

PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL TRIMESTER III MELALUI MEDIA CETAK (BOOKLET) DI DESA KALISAPU KECAMATAN SLAWI KABUPATEN TEGAL

Tri Agustina Hadiningsih¹, Ika Esti Anggraeni²

^{1), 2)} Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bhamada Slawi

¹aleldrew@gmail.com, ²ika.esti@gmail.com

ABSTRACT

Anemia is a medical condition in which the number of red blood cells (hemoglobin) is less than normal. Normal hemoglobin levels for men are 13.5 grams/dl and for women are 12.0 grams/dl. In women of productive age, Hb levels <12.0 g/dl are said to be anemia, while in pregnant women it is said to be anemia if Hb <11.0 g/dl. Physiological Anemia in pregnancy is the occurrence of hemodilution as a process of increasing plasma fluid levels during pregnancy so that the blood becomes thinner. The most common pregnancy anemia is iron deficiency anemia. The strategy for reducing MMR requires an integrated approach, including empowering women and families in terms of increasing access to education for women; developing women's resources, increasing family and community involvement, increasing opportunities and roles for women in the world of work, cross-sector partnerships, cross-institutions, and strengthening traditions that support the safety of pregnant women. The purpose of the community service activity is to increase mothers' knowledge about preventing anemia in pregnant women in the third trimester. Community service was carried out on August 3, 2024 in Kalisapu Village, Slawi District, Kab. Tegal as many as 35 pregnant women in the third trimester with the method of providing health education. The results of the service are that pregnant women are very enthusiastic and respond positively to information on preventing anemia in pregnancy with the help of booklets.

Keywords: *anemia in pregnancy, prevention of anemia*

ABSTRAK

Anemia adalah suatu kondisi medis dimana jumlah sel darah merah (hemoglobin) kurang dari normal. Kadar hemoglobin normal untuk pria sebesar 13,5 gram/dl dan pada wanita yaitu 12,0 gram/dl. Pada wanita usia produktif, kadar Hb<12,0 g/dl dikatakan anemia, sedangkan pada ibu hamil dikatakan anemia bila Hb<11,0 g/dl. Fisiologis Anemia dalam kehamilan yaitu terjadinya hemodilusi sebagai proses peningkatan kadar cairan plasma selama kehamilan sehingga darah mengalami pengenceran. Anemia kehamilan yang paling sering dijumpai adalah anemia gizi besi. Strategi penurunan AKI memerlukan pendekatan terintegrasi antara lain pemberdayaan perempuan dan keluarga dalam hal peningkatan akses pendidikan bagi perempuan; mengembangkan sumberdaya perempuan, peningkatan keterlibatan keluarga dan masyarakat, peningkatan kesempatan dan peran perempuan di dunia kerja, kemitraan lintas sektor, lintas lembaga, dan penguatan tradisi yang mendukung keselamatan ibu hamil. Tujuan dari kegiatan pengabdian adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pencegahan anemia pada ibu hamil trimester III. Pengabdian masyarakat dilakukan pada tanggal 3 Agustus 2024 di Desa Kalisapu Kec. Slawi Kab. Tegal sebanyak 35 ibu hamil trimester III dengan metode pemberian pendidikan kesehatan. Hasil dari pengabdian adalah ibu hamil sangat

antusias dan respon positif terkait informasi pencegahan anemia pada kehamilan dengan alat bantu *booklet*.

Kata kunci: *anemia kehamilan, pencegahan anemia*

I. PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) merupakan salah satu indikator yang dapat menggambarkan kesejahteraan masyarakat di suatu negara. Jumlah kematian ibu yang dihimpun dari pencatatan program kesehatan keluarga di Kementerian Kesehatan meningkat setiap tahun. Pada tahun 2021 menunjukkan 7.389 kematian di Indonesia. Jumlah ini menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun 2020 sebesar 4.627 kematian. Berdasarkan penyebab, sebagian besar kematian ibu pada tahun 2021 terkait COVID-19 sebanyak 2.982 kasus, perdarahan sebanyak 1.330 kasus, dan hipertensi dalam kehamilan sebanyak 1.077 kasus (Kementrian Kesehatan RI, 2022)

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Tegal, AKI Kabupaten Tegal pada tahun 2023 yaitu 77,6/100.000 Kelahiran Hidup dengan jumlah kematian 15 kasus. Kasus kematian ibu di Puskesmas Slawi sejak Januari – Mei 2024 terdapat 2 kasus yang disebabkan oleh pre eklamsi sebanyak 1 kasus dan perdarahan sebanyak 1 kasus. Salah satu penyebab kematian ibu di puskesmas Slawi adalah perdarahan. Hal ini dapat dikarenakan anemia dalam kehamilan. Perdarahan merupakan penyebab kematian ibu bersalin. (Prawirohardjo, 2016)

Anemia adalah suatu kondisi medis dimana jumlah sel darah merah (hemoglobin) kurang dari normal. Kadar hemoglobin normal untuk pria sebesar 13,5 gram/dl dan pada wanita yaitu 12,0 gram/dl. Pada wanita usia produktif, kadar Hb < 12,0 g/dl dikatakan anemia, sedangkan pada ibu hamil dikatakan anemia bila Hb < 11,0 g/dl. Fisiologis Anemia dalam kehamilan disebabkan terjadinya hemodilusi sebagai proses peningkatan kadar cairan plasma selama kehamilan sehingga darah mengalami pengenceran. Anemia kehamilan yang paling sering dijumpai adalah anemia kekurangan zat besi (Putri, 2020).

Anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur, kematian ibu dan anak, serta penyakit infeksi. Anemia defisiensi besi pada ibu dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin/bayi saat kehamilan maupun

setelahnya. Hasil Riskesdas 2018 menyatakan bahwa di Indonesia sebesar 48,9% ibu hamil mengalami anemia. Sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun.

Berdasarkan studi pendahuluan di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi ada sejumlah 42 ibu hamil dan hasil pemeriksaan Hemoglobin (Hb) oleh tenaga kesehatan yang dilakukan secara rutin ada 5 ibu hamil yang menderita anemia dengan Hb < 11 gr/dl dan salah satu penyebabnya adalah tidak rutinnya dalam mengkonsumsi tablet tambah darah.

Faktor penyebab terjadinya anemia pada ibu hamil terkait dengan asupan makanan yang tidak memadai dan sekitar 95% kasus anemia selama kehamilan disebabkan karena kekurangan zat besi (anemia defisiensi besi).

Terjadinya anemia pada kehamilan juga dapat dipengaruhi oleh rendahnya pengetahuan ibu hamil. Kurangnya pengetahuan tentang anemia mempunyai pengaruh terhadap perilaku kesehatan ibu hamil dalam mencegah terjadinya anemia kehamilan. Ibu hamil yang mempunyai pengetahuan kurang tentang anemia dapat berakibat pada kurangnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi selama kehamilannya. (Handayani, 2019)

Untuk mencegah anemia setiap ibu hamil diharapkan mendapatkan TTD minimal 90 tablet selama kehamilan. Cakupan pemberian TTD minimal 90 Tablet pada ibu hamil di Indonesia tahun 2021 adalah 84,2%. Angka ini meningkat dibandingkan tahun 2020 sebesar 83,6% (Kementrian Kesehatan RI, 2022).

Pemberian 90 tablet Fe kepada ibu hamil sebagai bagian dari kebijakan pemerintah untuk mendeteksi risiko anemia. Asupan zat besi alami, terutama makanan dari sumber 98 Journal Of Midwifery Vol. 10 No. 2 Oktober 2022 hewani (hemiron) yang mudah diserap, seperti hati, daging, dan ikan, dapat membantu mencegah anemia selama kehamilan. Untuk membantu penyerapan zat besi dan pembentukan Hb, juga perlunya memperbanyak konsumsi makanan yang tinggi vitamin C dan A (buah dan sayur) (Mishra et al., 2021)

Selain pemberian tablet Fe, pemberian pendidikan kesehatan oleh bidan tentang anemia dapat mencegah terjadinya anemia dalam kehamilan. Peran bidan di masyarakat di antaranya adalah sebagai pendidikan. Hal ini dapat dilakukan dengan

melakukan pendidikan kesehatan dalam hal ini ibu hamil. Pendidikan kesehatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan untuk menanamkan kebiasaan dan perilaku hidup sehat sehingga mampu memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan. Tindakan pemeliharaan kesehatan yang dihasilkan oleh pendidikan ini didasarkan pada pengetahuan dan kesadarannya melalui proses pembelajaran sehingga perilaku tersebut dapat berlangsung lama dan menetap. (Notoatmojo,2010)

Dalam studi eksperimen yang dilakukan oleh Egryani,dkk tahun 2017 menunjukkan bahwa pemberian penyuluhan kesehatan terbukti efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai anemia (p-value 0,000), dimana pengetahuan ibu tentang anemia setelah diberikan penyuluhan kesehatan lebih baik dibandingkan sebelum pemberian penyuluhan.

Proses pemberian pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan maka perlu diberikan pendidikan kesehatan yaitu dengan diberikan media yang menarik untuk mempengaruhi pemahaman dan mengubah perilaku kelompok sasaran. Terdapat bermacam-macam media pendidikan kesehatan yang dapat digunakan diantaranya media ceramah, audio, media cetak, visual dan media audiovisual (Setiyowati, 2011:53). Dalam kegiatan pengabdian ini tim akan memberikan pendidikan kesehatan melalui media cetak berupa booklet.

Sebelumnya di Desa Kalisapu dalam memberikan pendidikan kesehatan menggunakan lembar balik. Sehingga ibu hamil yang sudah mendapatkan pendidikan kesehatan tidak dapat mengingat dengan baik dengan apa yang disampaikan oleh tenaga kesehatan setelah sampai di rumah. Dari permasalahan diatas, perlu adanya kerjasama dari perguruan tinggi melalui kegiatan pengabdian masyarakat guna mengatasi permasalahan yang ada di Desa Kalisapu.

II. TARGET DAN LUARAN

Target dalam pengabdian ini adalah Wanita Usia Subur di Desa Kalisapu Kecamatan Slawi Kabupaten Tegal sebanyak 26 Orang, Sedangkan Luaran Dalam pengabdian ini adalah jurnal pengabdian terakreditasi dan booklet.

III. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali koordinasi dengan pihak Puskesmas Slawi untuk meminta ijin melakukan pengabdian masyarakat di Desa Kalisapu,

melakukan pendataan jumlah ibu hamil yang ada di Desa Kalisapu dan koordinasi waktu pelaksanaan pengabdian masyarakat. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada tanggal 1,2 dan 3 Agustus 2024 di Desa Kalisapu, sasaran dalam kegiatan ini adalah 35 ibu hamil trimester III. Metode kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia pada ibu hamil trimester III yang berisi informasi tentang pengertian anemia, jenis – jenis anemia, dampak anemia dalam kehamilan, dan pencegahan anemia dalam kehamilan. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan di kelas ibu hamil desa Kalisapu Kecamatan Slawi Sarana yang digunakan dalam kegiatan ini adalah booklet tentang Pencegahan Anemia dalam Kehamilan.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari pengabdian masyarakat didapatkan karakteristik Data Sasaran Kegiatan Tabel 1 Karakteristik Sasaran Kegiatan (Ibu Hamil Trimester III)

Variabel	F	%	N
Usia Ibu			
Usia <20 tahun	0	0	30
Usia 20-35 tahun	29	80,6	
Usia >35 tahun	7	19,4	
Graviditas			
Primigravida(1)	3	8,3	30
Multigravida (2-3)	33	91,7	
Kadar HB			
Anemia (<11 gr%)	23	63,9	30
Tidak Anemia (>11 gr%)	13	36,1	

Berdasarkan tabel 1. dapat diketahui sebagian besar ibu hamil trimester III berusia 20-35 tahun sebanyak 29 orang (80,6%), status multigravida 33 orang (91,7%) dan sebagian besar mengalami anemia sejumlah 23 orang (63,9 %).

Tabel 2 Materi Edukasi Pencegahan Anemia Ibu Hamil Trimester III

No	Materi edukasi
1.	Pengertian Anemia
2.	Jenis-Jenis Anemia
3.	Dampak Anemia Dalam Kehamilan
4.	Pencegahan Anemia Dalam Kehamilan

Tabel 2 berisi materi yang disampaikan kepada ibu hamil trimester III sesuai booklet yang disampaikan kepada sasaran kegiatan.

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Kalisapu berupa pemberian pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia pada ibu hamil trimester III sebanyak 36 orang berjalan dengan baik dan lancar. Semua pihak dapat bekerjasama dengan baik, ibu hamil sangat tertarik dan antusias mendengarkan informasi tentang pencegahan anemia pada ibu hamil dengan alat bantu booklet, hal ini mempermudah ibu hamil untuk mengingat kembali edukasi yang telah diberikan. Menurut Effendy (2011) pemberian KIE adalah penyampaian pesan maupun informasi secara langsung ataupun tidak langsung menggunakan saluran komunikasi kepada penerima pesan, untuk mendapatkan suatu efek.

Dengan adanya pendidikan kesehatan ini, ibu hamil dapat memahami pengertian anemia, jenis anemia, dampak anemia dalam kehamilan dan cara mencegah anemia dalam kehamilan terutama pada trimester III. Hal ini sesuai dengan Effendy (2011) tujuan pemberian pendidikan kesehatan adalah mendorong terjadinya perubahan perilaku kearah yang positif, terjadinya peningkatan pengetahuan (*knowledge*), sikap (*attitude*) dan praktik (*practice*) masyarakat secara mantap sebagai perilaku sehat dan bertanggung jawab. Ibu hamil juga merasa senang dengan adanya kegiatan pengabdian ini, disamping mendapatkan pengetahuan, ibu hami juga mendapatkan booklet sebagai bahan bacaan di rumah.

V. SIMPULAN

Dengan dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi pencegahan anemia pada ibu hamil, ibu hamil mengetahui dan paham tentang pengertian anemia, jenis anemia, dampak anemia dalam kehamilan dan cara pencegahan anemia pada ibu hamil trimester III.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriliani, F. R., Avianty, I., & Nauli, H. A. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Tegal Gundil Tahun 2020. *Promotor*, 4(4), 312-321
- Egryani, N. P. R., Saktini, F., & Puspitasari, V. D. (2017). Pengaruh Penyuluhan Satu Lawan Satu Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Mengenai Anemia Di Semarang. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 6(2), 921–929.
- Handayani, S. (2019). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Kota Metro. *Mahakam Midwifery Journal*, 1(2), 126–138. <https://doi.org/10.26630/jkep.v15i1.1284>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mishra, A., Marwah, S., Divedi, P., Dewan, R., & Ahluwalia, H. (2021). A CrossSectional Study of Barriers in Prevention of Anemia in Pregnancy. *Cureus*, 13(1), 1–10. <https://doi.org/10.7759/cureus.12802>
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Promosi Kesehatan Teori & Aplikasi (Edisi Revi)*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Prawirohardjo, Sarwono. (2016) *Ilmu Kebidanan*. Edisi 4 Cetakan 5. Jakarta: PT. Bina Pustaka.
- Putri, Y. R., & Hastina, E. (2020). *Asuhan Keperawatan Maternitas Pada Kasus Komplikasi. Kehamilan, Persalinan, dan Nifas*. Purwokerto. CV. Pena Persada.