

**INOVASI GERHANA (GERAKAN SEDERHANA BERANTAS ANEMIA) DENGAN
NUGGET TERI DI DESA KESUGIHAN KECAMATAN KALIANDA
LAMPUNG SELATAN**

Dewi Yuliasari¹, Ike Ate Yuviska^{2*}, Betari Cahya Putri³

^{1,2,3} Program Studi Kebidanan Universitas Malahayati
Email Korespondensi : ikeyuviska1234@gmail.com

ABSTRAK

Rata-rata kejadian anemia tergantung pada usia, jumlah anak dan usia kehamilan, status gizi, hal ini erat kaitannya dengan terjadinya anemia pada ibu hamil, karena usia ibu yang tidak dalam kesehatan reproduksi selama kehamilan adalah 35 tahun. Usia yang lebih tua, jumlah paritas yang banyak, dan jarak kelahiran yang pendek dapat menyebabkan anemia, dan anemia yang disebabkan oleh status gizi kurang merupakan salah satu komplikasi ibu hamil. Tujuan Kegiatan Komunitas dengan Inovasi “Laporan Kegiatan Komunitas Dengan Inovasi Gerhana (Gerakan Sederhana Berantas Anemia) Dengan Nugget Teri Di desa Kesugihan Kecamatan Kalianda Lampung Selatan Tahun 2024. Pelaksanaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat telah diikuti tenaga kesehatan setempat, tokoh masyarakat setempat (kepala desa, kepala RT, RW, kader) desa Kesugihan Kecamatan Kalianda Lampung Selatan. sehingga melalui kegiatan ini diharapkan masyarakat khususnya ibu hamil mampu memahami dan menyadari tentang anemia dan bahaya anemia pada ibu hamil. Kegiatan ini merupakan Inovasi GERHANA kelas ibu hamil dengan memberikan edukasi mengenai pencegahan dan penanganan anemia dan pemberian intervensi nugget teri pada ibu hamil. Tujuan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah untuk mensintesis gagasan kreatif melalui sebuah program edukasi dengan menitikberatkan pada usaha preventif dan promotif dalam mencegah dan mengatasi anemia pada ibu hamil. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah advokasi kepada tokoh masyarakat, pembinaan terhadap kader dan ibu hamil. Kegiatan ini meningkatkan pemahaman tentang bahaya anemia pada ibu hamil dan memberikan hasil peningkatan pengetahuan tentang anemia pada ibu hamil. Pentingnya program pencegahan anemia yang terjadi pada ibu hamil yang dilakukan secara regular agar bisa menyadarkan dan mengingatkan kembali tentang pentingnya kesehatan terhadap kondisi yang menyebabkan terjadinya anemia pada ibu hamil.

Kata Kunci : Pengetahuan, Anemia, Ibu Hamil.

ABSTRACT

The average incidence of anemia depends on age, number of children and gestational age, nutritional status. This is closely related to the occurrence of anemia in pregnant women, because the age of mothers who are not in reproductive health during pregnancy is 35 years. Older age, a large number of parities, and short birth intervals can cause anemia, and anemia caused by poor nutritional status is one of the complications of pregnant women. Aims of Community Activities with Innovation "Report on Community Activities with Eclipse Innovation (Simple Movement to Eradicate Anemia) with Anchovy Nuggets in Kesugihan Village, Kalianda District, South Lampung in 2024. The

implementation of community service activities has been attended by local health workers, local community leaders (village heads, heads RT, RW, cadre) Kesugihan village, Kalianda District, South Lampung. so that through this activity it is hoped that the community, especially pregnant women, will be able to understand and be aware of anemia and the dangers of anemia in pregnant women. This activity is a GERHANA innovation for the class of pregnant women by providing education regarding the prevention and treatment of anemia and providing anchovy nugget intervention to pregnant women. The aim of this community service activity is to synthesize creative ideas through an educational program with an emphasis on preventive and promotive efforts in preventing and treating anemia in pregnant women. The methods used in this activity are advocacy for community leaders, coaching for cadres and pregnant women. This activity increases understanding about the dangers of anemia in pregnant women and results in increased knowledge about anemia in pregnant women. The importance of an anemia prevention program that occurs in pregnant women is carried out regularly so that it can raise awareness and remind people about the importance of health regarding conditions that cause anemia in pregnant women.

Keywords: Knowledge, Anemia, Pregnant Women.

1. PENDAHULUAN

Tingginya angka kematian ibu di Indonesia masih merupakan masalah yang menjadi prioritas di bidang kesehatan. Kematian ibu di Indonesia secara umum disebabkan oleh beberapa factor (Rifayani, 2016). Pertama, penyebab obstetri langsung meliputi perdarahan 28%, preeklampsia/eklampsia 24%, infeksi 11%, sedangkan penyebab tidak langsung yaitu adanya permasalahan nutrisi meliputi anemia pada ibu hamil 40%. Kekurangan energi kronis 37%, serta ibu hamil dengan konsumsi energi dibawah kebutuhan minimal 44,2% (Alamsyah, 2020).

Secara global prevalensi anemia pada pada ibu hamil di seluruh dunia adalah sebesar 41,8% (WHO, 2015). Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa proporsi anemia ibu hamil pada tahun 2013 menuju 2018 mengalami peningkatan sebanyak 11,8 %, pada tahun 2013 menunjukkan proporsi 37,1% dan pada tahun 2018 menunjukkan proporsi 48,9%. di Indonesia, anemia merupakan salah satu masalah kesehatan utama (Kesehatan Kemenkes RI, 2020).

Rata-rata kejadian anemia tergantung pada usia, jumlah anak dan usia kehamilan, status gizi, hal ini erat kaitannya dengan terjadinya anemia pada ibu hamil, karena usia ibu yang tidak dalam kesehatan reproduksi selama kehamilan adalah 35 tahun (Sukmaningtyas, 2018). Usia yang lebih tua, jumlah paritas yang banyak, dan jarak kelahiran yang pendek dapat menyebabkan anemia, dan anemia yang disebabkan oleh status gizi kurang merupakan salah satu komplikasi ibu hamil (Wulandari, 2021).

Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 39 Tahun 2016 tentang Pedoman Penyelenggaraan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga atau lebih dikenal dengan istilah PIS-PK dengan area prioritas/sasaran yang

telah ditetapkan oleh pemerintah dimana salah satunya adalah penurunan Angka Kematian Ibu/Angka Kematian Bayi (AKI dan AKB) yang dalam pelaksanaannya melalui pendekatan upaya promotif dan preventif tanpa mengabaikan upaya kuratif dan rehabilitatif. Pelaksanaan program PIS-PK melalui pendekatan 6 komponen utama dalam penguatan sistem kesehatan dimana salah satunya penguatan upaya pelayanan kesehatan (Kemenkes, 2016).

Bidan berperan dalam pencegahan anemia pada ibu hamil dengan memberikan tablet fe minimal 90 tablet selama kehamilan guna mengatasi terjadinya komplikasi selama kehamilan (Kesehatan Kemenkes RI, 2020). Meskipun program pemerintah dalam upaya penanggulangan anemia pada ibu hamil dengan pemberian tablet Fe sebanyak 90 tablet selama kehamilan telah berjalan, namun kejadian anemia pada ibu hamil tetap terjadi. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor diantaranya kurangnya asupan zat besi dari makanan dan kesalahan cara mengkosumsi tablet fe, dimana ibu tidak mengosumsi setiap hari, mengosumsi tablet Fe bersamaan dengan kopi, dan susu serta efek samping tablet Fe yang tidak disukai ibu diantaranya mual, muntah serta buang air besar yang berubah warna (Safitri, dkk 2019).

Hasil Kiki Uniatri dkk dengan judul “Efektivitas Pemberian Biskuit Ikan Teri Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri tahun 2022” didapatkan nilai uji statistik ($p=0.001$), yang berarti ada pengaruh pemberian biskuit ikan teri terhadap peningkatan kadar hemoglobin remaja putri di SMK 01 Rangas Kabupaten Mamuju. Hasil analisis data dan hasil evaluasi pada intervensi biskuit Nugget ikan teri, menunjukkan ada perbedaan peningkatan kadar hemoglobin setelah diberikan intervensi biskuit ikan teri pada remaja putri di SMK 01 Rangas Kabupaten Mamuju. Sehingga dengan adanya pemberian biskuit ikan teri dapat dikonsumsi remaja putri dalam mencegah 5 terjadinya anemia. Selain nilai gizi yang cukup baik yang terkandung pada ikan teri juga ekonomis, praktis dan mudah dikonsumsi kapan saja sebagai cemilan setiap hari.

Menurut Setiowati dan Nuriah (2019) ada berbagai macam cara untuk mengatasi dan mencegah masalah anemia yang terjadi pada ibu hamil yaitu dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan farmakologi untuk penanganan anemia defisiensi gizi adalah pemberian suplementasi tablet besi atau tablet Fe secara oral yang diberikan 60 mg/ hari, sedangkan cara non farmakologi bisa mengkonsumsi bahan kaya protein yang dapat diperoleh dari hewan maupun tanaman.

Ikan teri mempunyai kandungan gizi yang cukup tinggi, kandungan proksimat ikan teri segar yaitu air 84,05 %, lemak 0,86%, protein 10,15% ; ikan 4 teri tawar air 16,7%, protein 68,7 % , lemak 4,2 %, kalsium 2,381 mg, fosfor 1,500 mg, besi 4,6 mg. Kandungan zat besi pada 100gr ikan teri cukup tinggi yaitu 4,6 mg sehingga dapat menjadi sumber makanan tinggi zat besi untuk ibu hamil khususnya yang mengalami anemia

Menurut Sujam gautam et,al (2019) menyebutkan bahwa faktor - faktor yang mempengaruhi kejadian anemia adalah usia, etnisitas, BMI, pendidikan dan hasil ini berbeda secara signifikan. Hasil di atas menyimpulkan bahwa penyebab anemia karena defisiensi zat besi dan salah satu makanan yang

kaya akan kandungan zat besi adalah ikan teri. Setiap 100 gram tepung ikan teri terdapat 3.9 mg zat besi. Kandungan zat besi yang tinggi akan mencegah anemia dan memperlancar kerja darah merah dalam mengalirkan oksigen dan sari-sari makanan ke seluruh tubuh sehingga teri dapat di rekomendasikan untuk dikonsumsi dengan jumlah yang tepat sesuai dengan kebutuhan nutrisi harian

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia adalah melalui pemberian informasi atau pendidikan kesehatan dari tenaga kesehatan (Sukmawati., 2019). Pendidikan kesehatan merupakan suatu kegiatan atau usaha menyampaikan informasi kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu dengan harapan informasi tersebut dapat meningkatkan pengetahuan menjadi lebih baik. Media video merupakan media audiovisual merupakan media yang selain mengandung unsur suara juga mengandung unsur gambar yang dapat dilihat, seperti video (Alini & Indrawati, 2018).

Sehingga berdasarkan fenomena diatas kelompok tertarik melakukan Laporan Kegiatan Komunitas Dengan Inovasi Gerhana (Gerakan Sederhana Berantas Anemia) Dengan Nugget Teri Di desa Kesugihan Kecamatan Kalianda Lampung Selatan Tahun 2024.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Berdasarkan kajian informasi ditemukan permasalahan ibu hamil dengan anemia Di desa Kesugihan Kecamatan Kalianda Lampung Selatan. Pengaruh lingkungan dan nutrisi dapat mempengaruhi ibu hamil dalam kesehatan. Sehingga peran orang tua, suami atau orang-orang yang ada disekitar ibu hamil turut berperan penting dalam memberikan pengetahuan tentang bahaya anemia. Dengan adanya pengetahuan tentang bahaya anemia, maka ibu hamil akan terhindar dampak buruk yang dapat disebabkan oleh lingkungan dan nutrisi. Oleh karena itu, diperlukan kepedulian dari kalangan akademisi untuk ikut serta turut berbagi ilmu pengetahuan tentang meningkatkan dan mencegah anemia pada ibu hamil.

Kegiatan ini ditulis berdasarkan rincian waktu yang telah dilaksanakan sesuai dengan rundown dan rencana yang telah ditentukan. Kegiatan dimulai pukul 9.00-11.40 WIB.

Pukul 09.00-09.05 kegiatan dibuka oleh Master Ceremony (2 orang) dan dilanjutkan dengan tilawah surat Al-Baqarah ayat 168. Kemudian pada pukul 9.05-9.30 acara langsung dilanjut penyajian materi tentang anemia serta penanganan dan pencegahan anemia dengan inovasi GERHANA.

Sesi diskusi pun selesai pukul 11.00, kemudian dilanjut pukul 11.00-11.15 yaitu review materi yang sudah dijelaskan. Proses riview dijelaskan dengan bahasa yang lebih sederhana. Selain itu, untuk peserta yang berani menjawab ketika ditanya oleh narasumber diberi hadiah. Dan akhirnya kegiatan pengabdian masyarakat ini resmi ditutup pukul 11:40 WIB. Sebelum semua bubar dan beranjak dari tempat, kegiatan diakhiri oleh sesi foto bersama dengan peserta.

3. METODE PELAKSANAAN

1. Persiapan dan Pembekalan

- a. Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat
Berdasarkan ruang lingkup, pendekatan, metodologi penanganan program dan pekerjaan, maka disusunlah pelaksana perkerjaan. Secara umum organisasi ini terdiri dari penerima dan pemberi dana yaitu ditandatangani Ketua Pelaksana Kegiatan dan tim teknik pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat yaitu LPPM Universitas Malahayati.

Tujuan penyusun tim organisasi pelaksana perkerja untuk memudahkan koordinasi, pertukaran informasi, evaluasi dan pengendalian pelaksana kegiatan baik pola eksternal maupun internal.

- 1) Pola/Mekanisme Eksteral, berupa koordinasi antara tim pelaksana kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan pihak/instansi terkait yang dapat memberikan masukan dan arahan untuk mempermudah pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat.
 - 2) Pola/Mekanisme Intenal adalah koordinasi didalam Pengabdian Kepada Masyarakat sendiri malalui dari tahap persiapan sampai penyelesaian kegiatan. Koordinasi intensif dilakukan antara pihak manajemen LPPM dengan tim pelaksana kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat, antara penanggung jawab kegiatan dengan ketua pengusul dan tim anggota serta mahasiswa.
- b. Materi Persiapan dan Pembekalan Pengabdian Kepada Masyarakat yang perlu diberikan kepada mahasiswa meliputi :
 - 1) Ruang lingkup dan tujuan program kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat
 - 2) Kebijakan dan strategi pemberdayaan masyarakat dalam peningkatan pengetahuan tentang seks bebas pada remaja
 - 3) Penjelasan umum tentang kelompok sasaran
 - 4) Manajemen pemberdayaan masyarakat dalam hal ini adalah tokoh masyarakat, kader dan ibu hamil untuk rencana jangka panjang

2. Pelaksanaan

Strategi yang digunakan mengatasi permasalahan diatas adalah pendekatan berbasis komunitas dimana startegi pemecahan langsung ke sasaran dengan optimalisasi peran petugas kesehatan di Di Desa Kesugihan Kecamatan Kalianda Lampung Selatan.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam 4 tahap.

- a. Tahap pertama pemberian informasi bahwa akan dilakukan penyuluhan Tentang anemia pada ibu hamil
- b. Tahap kedua adalah penyuluhan dengan memberikan materi mengenai pengetahuan tentang anemia, penanganan dan pencegahan anemia. Peningkatan pengetahuan diawali dengan penyampaian materi dalam bentuk ceramah/diskusi/demonstrasi.
- c. Tahap ketiga adalah mengevaluasi pengetahuan terkait anemia. Selama proses kegiatan ini akan diberikan kesempatan melakukan tanya jawab seputar permasalahan Tentang anemia Di desa Kesugihan Kecamatan Kalianda Lampung Selatan.
- d. Tahap keempat adalah berkerjasama dengan tokoh masyarakat, tenaga kesehatan setempat untuk melakukan penyuluhan secara berkelanjutan kepada ibu hamil.

3. RENCANA KEBERLANJUTAN PROGRAM

Dengan program ini, diharapkan pengetahuan tentang anemia pada ibu hamil meningkat sehingga anemia pada ibu hamil dapat berkurang yang merupakan gejala yang sering di keluhakan. Selain itu dari penyuluhan-penyuluhan mengenai nutrisi pada ibu hamil dan juga penyuluhan akan berbagai masalah kesehatan lainnya ini dapat menjadi modal penting bagi ibu untuk meningkatkan derajat kesehatannya.

Kebertanjutan program ini juga dapat dilakukan dengan membentuk mitra Puskesmas dan Sekolah bagi Universitas Malahayati sehingga dapat dijadikan laboratorium lapangan untuk menunjang proses belajar dan mengajar. Selain itu dapat dijadikan sebagai pusat riset baik bagi dosen maupun mahasiswa. Selain itu bagi pihak pelayanan kesehatan, dalam memberikan asuhan bagi ibu hamil anemia dengan memberikan terapi konsumsi berupa kombinasi tablet tambah darah dan olahan ikan teri saat memberikan pelayanan ANC maupun di kelas ibu hamil binaannya sehingga kasus anemia pada ibu hamil dapat tertangani dengan baik.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah di lakukan penyuluhan pada setiap sasaran sesuai permasalahan di dapatkan hasil masyarakat dapat lebih memahami tentang masalah yang di sampaikan. Dari hasil diskusi yang dilakukan terlihat masyarakat antusias dalam Tanya jawab yang dilakukan antar audience dan materi. Ibu hamil memahami hal yang di sampaikan oleh kelompok, dimana ibu dapat menjawab beberapa pertanyaan yang di berikan setelah di lakukan penyuluhan.

Dalam pembinaan terhadap peran serta masyarakat melalui pendekatan edukatif, hendaknya faktor ikut sertanya masyarakat ditempatkan baik sebagai komplemen maupun suplemen terdepan dalam penunjang sistem kesehatan nasional ini. Masyarakat terlibat aktif dalam upaya pembinaan kesehatan esensial tersebut sehingga dapat mengembangkan kemandirian dan mengurangi ketergantungan.

Setelah dilaksanakan kegiatan inovasi GERHANA didapatkan hasil dari responden menerima edukasi tentang anemia, mendapatkan leaflet tentang anemia dan pencegahan serta mendapatkan edukasi tentang pembuatan nugget teri serta mendapatkan nugget teri.



Gambar 1. Foto Kegiatan

LUARAN YANG DICAPAI

Kegiatan ini merupakan ajang transfer pengetahuan ilmiah ke ranah masyarakat. Penerepan transfer iptek dilakukan dengan cara yang sederhana namun penting dipahami oleh tokoh masyarakat, kader dan ibu hamil sehingga tujuan kegiatan ini dapat tercapai semaksimal mungkin. Transfer iptek yang dilakukan dalam kegiatan ini melalui pendidikan kesehatan serta demonstrasi langsung juga penerapannya langsung dilingkungan masyarakat.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan program pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Kesugihan Kecamatan Kalianda Kabupaten Lampung Selatan peneliti merumuskan beberapa simpulan Hasil perumusan masalah di dapatkan prioritas masalah : Masalah kesehatan pada ibu hamil Berhubungan dengan Kurang pengetahuan masyarakat khususnya ibu hamil tentang pencegahan anemia ibu hamil . perencanaan di lakukan pada ibu adalah memberikan pendidikan kesehatan mengenai pencegahan anemia dengan inovasi GERHANA. Hasil inovasi yang di lakukan di dapatkan pengetahuan ibu meningkat setelah di berikan pendidikan kesehatan dan telah di lakukan pelaksanaan GERHANA dengan hasil semua ibu hamil dengan anemia mendapatkan porsi Nugget teri serta leaflet cara pembuatan nugget teri agar di praktikan dirumah. Hasil evaluasi responden di dapatkan ibu hamil antusias dalam proses pelaksanaan inovasi GERHANA. Oleh karena itu rencana tindak lanjut yang akan dilaksanakan pada program pengabdian masyarakat yaitu dengan dapat bekerja sama dengan lintas program yaitu programmer gizi dan promosi kesehatan serta lintas sektor yaitu kader kesehatan di tingkat RT,RW maupun PKK terkait sosialisasi olahan ikan teri sebagai sumber makanan tinggi zat besi yang bisa menjadi terapi non farmakologi untuk ibu hamil anemia.

6. DAFTAR PUSTAKA

Amrullah F. (2017) Kadar Protein dan Ca pada Ikan Teri Asin Hasil Pengasinan dengan Abu Pelepah Kelapa. Univ Muhammadiyah Surakarta.

Bakta,IM.(2016).Hematologi Klinik Ringkas.Jakarta:

Altutik Yuli Reni, Dewi Ertialnal. (2018). Alnemia Paldal Kehalmilaln. 84.

Citrakesumasari. 2015. Anemia gizi, masalah dan pencegahannya. Kalika. Yogyakarta.

Erina Eka Hatini, S.ST M. (2018) Asuhan Kebidanan Kehamilan. Jakarta: wineka media;

Handayani tri restu. (2017) Determinan Kejadian Anemia Deisiensi Zat Besi Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Nagaswidak Palembang Tahun 2017

Heriyenni N, Sri Darningsih ZH. (2016) Perkembangan Produk Olahan Nugget Ikan Sebagai Makanan Jajanan Anak Sekolah [Internet]. Padang: Poltekkes menkes Padang; Available from: http://pustaka.poltekkespdg.ac.id/index.php?p=show_detail&id=1813

- Indonesia KK. Profil Kesehatan Indonesia 2019. 2020;104. Available from: <https://www.kemkes.go.id/folder/view/01/structure-publikasi-pusdatinprofil-kesehatan.htm>
- Irianto, K.2(014) Gizi seimbang dalam kesehatan Reproduksi. Alfabeta. Bandung
- Noveralda S. Organoleptik, Mutu Uji, Dan Protein Kadar Nugget Pada Ikan Teri. 2019;
- Online, J., & Indonesian, K. (2020). Jurnal Online Keperawatan Indonesia, 73-81. 1(2), 73-81
- Pratami dan eva, (2016) Evidence based dalam kehamilan, perslann, dn nifas, EGR : Jakarta
- RI K. Pedoman Penatalaksanaan Pemberian Tablet Tambah Darah. (2017) Available from: <https://promkes.kemkes.go.id/buku-pedomanpenatalaksanaan-pemberian-tablet-tambah-darah>
- Setiowati W (2018) Pengaruh Sari Kurma (Phoenix Dactylifera) terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III (The Influence of Palm Extract (Phoenix Dactylifera) To Increase of Hemoglobin Level To Trimester III Pragnant Woman). J Darul Azhar.
- Thalib KU, Suryani As'ad, Healthy Hidayanti, Mardiana Ahmad, Andi Nilawati Usman.(2021) Efektivitas Pemberian Biskuit Ikan Teri Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri. Oksitosin J Ilm Kebidanan.
- World Health Orgalnizaltion, Daltal Global. WHO
- Yuyun A. (2017) aneka nugget sehat dan lezat. Jakarta: Agro Media