegiatan berjalan dengan lancar dan aman, dan para ibu hamil yang mengikuti terlihat cukup antusias, hal ini dapat dilihat dari banyaknya peserta yang hadir dan selalu memberi pertanyaan terkait dengan anemia dan pencegahannya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berlangsung dengan lancar dikarenakan dukungan dari banyak pihak. Diantaranya para panitia, petugas puskesmas, kader, dan masyarakat setempat yang saling bekerja sama untuk melaksanakan kegiatan ini.



Gambar 1. Dokumentasi Sebelum Dilakukan kegiatan Pemberdayaan

Kegiatan Pemberdayaan Ibu Hamil untuk Mencegah Anemia dengan Peningkatan Pengetahuan di Wilayah Kerja Puskesmas Sialang Buah dihadiri oleh 34 ibu hamil yang berasal dari beberapa desa yaitu Desa Pematang Kuala, Desa Bogak Desa Pematang Guntung, dan Desa Makmur, Desa Sialang

Buah, Desa Pasar Baru, Desa Liberia, dan Desa Mata Pao. Informasi kegiatan pengaduan kepada masyarakat ini telah diinformasikan sebelumnya kepada bidan koordinator dan bidan setiap desa, kemudian informasi tersebut dilanjutkan kepada ibu hamil.



Gambar2. Dokumentasi Setelah Dilakukan kegiatan Pemberdayaan

Karakteristik peserta Kegiatan Pemberdayaan Ibu Hamil untuk Mencegah Anemia dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

Tabel 1. Distribusi Ibu Hamil Peserta Kegiatan di Puskesmas Sialang Buah

No	Karakteristik Ibu Hamil	f	%
1	Usia		
	<20 tahun	5	14,7
	20-35 tahun	19	55,9
	>35 tahun	10	29,4
2	Pendidikan		
	SD	4	11,8
	SMP	11	32,4
	SMA	14	41,2
	PT	5	14,6
3	Pekerjaan		
	PNS	3	8,8
	Wiraswasta	7	20,6
	Pegawai Swasta	4	11,8
	Petani	9	26,5
	IRT	11	32,3
4	Usia Kehamilan		
	Trimester 1	9	26,5
	Trimester 2	14	41,1
	Trimester 3	11	31,4
	Total	34	100%

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa ibu hamil yang mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini paling banyak yang berusia 20-35 tahun yaitu 19 orang (55,9%), Paling banyak memiliki pendidikan pada tingkat SMA yaitu 14 orang (41,2%), paling banyak bekerja sebagai ibu rumah tangga yaitu 11 orang (32,3%) paling banyak ibu dengan kehamilan trimester 2 yaitu 14 orang

(41,1%).

Sebelum dilakukan kegiatan pemberdayaan dengan kegiatan penyuluhan tentang anemia dilakukan pretest dengan jumlah pertanyaan sebanyak 20 soal kepada ibu hamil untuk mengukur pengetahuan dan pemahaman mereka tentang anemia dan pencegahannya. Hasil Pretest pengetahuan ibu hamil tentang anemia dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Pre Test Ibu Hamil

Pengetahuan	f	%
Baik	2	5,9
Sedang	7	20,6
Kurang	25	73,5
Total	34	100%

Berdasarkan hasil pretest di atas dapat dilihat bahwa paling banyak ibu yang memiliki pengetahuan kurang tentang anemia dan pencegahannya yaitu sebanyak 25 orang (73,5%). Dengan kondisi ini maka dilakukan Kegiatan

Pemberdayaan Ibu Hamil dengan penyuluhan dan memberikan materi tentang definisi anemia, klasifikasi anemia, patofisiologi anemia pada kehamilan, tanda dan gejala anemia, dampak anemia pada ibu hamil dan janin,

kebutuhan zat gizi pada saat hamil, faktor risiko anemia dan cara pencegahan anemia. Setelah dilakukan penyuluhan, maka tingkat pengetahuan responden

diukur kembali dengan melakukan post test. Hasil post test tersebut dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 2. Hasil Post Test Ibu Hamil

Pengetahuan	f	%
Baik	24	70,6
Sedang	9	26,5
Kurang	1	2,9
Total	34	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat **Dampak dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan** adalah setelah dilakukan penyuluhan maka pengetahuan responden meningkat dimana jumlah ibu yang berpengetahuan baik menjadi 24 orang (70,6%) dari yang sebelumnya hanya 2 orang (5,9%). Demikian juga ibu yang berpengetahuan sedang meningkat menjadi 9 orang (26,5%) dari yang sebelumnya 7 orang (20,6%). Jumlah ibu yang berpengetahuan kurang setelah dilakukan penyuluhan hanya 1 orang (2,9%).

Pengetahuan menjadi suatu hal yang penting dan menjadi faktor awal dalam memberdayakan masyarakat termasuk dalam pencegahan ibu hamil. Semakin kurang pengetahuan seseorang, maka semakin meningkat risiko ibu hamil untuk mengalami anemia (Darlina, 2016). Namun semakin baik pengetahuan seseorang maka peluang untuk menghindari risiko semakin tinggi. Perubahan praktik yang disebut juga perubahan terbuka akibat suatu stimulus tertentu, didahului oleh perubahan tertutup yaitu perubahan pengetahuan, kemudian perubahan sikap, baru perubahan praktik. Hal ini juga berlaku pada praktik atau perilaku terhadap pencegahan anemia pada saat kehamilan sampai dengan bersalin (Tarwoto, 2017).

Pengetahuan salah satu indikator seseorang dalam melakukan tindakan. Jika seseorang didasari dengan pengetahuan yang baik terhadap kesehatan maka orang tersebut akan memahami pentingnya menjaga kesehatan dan motivasi untuk diaplikasikan dalam kehidupannya. Pengetahuan merupakan factor penting yang mempengaruhi motivasi ibu hamil untuk melakukan kunjungan ANC. Bagi ibu dengan pengetahuan yang tinggi mengenai kesehatan kehamilan menganggap kunjungan ANC bukan sekedar untuk memenuhi kewajiban, melainkan menjadi sebuah kebutuhan untuk kehamilannya (Budiman, 2016).

KESIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan kegiatan Pemberdayaan Ibu Hamil untuk Mencegah Anemia dengan Peningkatan Pengetahuan dan Kemandirian Terpadu di Wilayah Kerja Puskesmas Sialang Buah Tahun 2020 tanggal 6-7 Maret tahun 2020 dinilai bermanfaat karena dapat meningkatkan status kesehatan ibu hamil melalui peningkatan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil dalam mencegah anemia dan mengatasinya. Kegiatan ini berjalan lancar dan disambut positif oleh masyarakat. Pengetahuan ibu hamil tentang anemia dan pencegahannya mengalami peningkatan setelah dilakukan kegiatan penyuluhan dan pemberdayaan ibu hamil

Pihak Puskesmas juga terlibat dalam kegiatan ini khususnya untuk memfollow up kegiatan ini. Disarankan kepada pihak puskesmas, untuk lebih rutin melakukan penyuluhan kesehatan khususnya pencegahan anemia, kesehatan ibu hamil secara umum dan mendorong masyarakat untuk melakukan pemeriksaan antenatal secara teratur dan mengkonsumsi makanan bergizi sehingga risiko mengalami anemia rendah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan Terimakasih kami ucapkan kepada Dinas Kesehatan Kabupaten Serdang Bedagai dan Puskesmas Sialang Buah yang telah memberikan dukungan baik berupa ide dan tenaga sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat berjalan lancar. Kami juga mengucapkan terimakasih kepada Ketua STIKes Mitra Husada Medan yang telah memberikan dukungan dalam kegiatan ini baik berupa waktu, ide, saran, dana dan tenaga sehingga kegiatan ini dapat dilakukan dengan baik. Semoga kegiatan ini memberikan manfaat khususnya dalam meningkatkan status kesehatan masyarakat.

REFERENSI

Amin, Z. and Bahar, A. (2016). Ilmu Penyakit Dalam jilid III. Jakarta: Fakultas Kedokteran UI.

Amiruddin. (2017). Studi kasus kontrol anemia ibu hamil. Jurnal Prima Kebinaan Bolume 3, No. 2 Maret 2017. Jakarta

Budiman, Riyanto A. (2016). Kapita selekta kuesioner pengetahuan dan sikap dalam penelitian kesehatan. Jakarta: Salemba Medika.

Darlina, H. (2016). Faktor resiko anemia pada ibu hamil di Kota Bogor. Media Gizi dan Keluarga vol. 2 no.1. Bandung

Risikesdas. (2018). Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kemenkes RI. (2018). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018. Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Jakarta

Kemenkes RI. (2017). Panduan Praktik Klinis bagi Dokter di Fasilitas Kesehatan Primer 2017. Available at: <http://puskesmastegalselatan.org/uploadedfiles/diagnosis145.pdf> (Accessed: April 20, 2020).

Kemenkes RI. (2016). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2016. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Masrizal. (2017). Anemia Defisiensi Besi. Available at: <http://jurnal.fkm.unand.ac.id/index.php/jkma/article/view/23/22>.

Prawirohardjo, S. (2015). Ilmu Kebidanan. Jakarta: PT Bina Pusta Sarwana Prawirohardjo.

Rochjati, H. P. (2015). Strategi Pendekatan Risiko untuk Ibu Hamil oleh Ibu-ibu PKK dengan menggunakan Skor Perkiraan di Kabupaten Sidoarjo (Skripsi). Fakultas Pertanian. Universitas Airlangga. Surabaya.

Tarwoto,. Wasnidar. (2017). Buku Saku : Anemia pada ibu hamil konsep dan penatalaksanaan. Jakarta: Penerbit Buku Trans Info Media.

World Health Organization. (2016). World Health Statistics 2016 Monitoring Health for the SDGs. WHO Library Cataloguing-in-Publicing Data.