

**PENYULUHAN PEMBUATAN PUDDING DAUN KELOR UNTUK IBU HAMIL YANG
MENDERITA ANEMIA DI DESA GUNUNG TERANG, KECAMATAN KALIANDA
KABUPATEN LAMPUNG SELATAN**

Elfiyanti¹, Vida Wira Utami²

^{1,2}Program Studi Profesi Kebidanan Universitas Malahayati
Email: vida@malahayati.ac.id

ABSTRAK

Studi ini bertujuan untuk menilai efektivitas intervensi pudding daun kelor dalam meningkatkan tingkat hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia ringan di Desa Gunung Terang, Lampung Selatan. Penelitian melibatkan 40 ibu hamil dengan anemia ringan yang menerima intervensi selama enam minggu. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan dalam tingkat hemoglobin setelah intervensi. Namun, beberapa ibu hamil masih mengalami anemia ringan, mungkin disebabkan faktor lain yang mempengaruhi penyerapan zat besi. Edukasi tentang pola makan seimbang dan istirahat yang cukup sangat penting dalam mengatasi anemia. Peran aktif dari pemerintah, masyarakat, dan tenaga kesehatan, serta kolaborasi antar pemangku kepentingan, sangat diperlukan untuk menjamin keberhasilan intervensi dan menciptakan masyarakat yang lebih sehat dan bebas dari anemia pada ibu hamil di Desa Gunung Terang.

Kata Kunci: Pudding daun kelor, Anemia, Ibu hamil.

ABSTRACT

This study aimed to assess the effectiveness of moringa leaf pudding intervention in improving hemoglobin levels in pregnant women with mild anemia in Gunung Terang Village, South Lampung. The research involved 40 pregnant women with mild anemia who received the intervention for six weeks. The results showed a significant increase in hemoglobin levels after the intervention. However, some pregnant women still experienced mild anemia, possibly due to other factors affecting iron absorption. Educating pregnant women about balanced diets and sufficient rest is crucial in addressing anemia. Active involvement from the government, society, and healthcare providers, as well as collaboration among stakeholders, is essential to ensure the success of the intervention and create a healthier, anemia-free community for pregnant women in Gunung Terang Village.

Keywords: Moringa leaf pudding, Anemia, Pregnant women.

1. PENDAHULUAN

Asuhan Komunitas yaitu manajemen kebidanan mulai dari ibu hamil, bersalin, sampai bayi baru lahir sehingga persalinan dapat berlangsung dengan aman dan bayi yang dilahirkan selamat dan sehat sampai dengan masa nifas (Lapau, 2015). Continuity of care adalah pelayanan yang dicapai ketika terjalin hubungan yang terus menerus antara seorang wanita dan bidan. Asuhan yang berkelanjutan yang berkaitan dengan tenaga

profesional kesehatan, pelayanan kebidanan dilakukan mulai prakonsepsi, awal kehamilan, selama semua trimester, kelahiran, sampai 6 minggu pertama postpartum. Tujuannya adalah untuk membantu upaya percepatan penurunan AKI (Legawati, 2018).

Angka Kematian Ibu (AKI) adalah salah satu indikator yang dapat menggambarkan kesejahteraan masyarakat di suatu negara. Menurut data World Health Organization (WHO), AKI di dunia pada tahun 2015 diperkirakan 303.000 per 100.000 KH. Sedangkan angka kematian bayi (AKB) di dunia menurut data World Health Organization (WHO) pada tahun 2016 diperkirakan 41 per 1000 KH (WHO, 2018).

AKI di Indonesia sudah mengalami penurunan pada periode tahun 1994-2012 yaitu pada tahun 1994 sebesar 390 per 100.000 KH, tahun 1997 sebesar 334 per 100.000 KH, tahun 2002 sebesar 307 per 100.000 KH, tahun 2007 sebesar 228 per 100.000 KH, namun pada tahun 2012, AKI meningkat kembali menjadi 359 per 100.000 KH. Angka kematian bayi dapat dikatakan penurunan terus menurun dan pada SDKI 2012 menunjukkan angka 32 per 1.000 KH (SDKI 2012). Hasil Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) 2015 AKI maupun AKB menunjukkan penurunan (AKI 305 per 100.000 KH dan AKB 22,23 per 1.000 KH) (KemenKes, 2017).

Kasus kematian ibu tahun 2019 diketahui bahwa jumlah kasus kematian ibu mengalami kenaikan dibandingkan tahun 2018 yaitu dari 102 kasus menjadi 110 kasus. Bila dilihat Penyebab kasus kematian ibu di Provinsi Lampung tahun 2019 disebabkan oleh perdarahan sebanyak 29 kasus, hipertensi sebanyak 31 kasus, infeksi sebanyak 3 kasus, gangguan sistem peredaran darah sebanyak 4 kasus, gangguan metabolik sebanyak 1 kasus dan lain-lain sebanyak 42 kasus. Kasus kematian Neonatal, bayi dan balita di Provinsi Lampung tahun 2019 sebesar 404, 79 dan 27 kasus. Jika dilihat dari grafik angka angka kematian neonatal di Provinsi Lampung mengalami penurunan dalam kurun waktu 3 tahun terakhir yaitu dari 3,35 menjadi 2,7 berbeda dengan angka kematian bayi yang terus meningkat. Sedangkan untuk angka kematian balita berfluktuasi dari tahun 2017 sampai 2019.

Kehamilan resiko tinggi adalah keadaan yang dapat mempengaruhi keadaan ibumaupun janin pada kehamilan yang dihadapi (Manuaba, 2012). Menurut skor poedji roc hj ati, beberapa faktor resiko kehamilan di antaranya, terlalu muda <16 tahun, terlalu cepat hamil, terlalu cepat hamil lagi <2 tahun, terlalu lama hamil lagi >10 tahun, pernah gagal kehamilan, preeklamsi dan lain-lain.

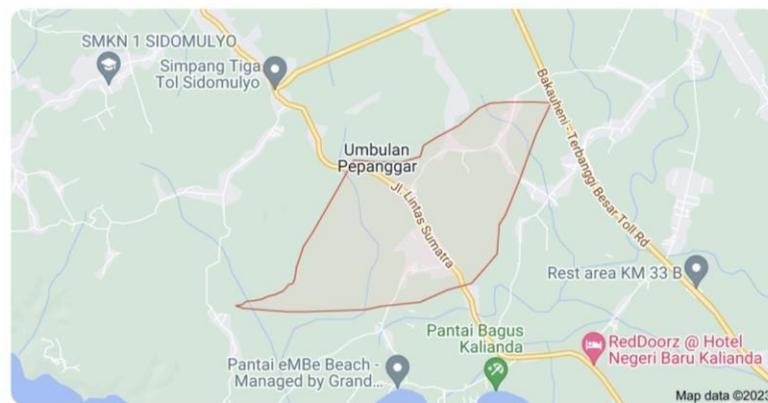
Anemia atau lebih sering disebut kurang darah dimana kadar sel darah merah berada di bawah nilai normal. Penyebabnya bisa karena kurangnya zat gizi untuk pembentukan darah misalnya zat besi, asam folat dan vitamin b12, tetapi yang paling sering terjadi adalah anemia karena kekurangan zat besi (Rukiyah, 2010)

2. MASALAH

Desa Gunung Terang di Kabupaten Lampung Selatan menghadapi sejumlah masalah kesehatan pada tahun 2023. Dalam survei mawas diri, masalah-masalah tersebut teridentifikasi sebagai berikut:

Anemia pada Ibu Hamil (40%): Masalah ini disebabkan oleh kunjungan ANC yang tidak memenuhi standar karena kurangnya kesadaran ibu hamil untuk memeriksa kandungannya secara rutin. Selain itu, ibu hamil merasa kurang nyaman dalam minum pil penambah darah karena menimbulkan rasa mual dan bau. Pengetahuan ibu hamil tentang manfaat pil penambah darah juga terbatas. Akses menuju fasilitas kesehatan juga cukup jauh, mempengaruhi kepatuhan dalam mendapatkan pelayanan.

Kunjungan ANC Kurang dari 4 Kali (16,6%): Beberapa ibu hamil hanya datang untuk memeriksakan diri setelah kehamilan mencapai usia di atas 12 minggu. Akses ke fasilitas kesehatan yang cukup jauh dan kurangnya kesadaran ibu hamil menjadi faktor utama. Kunjungan ANC yang tidak memenuhi standar juga menjadi masalah.



Gambar 1. Denah Desa Gunung Terang

3. METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah pra-eksperimen dengan desain one group pretest-posttest. 40 ibu hamil dengan anemia ringan menjadi subjek penelitian dan diberikan intervensi berupa pudding daun kelor. Sebelum intervensi, tingkat Hb ibu hamil telah diukur sebagai pretest. Setelah intervensi, tingkat Hb diukur kembali sebagai posttest untuk melihat efektivitas intervensi dalam meningkatkan Hb.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis temuan kasus ini berdasarkan kajian teori dan jurnal yang relevan menunjukkan bahwa intervensi menggunakan daun kelor dalam bentuk sup atau makanan inovatif, seperti pudding daun kelor, memiliki potensi untuk meningkatkan tingkat hemoglobin (Hb) pada wanita hamil. Penelitian yang dilakukan oleh Triananinsi (2018) dan Fitriani (2020) juga mendukung temuan ini.

Dalam penelitian kami, ditemukan bahwa setelah diberikan pudding daun kelor sebagai intervensi, terjadi peningkatan rata-rata Hb dari 9,5 menjadi 11,3 pada wanita hamil di kelompok eksperimen. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa konsumsi daun kelor, baik dalam bentuk kapsul maupun dalam bentuk Moringa Oliefera, dapat meningkatkan status Hb padawanita hamil.



Gambar 2 Penyuluhan tentang manfaat pudding daun kelor

Namun, meskipun terjadi peningkatan Hb, masih terdapat sejumlah wanita hamil (37,5%) dalam kelompok eksperimen kami yang tetap mengalami anemia ringan. Hal ini dapat disebabkan oleh faktor lain seperti pola makan dan istirahat yang mempengaruhi absorpsi zat besi dalam tubuh. Wanita hamil yang mengalami anemia memiliki kebutuhan zat besi yang tinggi, sehingga meskipun terjadi peningkatan absorpsi zat besi setelah intervensi dengan daun kelor, faktor-faktor lain seperti pola makan yang tidak seimbang dapat mempengaruhi keberhasilan intervensi tersebut. Dalam konteks asuhan kebidanan, penting untuk memperhatikan pola makan yang seimbang dan istirahat yang cukup bagi wanita hamil. Pola makan yang tidak seimbang dapat menyebabkan ketidakseimbangan nutrisi dalam tubuh, yang pada gilirannya dapat menyebabkan kurang gizi atau kelebihan nutrisi. Wanita hamil perlu mengonsumsi makanan yang mengandung karbohidrat, protein hewani dan nabati, sayuran hijau, dan buah-buahan setiap hari untuk memenuhi kebutuhan nutrisi yang seimbang.

Selain itu, penting juga untuk mencapai istirahat yang cukup, yaitu dengan tidur selama 8-9 jam sehari. Istirahat yang cukup dapat membantu penyerapan nutrisi, termasuk zat besi, dalam tubuh. Oleh karena itu, dalam praktik asuhan kebidanan, perlu diberikan edukasi kepada ibu hamil tentang pentingnya pola makan seimbang dan istirahat yang cukup untuk mencapai keberhasilan intervensi yang melibatkan konsumsi daun kelor atau sumber zat besi lainnya.

Secara keseluruhan, temuan ini mendukung praktik asuhan kebidanan yang berfokus pada pemenuhan nutrisi yang seimbang dan perhatian terhadap istirahat yang cukup bagi wanita hamil. Dalam konteks penerapan praktik asuhan kebidanan yang berbasis evidence practice, penelitian ini memberikan bukti tambahan tentang manfaat daun kelor dalam meningkatkan Hb pada wanita hamil, tetapi tetap menekankan pentingnya

pendekatan komprehensif yang melibatkan aspek-aspek lain seperti pola makan seimbang dan istirahat yang cukup untuk mencapai hasil yang optimal. Intervensi lain yang dapat dilakukan untuk meningkatkan HB darah ibu hamil adalah pemberian pil penambah darah dan vitamin C untuk membantu penyerapan zat besi dalam tubuh.

5. SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan di Desa Gunung Terang dengan melalui survey mawas diri pada keluarga binaan yang terdiri dari 255 KK Maka dapat ditarik kesimpulan :

1. Peranan tenaga kesehatan sebagai motor penggerak dalam mencapai keberhasilan pengembangan desa siaga baik sebagai fasilitator, Katalisator dan Motivator perlu di tingkatkan dan perlu mendapat dukungan penuh dan kerjasama yang baik, baik dari pemerintah, swasta dan masyarakat.
 - a. Fasilitator yaitu mendampingi masyarakat untuk mengatasi proses pembelajaran untuk memecahkan masalah kesehatan yang dihadapi. Tenaga kesehatan memfasilitator untuk kader posyandu, karang taruna, tokoh masyarakat, tokoh agama dan sebagainya.
 - b. Katalisator yaitu memberikan semangat dan memberikan dukungan, menginisiatifkan setiap masalah yang ada dan sebagai penghubung atau kelompok pendampingan dengan lembaga di luar kelompok / tenaga teknis lainnya.
 - c. Motivator yaitu memberikan dukungan, support dan mendorong kelompok untuk mengenali potensi dan setiap masalah yang ada dan dapat mengembangkan potensinya terutama para kader desa serta organisasi yang terkait. Pengembangan desa siaga di daerah penelitian menunjukkan sangat baik dimana indikator - indikator keberhasilan kelurahan baik indikator masukan, indikator proses , indikator keluaran dan indikator dampak dapat dicapai bahkan dapat dikatakan berhasil berkat ketekunan, kesabaran, keterampilan dari seorang tenaga kesehatan dan adanya dukungan dan kerjasama dari Pemerintah, Swasta dan Masyarakat. serta tidak lepas dari kerjasama yang baik dari Lintas program maupun Lintas sektor terkait.
2. Kendala yang dihadapi dari desa gunung terang itu sendiri terutama dikerucutkan dalam berbagai prioritas masalah yang ditemui di lapangan diantaranya; masih banyaknya jumlah ibu hamil dengan resiko tinggi seperti paritas, jarak kehamilan, dan paling banyak adalah kasus anemia ringan, kurangnya kesadaran untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya, rendahnya cakupan akseptor KB pada pasangan usia subur (PUS) dan lain lain , rendahnya tingkat partisipasi masyarakat dalam pemeriksaan rutin ANC maupun laboratorium di posyandu atau kunjungan ke puskesmas juga menjadi salah satu kendala dalam keberhasilan pemecahan masalah kasus anemia ringan karena itu sangat mempengaruhi peran tenaga kesehatan sebagai motivator, katalisator dan fasilitator dalam pemecahan prioritas masalah masih harus selalu diupayakan

6. DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2015). Profil Kesehatan Lampung 2014. Lampung.

Fitriani, Annisa Nur. (2021). Kenaikan Berat Badan Ibu Hamil yang Normal Tiap Semester. <https://mamaschoice.id/article/kenaikan-berat-badan-ibu-hamil/>. 4 April 2022 pukul 10.00 WIB.

Kementrian Kesehatan RI. (2021). Buku KIA Kesehatan Ibu dan Anak. Jakarta.

APBN Direktorat Kesehatan Keluarga 2021.

KKN, Mahasiswa. (2021). Tingkatkan Status Gizi Dan Imunitas, Mahasiswa Undip Galakan Penyuluhan Gizi Seimbang Untuk Ibu Hamil, Bayi Dan Balita Berbasis Pangan Lokal. <http://kkn.undip.ac.id/?p=195474>. 4 April 2022 pukul 09.00 WIB.

Kurniasari, Devi & Rosmiyati. (2021). Inovasi Kegiatan Mencegah Ibu Hamil KEK (Bulat Bronis) Di Kampung Madiun Kel. Rajabasa Raya Kec. Rajabasa Bandar Lampung Tahun 2021. JPM (Jurnal Perak Malahayati), Vol 3, No. 2. November 2021 Hal 113-119

Proverawati, A. (2011). Anemia dan Anemia kehamilan. Yogyakarta: Nuha Medika, 136

Susiyanti, E., & Hartini, H. (2021). EFEKTIVITAS KONSUMSI DAUN KELOR TERHADAPPENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DENGAN ANEMIA. Jurnal Keperawatan, 14(2), 40-52.