

**PENYULUHAN TENTANG MANFAAT KONSUMSI TABLET FE BAGI IBU HAMIL DI
DUSUN SUKAJAYA I RT 01 & 02 DESA KURUNGAN NYAWA KABUPATEN
PESAWARAN PROVINSI LAMPUNG TAHUN 2020**

Dewi Yuliasari¹, Desi Ratna Sari², Erina Agustia³, Risa Meri Puspita⁴

¹Dosen Prodi D III Kebidanan Universitas Malahayati
^{2,3,4}Mahasiswi Prodi D III Kebidanan Universitas Malahayati

Email: dewiys52@yahoo.co.id Desiratnasari9737@gmail.com
Erinagustia99@gmail.com risameripuspitaharni@gmail.com

ABSTRAK

Salah satu masalah gizi yang banyak terjadi pada ibu hamil adalah anemia gizi, yang merupakan masalah gizi mikro terbesar dan tersulit diatasi di seluruh dunia. World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa terdapat 52% ibu hamil mengalami anemia di negara berkembang. Di Indonesia (Susenas dan Survei Depkes-Unicef) dilaporkan bahwa dari sekitar 4 juta ibu hamil, separuhnya mengalami anemia gizi dan satu juta lainnya mengalami kekurangan energi kronis. Tujuan kegiatan penyuluhan ini diharapkan Ibu Hamil dapat mengerti tentang Manfaat Konsumsi Tablet Fe Bagi Ibu Hamil. Adapun kegiatan yang telah dilaksanakan pada hari tanggal 06 Februari 2020, berupa penyuluhan kepada para ibu hamil tentang Manfaat Konsumsi Tablet Fe Bagi Ibu Hamil Di Dusun Sukajaya I Rt 01 & 02 Desa Kurungan Nyawa Kabupaten Pesawaran Provinsi Lampung Tahun 2020, dengan metode penyuluhan menggunakan power point. Terdapat pengaruh signifikan Pada pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah penyuluhan. Dengan demikian, pemberian edukasi dapat memberikan peningkatan pengetahuan, khususnya yang berkaitan dengan Manfaat Konsumsi Tablet Fe Bagi Ibu Hamil.

Kata Kunci : Kehamilan, Anemia, Zat Besi

ABSTRACT

One of the most common nutritional problems in pregnant women is nutritional anemia, which is the largest and most difficult micronutrient problem to be overcome worldwide. The World Health Organization (WHO) reports that 52% of pregnant women experience anemia in developing countries. In Indonesia (Susenas and the Ministry of Health-Unicef Survey) it was reported that of around 4 million pregnant women, half had nutritional anemia and one million experienced chronic energy shortages. The purpose of this counseling activity is expected that pregnant women can understand about the benefits of consuming Fe tablets for pregnant women. The activities carried out on Thursday, February 6, 2020, in the form of counseling to pregnant women about the Benefits of Fe Tablet Consumption for Pregnant Women in Dusun Sukajaya I Rt 01 & 02 Kurungan Nyawa Village, Pesawaran Regency, Lampung Province in 2020 with the method of counseling using power points. There is a significant influence on the knowledge of pregnant women before and after counseling. Thus, providing education can provide increased knowledge, especially relating to the Benefits of Consumption of Fe Tablets for Pregnant Women.

Keywords : Pregnancy, Anemia, Iron

1. PENDAHULUAN

Ibu hamil merupakan salah satu kelompok rawan kekurangan gizi, karena terjadi peningkatan kebutuhan gizi untuk memenuhi kebutuhan ibu dan janin yang dikandung. Pola makan yang salah pada ibu hamil membawa dampak terhadap terjadinya gangguan gizi antara lain anemia, penambahan berat badan yang kurang pada ibu hamil dan gangguan pertumbuhan janin. (Saifuddin, 2009) dalam Suciati, L., Maternity, D., & Yuliasari, D. (2020).

Salah satu masalah gizi yang banyak terjadi pada ibu hamil adalah anemia gizi, yang merupakan masalah gizi mikro terbesar dan tersulit diatasi di seluruh dunia. Anemia adalah suatu keadaan dengan kadar hemoglobin (Hb) darah yang lebih rendah dari pada normal sebagai akibat ketidakmampuan jaringan pembentuk sel darah merah dalam produksinya guna mempertahankan kadar hemoglobin pada tingkat normal (Andriani dan Wirjatmadi, 2012). Anemia jika tidak diatasi segera dapat berdampak buruk bagi ibu dan janin, serta meningkatkan Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB). Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia adalah yang tertinggi bila dibandingkan dengan negara-negara ASEAN lainnya. (Manuaba, 2012) dalam Yuviska, I. A., & Yuliasari, D. (2019).

Menurut WHO kejadian anemia pada ibu hamil berkisar antara 2% sampai 89% dengan menetapkan kadar Hb 11gr% sebagai dasarnya. Hasil studi pendahuluan pada bulan Maret-April 2012 terdapat ibu hamil sebanyak 53 ibu hamil, 38 ibu hamil mengalami anemia dan 15 ibu hamil tidak anemia. pada 10 ibu hamil, 7 ibu hamil kurang mengetahui tentang manfaat tablet Fe namun dari ke tujuh ibu hamil itu ada yang mengkonsumsi tablet Fe dan juga ada yang jarang mengkonsumsinya, 3 ibu hamil tidak minum tablet Fe karena tidak mengetahui manfaat dari tablet Fe. (Manuaba. 2001).

Zat besi adalah unsur yang sangat penting untuk membentuk sel darah merah atau hemoglobin (Andriani dan widjatmadi, 2012). Pemberian tablet zat besi selama kehamilan merupakan salah satu cara yang paling cocok bagi ibu hamil untuk meningkatkan kadar Hb sampai tahap yang diinginkan, Pemberian tablet zat besi selama kehamilan merupakan salah satu cara yang paling cocok bagi ibu hamil untuk meningkat kadar Hb yang diinginkan. Pemberian kalori 300kalori/hari dan supleme besi sebanyak 60 mg/hari kiranya cukup mencegah anemia. Dimana 60-65 mg Fe setara dengan 200 mg ferro sulfat (Saifuddin, 2009).

Hasil survey anemia ibu hamil pada 15 kabupaten/kota pada tahun 2007 menunjukkan bahwa prevalensi anemia di Jawa Tengah adalah 57,7%, prevalensi tersebut masih lebih tinggi dari prevalensi pada tingkat nasional yaitu 50,9%. Sejak 1985, secara nasional penanggulangan anemia gizi besi pada ibu hamil dilakukan dengan program pendidikan gizi yang disertai dengan distribusi tablet besi, 90 tablet selama masa kehamilan. 90 tablet zat besi tersebut diberikan pada masa kehamilan tri mester ke 2. Cakupan 90 tablet zatbesi di Jawa Tengah pada tahun 2008 sebesar 87,06% yang mengalami peningkatan dari tahun 2007 yang sebesar 85,91%. Namun demikian walaupun mengalami peningkatan angka tersebut masih dibawah target Standar Pelayanan Minimal (SPM) 2010 yaitu sebesar 90% (Hamidah, 2009). Pada perkembangan, pelaksanaan program pemberian tablet besi,

ditemukan berbagai kendala, salah satunya adalah kepatuhan ibu hamil yang masih rendah dalam minum tablet zat besi yang diterimanya. Ketaatan ibu hamil minum tablet zat besi merupakan salah satu faktor penting dalam peningkatan kadar haemoglobin ibu hamil (Hamidah,2009). Jumlah itu meningkat menjadi 149 kasus di tahun 2015 dan tahun 2016 mencapai 138 kasus dan pada tahun 2017 mencapai 142 kasus. Kejadian anemia pada ibu hamil di Bandar Lampung pada tahun 2015 berjumlah 8,41 %. Sedangkan angka kejadian anemia pada ibu hamil di kota Bandar Lampung pada tahun 2016 sebanyak 14,4%, dan pada tahun 2017 sebanyak 15,4% (Profil Dinas Kesehatan Provinsi Lampung,2017).

Penyebab terbanyak anemia defisiensi zat besi yaitu karena rendahnya masukan zat besi yang berasal dari makanan, serta rendahnya tingkat penyerapan zat besi dari makanan. Rendahnya tingkat penyerapan zat besi disebabkan oleh komposisi menu makanan masyarakat yang lebih banyak mengandung faktor - faktor yang dapat menghambat penyerapan zat besi seperti serat, fitat, maupun tannin (Tarwoto dan Wasnidar,2013).

Anemia sering terjadi akibat defisiensi zat besi karena pada ibu hamil terjadi peningkatan kebutuhan zat besi dua kali lipat akibat peningkatan volume darah tanpa ekspansi volume plasma, untuk memenuhi kebutuhan ibu (mencegah kehilangan darah pada saat melahirkan) dan pertumbuhan janin. Ironisnya, diestimasi dibawah 50% ibu tidak mempunyai cadangan zat besi yang cukup selama kehamilannya, sehingga risiko defisiensi zat besi atau anemia meningkat bersama dengan kehamilan. Hal ini telah dibuktikan di Thailand bahwa penyebab utama anemia pada ibu hamil adalah karena defisiensi besi (43,1%). Disamping itu, studi di Malawi ditemukan dari 150 ibu hamil terdapat 32% mengalami defisiensi zat besi dan satu atau lebih mikronutrient. Demikian pula dengan studi di Tanzania memperlihatkan bahwa anemia ibu hamil berhubungan dengan defisiensi zat besi ($p = 0,03$), vitamin A ($p = 0,004$) dan status gizi (LILA) ($p = 0,003$). Terdapat korelasi yang erat antara anemia pada saat kehamilan dengan kematian janin, abortus, cacat bawaan, berat bayi lahir rendah, cadangan zat besi yang berkurang pada anak atau anak lahir dalam keadaan anemia gizi. Kondisi ini menyebabkan angka kematian perinatal masih tinggi, demikian pula dengan mortalitas dan morbiditas pada ibu. Selain itu, dapat mengakibatkan perdarahan pada saat persalinan yang merupakan penyebab utama (28%) kematian ibu hamil/bersalin di Indonesia.

2. MASALAH

Menurut WHO 40% kematian ibu dinegara berkembang berkaitan dengan anemia pada kehamilan dan kebanyakan anemia pada kehamilan disebabkan oleh defisiensi besi dan perdarahan akut, bahkan tidak jarang keduanya saling berinteraksi. Di Desa Kurungan nyawa Terkhusus Pada dusun sukajaya I RT. 01 & RT. 02 Desa Kurungan Nyawa Kabupaten Pesawaran Provinsi Lampung Tahun 2020 didapatkan hasil dari kegiatan SMD bahwa 50 % ibu hamil tidak mengkonsumsi Tablet FE (Obat Penambah Darah). Sehingga perlu dilakukan tindakan edukasi terhadap sekitar terkhusus ibu hamil di dusun sukajaya I, menjadi salah satu alasan untuk dilakukannya penyuluhan ini.

3. METODE

Subyek dalam kegiatan pengabdian ini adalah ibu hamil yang terdapat pada RT. 01 dan RT. 02 Desa Kurungan Nyawa Kabupaten Pesawaran Provinsi Lampung .Kegiatan ini telah dilaksanakan pada hari Senin tanggal 19 Februari dengan 3 tahapan. Pada tahap awal dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan yang berkaitan dengan Manfaat mengkonsumsi Tablet FE (*pre test*). Pengukuran dilakukan dengan memberikan pertanyaan terbuka tentang definisi tablet fe,manfaat, cara mengkonsumsi dan dampak yang terjadi jika ibu hamil tidak mengkonsumsi. Kemudian narasumber memberikan materi tentang mengkonsumsi Tablet FE dengan menggunakan media power point. Materi diberikan dalam waktu 45 menit, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Tahap akhir yaitu memberikan pertanyaan kembali (*post test*) kepada peserta penyuluhan dengan pertanyaan yang sama yang diberikan pada saat per test.



Gambar 3.1 Peta Lokasi Desa Kurungan Nyawa Desa Suka Jaya I

4. HASIL & PEMBAHASAN

Penyuluhan tentang manfaat tablet Fe bagi ibu hamil berjalan dengan lancar dan dihadiri sekitar 25 orang. Berikut gambar pelaksanaan penyuluhan:



Gambar 4.1 Penyuluhan Tentang Manfaat Tablet Fe terhadap Ibu hamil



Gambar 4.2 Penyuluhan Tentang Manfaat Tablet Fe terhadap Ibu hamil

Pengetahuan subyek (Warga Dusun Sukajaya I) meningkat, yang awalnya tidak diketahui tentang bahaya tidak mengkonsumsi menjadi tahu. Terdapat peningkatan sebelum dan selesai dilakukan penyuluhan pada kisaran angka 60%. Hal ini masih tergolong cukup baik. Adanya variasi dari karakteristik subjek menjadi salah satu faktor yang meningkatkan pencapaian.

5. KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari kegiatan pengabdian uraian kepada Warga Dusun Sukajaya I RT. 01 & 02 antara lain. Pertama: peningkatan pengetahuan tentang pentingnya Konsumsi Tablet Fe pada subyek kegiatan dengan Rate Peningkatan sebesar 60%. Kedua: pengetahuan akan bahaya ketika tidak mengkonsumsi Tablet FE.

6. DAFTAR PUSTAKA

Manuaba, IBG. 2012. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta : EGC.

Profil Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. 2017

- Saifuddin. 2009. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Suciati, L., Maternity, D., & Yuliasari, D. (2020). EFEKTIFITAS TERAPI MUSIK KLASIK LULLABY TERHADAP KECEMASAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI RS. MARDI WALUYO KOTA METRO. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(2), 155-160.
- Tarwoto, W. (2007). *Buku Saku Anemia Pada Ibu Hamil*. Jakarta: *Trans Info Medika*.
- Yanti, Y. E., Isnaini, N., & Yuliasari, D. (2017). Tentang Penulis yulistiana evayanti nurul isnaini dewi yuliasari Isi Jurnal Cari## plugins. block. navigation. searchScope## Telusuri Berdasarkan Terbitan Berdasarkan Penulis Berdasarkan Judul Jurnal Lain Informasi Untuk Pembaca Untuk Penulis Untuk Pustakawan ISSN: 2476-8944 e ISSN: 2579-762X Proses Publikasi Format Penulisan Alih Publikasi Merespon Hasil Review Contoh Submission Jurnal di OJS Pengguna Nama Pengguna Kata Sandi Ingat Saya Bantuan Jurnal Flag Counter Total: 509Today: 2Yesterday: 5Visitors *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 3(4).
- Yuviska, I. A., & Yuliasari, D. (2019). PENGARUH PEMBERIAN KURMA TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DENGAN ANEMIA DI PUSKESMAS RAJABASA INDAH BANDAR LAMPUNG. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(4), 343-348.