

**Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Melalui Pendidikan Kesehatan Tentang
Anemia Dan Penatalaksanaannya Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja
Puskesmas Pembantu Waso Ruteng Kab. Manggarai
Nusa Tenggara Timur**

Reineldis E. Trisnawati¹, Putriatri K. Senudin², Fortunata Armalan³

^{1,2}Dosen DIII Kebidanan UNIKA Santu Paulus Ruteng

³Mahasiswa DIII Kebidanan UNIKA Santu Paulus Ruteng

Email: reineldys@gmail.com, atri124@gmail.com

ABSTRAK

Anemia pada Ibu hamil sangat terkait dengan mortalitas dan morbiditas pada ibu dan bayi, termasuk resiko keguguran, lahir mati, prematuritas, dan berat bayi lahir rendah. Pada ibu hamil, anemia yang paling banyak terjadi adalah anemia defisiensi zat besi serta asam folat dan vitamin B12 sehingga dibutuhkan pemberian makanan yang mengandung protein, zat besi, asam folat, dan vitamin B12. Untuk mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil, diperlukan nutrisi yang baik dengan mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi seperti sayuran berdaun hijau, daging merah, sereal, telur, dan kacang tanah dapat membantu memenuhi kebutuhan zat besi. Kegiatan pendidikan kesehatan tentang anemia pada ibu hamil ini bertujuan agar dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya ibu hamil tentang anemia pada kehamilan dan penatalaksanannya, sehingga kejadian anemia pada ibu hamil dapat diatasi. Kegiatan pendidikan kesehatan ini penyajian materi menggunakan leaflet dan lembar balik dengan metode ceramah, diskusi dan tanya jawab. Dari pengamatan sejak dimulai sampai berakhirnya kegiatan, semua peserta ibu hamil yang ikut sangat antusias dan aktif selama kegiatan berlangsung dan ibu mampu memahami materi yang disampaikan.

Kata Kunci: anemia, kehamilan, pendidikan kesehatan

ABSTRACT

Anemia in pregnant women is strongly associated with maternal and neonatal mortality and morbidity, including the risk of miscarriage, stillbirth, prematurity, and low birth weight. In pregnant women, the most common anemia is iron deficiency anemia and folic acid and vitamin B12, so it is necessary to provide food containing protein, iron, folic acid and vitamin B12. To prevent anemia in pregnant women, good nutrition is needed by eating foods that contain iron such as green leafy vegetables, red meat, cereals, eggs, and peanuts to help meet iron needs. This health education activity about anemia in pregnant women aims to increase public knowledge, especially pregnant women, about anemia in pregnancy and its management, so that the incidence of anemia in pregnant women can be above. This health education activity presents material using leaflets and flipcharts with the method of lecturing, discussion and question and

answer. From observations from the start to the end of the activity, all pregnant women participants were very enthusiastic and active during the activity and the mothers were able to understand the material presented.

Keywords: *anaemia, pregnancy, health education*

1. PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah dan ukuran sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin dibawah nilai batas normal (11 gr/dL), akibatnya dapat mengganggu kapasitas darah untuk mengangkut oksigen kesekitar tubuh. Anemia merupakan indikator gizi buruk dan kesehatan yang buruk. Anemia pada Ibu hamil sangat terkait dengan mortalitas dan morbiditas pada ibu dan bayi, termasuk resiko keguguran, lahir mati, prematuritas, dan berat bayi lahir rendah (WHO, 2014).

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. Anemia sering diderita pada wanita usia subur. Hal ini disebabkan karena terjadinya siklus menstruasi pada wanita setiap bulannya. Kekurangan zat besi dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga dapat menyebabkan produktivitas menurun. Asupan zat besi dapat diperoleh melalui makanan bersumber protein hewani seperti hati, ikan, dan daging. Namun tidak semua masyarakat dapat mengonsumsi makanan tersebut, sehingga diperlukan asupan zat besi tambahan yang diperoleh dari tablet tambah darah (TTD) (Kemenkes RI, 2019).

Pada ibu hamil, anemia yang paling banyak terjadi adalah anemia defisiensi zat besi serta asam folat dan vitamin B12 sehingga dibutuhkan pemberian makanan yang mengandung protein, zat besi, asam folat, dan vitamin B12. Untuk mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil, diperlukan nutrisi yang baik dengan mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi seperti sayuran berdaun hijau, daging merah, sereal, telur, dan kacang tanah dapat membantu memenuhi kebutuhan zat besi (Proverawati, 2011).

Menurut departemen gizi dan kesehatan masyarakat (2012) presentase anemia pada wanita hamil seiring bertambahnya usia kehamilan terus meningkat yaitu trimester I sebanyak 8%, trimester II sebanyak 12%, dan trimester III sebanyak 29%. Di Indonesia penyebab utama kematian ibu sama juga dengan dunia internasional yaitu akibat perdarahan dimana anemia pada ibu hamil menjadi penyebab utama terjadinya perdarahan dan menjadi faktor utama penyebab kematian (Kemenkes RI, 2014).

Hasil Riskesdas 2018 menyatakan bahwa di Indonesia sebesar 48,9% ibu hamil mengalami anemia, jika dibandingkan hasil riskesdas tahun 2013 sebesar 37,1%, hal ini menunjukkan bahwa kejadian anemia dalam kurun waktu 5 tahun yaitu dari tahun 2013-2018 mengalami peningkatan (Riskesdas, 2018).

Di Provinsi Nusa Tenggara Timur ada 46,2% ibu hamil yang mengalami anemia. Di Puskesmas La'o dari 559 ibu hamil, ada 63 ibu (11,27%) yang mengalami anemia. (Laporan Kinerja Dinkes Manggarai, 2018).

Program Pemerintah mewajibkan standar pelayanan asuhan antenatal salah satunya dengan pemberian 90 tablet zat besi selama kehamilan sebagai upaya untuk mencegah anemia pada ibu hamil (Kemenkes RI, 2019). Manfaat zat besi untuk tubuh, di antaranya membantu menjaga tubuh agar tidak mengalami anemia. Ibu hamil yang kekurangan cadangan zat besi dapat menyebabkan anemia defisiensi zat besi (Sudargo dkk, 2018).

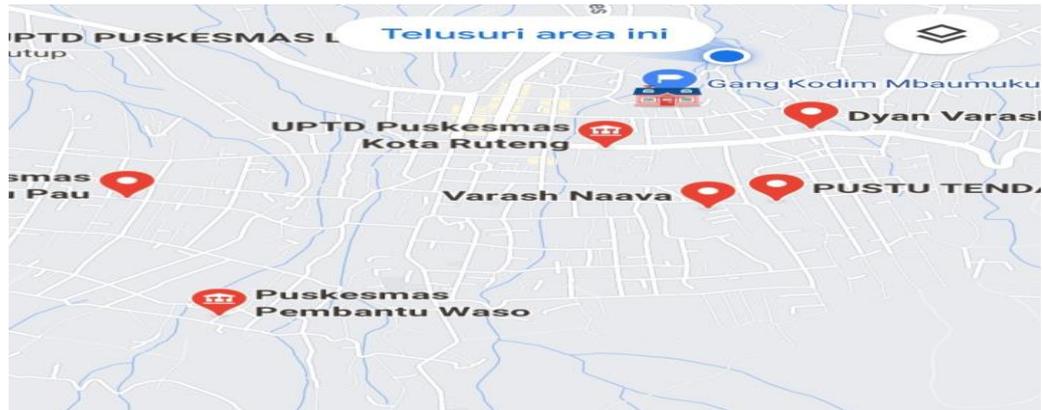
Anemi dan kekurangan energi kronis pada ibu hamil menjadi penyebab utama terjadinya perdarahan dan infeksi yang merupakan faktor utama kematian ibu. Seorang wanita yang mengalami perdarahan setelah melahirkan dapat menderita akibat anemia berat dan mengalami masalah kesehatan yang berkepanjangan (Sari, 2015).

Kegiatan pendidikan kesehatan tentang anemia pada ibu hamil ini bertujuan agar dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya ibu hamil tentang anemia pada kehamilan dan penatalaksanannya, sehingga kejadian anemia pada ibu hamil dapat diatasi.

2. MASALAH

Berdasarkan data Riskesdas (2018), prevalensi kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia terus bertambah dari 37,1% pada 2013 meningkat menjadi 48,9% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Di Provinsi Nusa Tenggara Timur ada 46,2% ibu hamil yang mengalami anemia. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Manggarai tahun 2018, jumlah kasus anemia pada tahun 2018 sebanyak 376 kasus dari total keseluruhan ibu hamil yaitu 6289 orang sedangkan kasus anemia pada ibu hamil tahun 2019 sebanyak 160 kasus dari total keseluruhan ibu hamil yaitu 6477 orang. Hal ini membuktikan kejadian anemia di Kabupaten Manggarai masih terbilang tinggi. Di Puskesmas Pembantu Waso sendiri jumlah kasus anemia pada tahun 2019 sebanyak 19 kasus (12,83%). (Laporan Kinerja Dinkes Manggarai, 2018).

Melihat data tersebut di atas menunjukkan bahwa masalah anemia pada ibu hamil masih menjadi hambatan bagi peningkatan kesehatan ibu dan anak di Provinsi NTT, khususnya di Kab. Manggarai.



Gambar 2.1 Peta Lokasi Pendidikan Kesehatan di Puskesmas Pembantu Waso

3. METODE

1. Tahap persiapan

Tahap persiapan dari kegiatan ini adalah membuat pre planning, persiapan penyajian materi menggunakan leaflet dan lembar balik. Pembuatan leaflet dan lembar balik. Pembuatan leaflet dan lembar balik selama 3 hari, dari tanggal 22 Juli-24 Juli 2020.

2. Tahap pelaksanaan

Sebelum kegiatan pendidikan kesehatan dimulai, terlebih dahulu memberitahukan kepada ibu hamil di Puskesmas Pembantu Waso oleh Bidan Koordinator, dilanjutkan dengan kegiatan penyuluhan tentang Anemia dan Penatalaksanaannya Pada Masa kehamilan.

3. Tahap evaluasi

a. Struktur

Kegiatan pendidikan kesehatan ini dilakukan pada tanggal 27 Juli 2020 dengan jumlah peserta yang hadir adalah sebanyak 10 orang ibu hamil.

b. Proses

Proses kegiatan pendidikan kesehatan berjalan dengan lancar. Semua peserta ibu hamil yang hadir dalam kegiatan penyuluhan sangat antusias dan aktif selama kegiatan berlangsung.

c. Hasil

Setelah dilakukan kegiatan pendidikan kesehatan tentang anemia pada ibu hamil di Puskesmas Pembantu Waso, ibu hamil dapat memahami pengertian anemia, gejala anemia pada ibu hamil, penyebab anemia, jenis-jenis anemia, dampak anemia pada kehamilan dan penatalaksananya serta cara minum tablet zat besi yang benar pada ibu hamil.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ini di laksanakan pada tanggal 27 Juli 2020 di Puskesmas Pembantu Waso Ruteng, Kabupaten Manggarai Nusa Tenggara Timur dengan jumlah peserta ibu hamil yang terlibat dalam kegiatan sebanyak 10 orang. Media yang digunakan dalam kegiatan pendidikan kesehatan ini adalah Lembar balik dan leaflet tentang Anemia pada ibu hamil. Metode yang digunakan adalah ceramah dan tanya jawab atau evaluasi. Berikut gambar pelaksanaan kegiatan Pendidikan kesehatan:



Gambar 4.1 Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan

5. KESIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan pendidikan kesehatan ini adalah dari pengamatan sejak dimulai sampai berakhirnya kegiatan semua peserta ibu hamil yang ikut sangat antusias dan aktif selama kegiatan berlangsung dan ibu mampu memahami materi yang disampaikan.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan RI. (2014). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2013. Jakarta: Kemenkes RI
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018. Jakarta: Kemenkes RI
- Dinas Kesehatan Kabupaten Manggarai. (2018). Laporan Kiner Dinas Kesehatan kabupaten Manggatai.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI
- Sari, A. A. (2015). Anemia dan Angka Kematian. Diakses dari: <https://www.klikdokter.com/rubrik/read/2699807/anemia-dan-angka-kematian-ibu>
- Sudargo, T., Kusmayanti, N. A dan Hidayati, N. C. (2018). Defisiensi Yodium, Zat Besi dan Kecerdasan. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Proverawati, A. (2011). Anemia dan Anemia Kehamilan. Yogyakarta: Nuha Medika
- World Health Organization (WHO). (2014). Maternal Mortality. Diakses dari: <http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>