

**ALTERNATIF EFEKTIF MENURUNKAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DENGAN
PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG MANFAAT OLAHAN RUMPUT
LAUT DAN KERANG DARAH DI PUSTU OLILIT TIMUR****Vina Dwi Wahyunita^{1*}, Sitti S Hermanses², Kristiova M Saragih³**¹⁻³Poltekkes Kemenkes Maluku

Email Korespondensi: vinawahyunita@gmail.com

Disubmit: 04 April 2023

Diterima: 16 April 2023

Diterbitkan: 01 Juni 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i6.9757>**ABSTRAK**

Ibu hamil merupakan kelompok yang rawan menderita anemia, anemia merupakan salah satu masalah gizi, yang di sebabkan karena kurang gizi. Penanganan anemia dengan cara meningkatkan kadar hemoglobin dapat dilakukan dengan menggunakan suplemen dan juga dari makanan. Salah satu bahan makanan yang dapat digunakan untuk penanganan anemia akibat kurangnya zat besi yaitu rumput laut (*Eucheuma sp*) dan kerang darah (*anadara granosa*). Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah memandirikan ibu hamil untuk mengkonsumsi rumput laut dan kerang darah sebagai upaya peningkatan kadar haemoglobin. Kegiatan ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan melalui media leaflet. Pada kegiatan ini dilakukan tahapan pre dan post test sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan. Dari hasil pre test dan post test yang dilakukan, dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan pengetahuan di ketiga aspek yang diukur setelah dilakukan penyuluhan. Persentase peserta yang memiliki tingkat pengetahuan baik terkait manfaat rumput laut meningkat dari 50% menjadi 75%, sedangkan tingkat pengetahuan tentang manfaat kerang darah terjadi peningkatan sebesar 31%, dari 65% menjadi 85%, dan peningkatan terbesar terlihat pada pengetahuan pengolahan rumput laut dan kerang darah dari 50% menjadi 80%. Hal ini mengindikasikan penyuluhan tentang manfaat dan pengolahan rumput laut dan kerang darah sangat baik dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil. Terjadi rata-rata peningkatan pengetahuan setelah dilakukan kegiatan masyarakat sebanyak 80 % dari jumlah total kuesioner.

Kata Kunci: Rumput Laut, Kerang Darah, Haemoglobin**ABSTRACT**

*Pregnant women are a group that is prone to suffer from anemia, anemia is a nutritional problem, which is caused by malnutrition. Handling anemia by increasing hemoglobin levels can be done using supplements and also from food. One of the food ingredients that can be used to treat anemia due to lack of iron is seaweed (*Eucheuma sp*) and blood clam (*anadara granosa*). The purpose of this service activity is to make pregnant women independent to consume seaweed and blood clams as an effort to increase hemoglobin levels. This activity was carried out in the form of counseling through leaflet media. In this activity, pre and post test stages were carried out before and after*

counseling was carried out. From the results of the pre-test and post-test conducted, it can be seen that there is an increase in knowledge in the three aspects that are measured after counseling is carried out. The percentage of participants who had a good level of knowledge regarding the benefits of seaweed increased from 50% to 75%, while the level of knowledge about the benefits of blood clams increased by 31%, from 65% to 85%, and the biggest increase was seen in knowledge of processing seaweed and shellfish. blood from 50% to 80%. This indicates that counseling about the benefits and processing of seaweed and blood clams is very good in increasing the knowledge of pregnant women. There was an average increase in knowledge after community activities as much as 80% of the total number of questionnaires.

Keywords: *Seaweed, Anadara Granosa, Hemoglobin*

1. PENDAHULUAN

Kesadaran masyarakat di dunia akan hidup sehat semakin meningkat, salah satunya ditunjukkan dengan perubahan kebiasaan mengonsumsi makanan dari sumber daya pangan yang masih alami dan salah satunya adalah rumput laut. Penggunaan sumber daya pangan yang masih alami merupakan cara cepat dan mudah untuk mencegah gangguan kesehatan yang bersumber dari masalah gizi (Thahira Banu & Uma Mageswari, 2015). Masalah gizi yang di perlu diwaspadai oleh ibu hamil adalah anemia yang disebabkan karena kekurangan zat besi, vitamin, mineral seperti folat, vitamin A dan B12 serta tembaga. Anemia adalah penurunan konsentrasi darah merah yang mengalir dalam sel sehingga terjadi gangguan dalam suplai oksigen (World Health Organization, 2014). Berdasarkan data Kemenkes 2018 jumlah anemia pada ibu hamil mengalami peningkatan dalam 5 tahun terakhir yaitu sebesar 11,8%, dengan jumlah ibu hamil yang paling banyak (84,6%) mengalami anemia adalah ibu yang hamil pada usia 15-24 tahun (Kemenkes RI, 2018).

Salah satu upaya untuk menurunkan anemia pada kehamilan adalah dengan patuh mengonsumsi zat besi selama kehamilan selain harus terpenuhinya asupan zat gizi dalam tubuh (Yuli Bahriah, 2021), karena tindakan untuk mencegah dan memperbaiki defisiensi besi harus mencakup usaha peningkatan asupan besi dengan pendekatan berbasis pangan melalui mempertimbangkan kearifan lokal (Hurrell et al., 2002). Asupan zat gizi sangat dibutuhkan ibu hamil dalam sintesis haemoglobin, salah satunya yaitu yang terkandung dalam bahan makanan rumput laut. Rumput laut merupakan salah satu komoditi pangan yang banyak mengandung senyawa yang dibutuhkan oleh tubuh dalam sintesis haemoglobin seperti zat besi, protein dan vitamin B (Damayanti et al., 2020), sehingga apabila dalam tubuh kurang mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi, asam folat atau vitamin B12, didalam tubuh akan menjadi sulit menyerap nutrisi dan sulit membentuk sel darah merah sehingga menyebabkan terjadi anemia (Azam et al., 2017).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan mengonsumsi makanan yang mengandung gizi yang tinggi seperti protein, zat besi dan vitamin C berpengaruh terhadap peningkatan haemoglobin, salah satunya yaitu dikarenakan kandungan vitamin C yang tinggi membantu reduksi besi ferri (Fe^{3+}) menjadi ferro (Fe^{2+}) dalam usus halus sehingga mudah diserap

oleh tubuh (Nusantri Rusdi, 2020). Karena kandungan zat gizi pada rumput laut seperti vitamin dan mineral cukup tinggi dibandingkan dengan makanan lainnya, menjadikan bahan makanan yang berasal dari rumput laut dapat menjadi solusi mengobati penyakit defisiensi besi (García-Casal et al., 2009).

Sumber zat gizi yang diperlukan oleh tubuh manusia selain dapat diperoleh dari sumber nabati dapat juga diperoleh dari hewani. Makanan yang berasal dari hewani lebih banyak mengandung jumlah protein per porsinya serta mengandung semua asam amino esensial yang diperlukan oleh tubuh, disamping itu asam amino esensial yang terkandung didalamnya tidak menghambat penyerapan nutrisi penting dari sumber protein nabati. Makanan yang bersumber dari hewani juga mengandung zat besi haem yang mudah diserap oleh tubuh manusia dari pada sumber tumbuhan, hal tersebut juga mirip dengan mikronutrien penting lainnya (Schönfeldt et al., 2013).

Anemia yang dialami sebagian besar penduduk Indonesia terjadi karena kekurangan zat besi akibat dari kurangnya asupan makanan khususnya yang bersumber dari pangan hewani (*besi heme*). Sumber zat besi utama yang berasal dari hewani dapat diperoleh dari hati, daging (sapi dan kambing), unggas (ayam, bebek, burung) dan hasil laut seperti kerang-kerangangan (Kementrian Kesehatan RI, 2018).

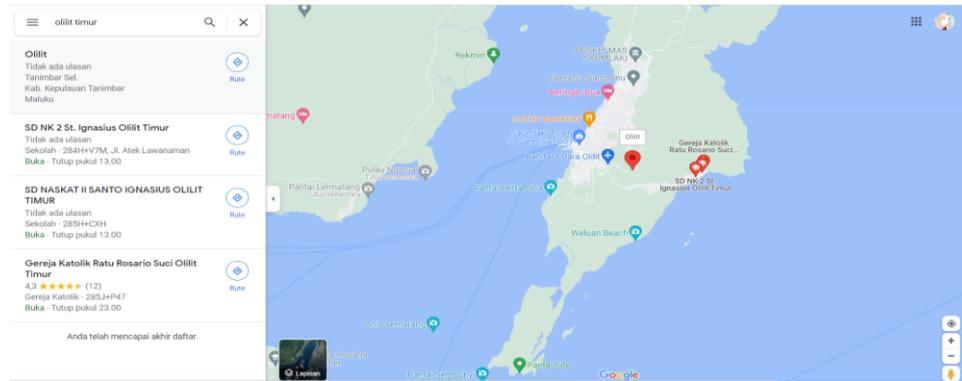
Kerang darah atau *Anadara Granosa* merupakan famili *Arcidae*, didalam kerang itu sendiri terkandung banyak komposisi kimianya mulai dari lemak 0,91%, air 83%, protein 10,33% serta abu 1,84% (Zemouri et al., 2016). Selain itu dalam kerang juga terkandung mineral Fe (zat besi) yang mempunyai fungsi mengkatalisis reaksi dismutase hydrogen peroksida sehingga mencegah terjadinya anemia. Oleh sebab itu ibu hamil dianjurkan untuk mengkonsumsi kerang darah agar anemia dapat dicegah (Kustiyariyah, Nurjanah, 2005).

Pustu Olilit Timur merupakan salah satu daerah di Kabupaten Kepulauan Tanimbar yang berada dipesisir pantai yang memiliki potensi sumber daya rumput laut dan kerang darah. Berdasarkan survey di lapangan, budidaya rumput laut yang dilakukan masyarakat hanya dijadikan komoditi untuk jual keluar kabupaten sebagai sumber mata pencaharian masyarakat setempat, namun tidak dijadikan konsumsi pangan. Demikian pula dengan sumber daya kerang darah yang diambil hanya untuk dijual dan sangat jarang dimanfaatkan atau dikonsumsi sebagai lauk. Berdasarkan permasalahan yang ada maka kami sebagai tim pengabdian berinisiatif melakukan penyuluhan tentang manfaat olahan rumput laut dan kerang darah melalui pembagian leaflet di Pustu Olilit Timur. Dengan adanya leaflet merupakan salah satu bentuk edukasi dalam pemberian informasi manfaat rumput laut dan kerang darah untuk alternatif pencegahan anemia dalam kehamilan.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Masalah aktual yang terjadi di lapangan adalah Pustu Olilit ini terletak di Jalan Olilit Timur, Kec. Tanimbar Utara, Kab. Kepulauan Tanimbar. Jarak tempuh Pustu Olilit Timur ke kampus Prodi Kebidanan Saumlaki adalah 4 km. Kabupaten Kepulauan Tanimbar merupakan daerah pesisir yang dikelilingi oleh lautan, dan salah satu biota pesisir yang paling banyak dieksploitasi adalah rumput laut dan kerang darah, berdasarkan survey di

lapangan budidaya rumput laut dan kerang darah yang dilakukan oleh masyarakat sebagian besar hanya dijadikan komoditi untuk dijual keluar kabupaten, namun tidak dijadikan konsumsi pangan. Perlunya penyuluhan manfaat konsumsi rumput laut dan kerang darah dalam upaya peningkatan kadar haemoglobin pada masyarakat khususnya ibu hamil sangat berdampak pada penurunan anemia. Sasaran yang diharapkan dalam pengabdian masyarakat ini adalah ibu hamil yang mengalami anemia.



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

3. KAJIAN PUSTAKA

Rumput laut merupakan salah satu komoditi makanan yang mengandung banyak nutrisi, oleh karena itu rumput laut dapat digunakan sebagai sumber nutrisi yang lengkap dan seimbang yang dapat digunakan untuk bahan atau komposisi makanan yang sehat bagi manusia (Rasyid et al., 2019). Pada satu ons rumput laut mengandung banyak mineral dibandingkan dengan makanan lainnya. Kandungan zat gizi yang cukup tinggi pada rumput laut menjadikan rumput laut sebagai sumber nabati terpenting (Nakamura et al., 1996). Leucine merupakan asam amino esensial yang banyak ditemukan pada rumput laut dengan kandungan 9374,22 mg.kg-1, sedangkan asam amino non esensial seperti asam glutamate ditemukan pada rumput laut sebanyak 10848,98 mg.kg-1, dan kandungan zat besi pada rumput laut sebanyak 15,20 mg.100 g-1 (Rasyid et al., 2019).

Kandungan gizi yang tinggi pada asam amino dan zat besi pada rumput laut menjadikan rumput laut dapat digunakan sebagai efek terapeutik yang menjanjikan, disamping dapat menjadi makanan tambahan yang ideal dalam memerangi kekurangan zat besi secara umum (Thahira Banu & Uma Mageswari, 2015). Pada ibu hamil dianjurkan mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung zat yang dibutuhkan tubuh dalam sintesis hemoglobin. Pada rumput laut itu sendiri juga terdapat vitamin B6 dan B12 yang diperlukan dalam sintesis hemoglobin. Pada reaksi awal pembentukan heme diperlukan vitamin B6 dan asam amino serta glisin, sedangkan pada sintesis globin diperlukan kombinasi vitamin B6 dan vitamin B12, sehingga apabila terjadi reaksi antara heme dan globin maka akan menghasilkan hemoglobin (Uluwiyatun et al., 2015). Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsumsi rumput laut efektif terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil (Mutiara et al., 2021).

Kerang darah atau *Anadara Granosa* merupakan famili *Arcidae* dan kelas *Bivalvia*. Kerang darah mempunyai pigmen penghasil darah merah (haemoglobin) atau *blood cockles*, hal tersebut menjadikan kerang darah berwarna merah kecoklatan pada dagingnya. *Blood cockles* itu sendiri berfungsi mengikat oksigen, sehingga kerang tersebut dapat hidup pada kondisi kadar oksigen yang rendah dan tanpa air (Kustiyariyah, Nurjanah, 2005). Didalam kerang itu sendiri terkandung banyak komposisi kimianya mulai dari lemak 0,91%, air 83%, protein 10,33% serta abu 1,84% (Zemouri et al., 2016). Menurut hasil penelitian menunjukkan bahwa daging segar kerang darah (*Anadara Granosa*) mengandung 19,48% protein, 2,50% lemak, 74,37% air, 2,24% abu serta mengandung vitamin C. Kandungan tersebut berperan penting dalam meningkatkan kadar haemoglobin karena protein dan vitamin C memiliki peran dalam membantu penyerapan dan peningkatan zat besi didalam tubuh. Disamping itu kerang darah (*Anadara Granosa*) berfungsi juga sebagai antimikroba dan memiliki senyawa bioaktif (Ervianti et al., 2018)

4. METODE

a. Persiapan

Pengabdian kepada masyarakat dilakukan melalui program kemitraan masyarakat dilakukan dengan menerapkan konsep penyuluhan atau edukasi kepada ibu hamil untuk meningkatkan pengetahuan tentang manfaat rumput laut dan kerang darah untuk dikonsumsi sehingga mencegah anemia kehamilan di Pustu Olilit Timur yang dilaksanakan pada hari Rabu, 15 Februari 2023

Adapun kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilaporkan adalah tahap persiapan dan pelaksanaan. Persiapan meliputi koordinasi dan persiapan teknis sedangkan tahap pelaksanaan terdiri dari pre dan post test serta penyuluhan

1) Koordinasi

Pada awal Januari 2023, tim pengabdian mendapatkan permintaan dari Puskesmas untuk melakukan penyuluhan kepada ibu hamil tentang anemia, kemudian tim pengabdian mengurus persuratan dari Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Poltekkes Kemenkes Maluku dengan sasaran Ibu hamil untuk melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat. Dimana surat izin pengambilan data disampaikan pada bulan Januari 2023. Tim pengabdian diterima Kepala Puskesmas Saumlaki dan Penanggung Jawab Pustu Olilit Timur untuk melakukan pembahasan secara umum hingga hal-hal teknis terkait program pengabdian masyarakat yang akan dilaksanakan oleh tim pengabdian serta melakukan koordinasi dengan memperkenalkan diri dan menjelaskan tentang waktu dan tujuan program kegiatan pengabdian kepada masyarakat dari Puskesmas ke tim pengabdian Prodi Kebidanan Saumlaki di Pustu Olilit Timur. Dilanjutkan, tim pengabdian melakukan pengkajian dan pengumpulan data melalui survey langsung kepada Ibu hamil di Pustu Olilit Timur.

2) Persiapan teknis

Tahap persiapan teknis program meliputi pengembangan proposal pengabdian dan berkomunikasi dengan Pustu Olilit Timur sebagai target sasaran. Selanjutnya dilakukan koordinasi dengan badan penanggung jawab Program KIA di lapangan untuk membantu

mendampingi kegiatan penyuluhan. Penyuluh yang mempunyai kompetensi memberikan penyuluhan atau edukasi terkait dengan manfaat rumput laut dan kerang darah terhadap pencegahan anemia pada ibu hamil. Pada tahap ini ditetapkan satu orang penanggung jawab Program KIA di lapangan yaitu Paulina M. Kelitadan, S.Tr.Keb sebagai perwakilan bidan Puskesmas Saumlaki dan pembicara oleh tim dosen dari Poltekkes Kemenkes Maluku. Persiapan teknis yang dilakukan tim pengabdian juga meliputi mempersiapkan spanduk, daftar hadir peserta, kuesioner pre dan post, dan leaflet.

b. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan dengan mengikutsertakan ibu hamil berjumlah 30 orang, selain itu bidan penyuluh. Penyuluhan dilakukan dengan tatap muka, ceramah, diskusi dan pengembangan rencana tindak lanjut (RTL). Kegiatan pengabdian masyarakat pada awal kegiatan peserta diberikan pre test terlebih dahulu dengan diberikan kuesioner dilanjutkan dengan pemberian materi penyuluhan dan diakhir kegiatan diberikan tes kembali berupa post test dengan menggunakan kuesioner.

1) Pre Test

Sebelum dilakukan penyuluhan, peserta pengabdian diberikan pre test terlebih dahulu untuk menilai pengetahuan peserta. Kegiatan pre test dilaksanakan pada hari Rabu, 15 Februari 2023 pukul 10.00 wit bertempat di Pustu Olilit Timur. Selama kegiatan berlangsung peserta mengisi kuesioner pre test dan post test. Soal pre test dan post test menggunakan bahasa masyarakat awam yang terdiri dari 15 soal dengan pilihan jawaban menggunakan skala guttman. Hasil pre test bermanfaat mengetahui sejauh mana pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan penyuluhan materi

2) Pemberian Materi

Setelah peserta mengisi kuesioner pretest, tim pengabdian melakukan penyuluhan. Materi yang diberikan meliputi pengertian anemia, komposisi zat gizi serta manfaat rumput laut dan kerang darah, cara pengolahan rumput laut dan kerang darah. Metode yang digunakan adalah ceramah, tanya jawab, diskusi dengan media leaflet.

3) Post Test

Setelah pemberian penyuluhan materi, peserta diberikan kuesioner post test untuk menilai pengetahuan peserta pengabdian masyarakat setelah kegiatan penyuluhan. Soal post test disesuaikan dengan bahasa masyarakat awam yang terdiri dari 15 soal dengan pilihan jawaban menggunakan skala guttman. Hasil post test ini digunakan sebagai evaluasi setelah pemberian penyuluhan materi yang diharapkan pengetahuan peserta pengabdian dapat meningkat dan bersedia untuk mengkonsumsi rumput laut dan kerang darah sebagai menu dalam masakan sehari-hari. Rencana tindak lanjut (RTL), disepakati bersama bahwa seluruh peserta yang hadir bersedia untuk mengolah dan mengkonsumsi rumput laut dan kerang darah sebagai menu makanan sehari-hari. Dalam sesi ini juga disepakati jadwal kegiatan monitoring ke Pustu Olilit Timur di minggu ke 2 dan 3 bulan Maret 2023. Saat monitoring diharapkan

peserta sudah mencoba mengolah rumput laut dan kerang darah serta mengonsumsi olahan tersebut.

c. Monitoring dan Evaluasi

Tujuan kegiatan monitoring dan evaluasi adalah untuk memahami situasi sasaran, mengetahui pelaksanaan kegiatan, membantu proses pengambilan keputusan dan untuk memfasilitasi proses perbaikan performa program pengabdian sehingga dapat memberikan hasil yang optimal. Monitoring dan evaluasi dilaksanakan oleh tim pengabdian sebanyak 2 kali di minggu ke 2 dan ke 3 bulan Maret 2023

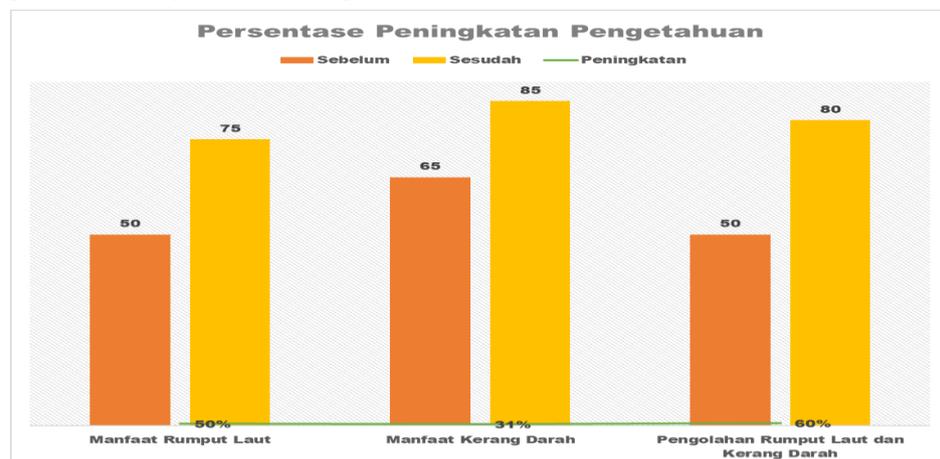
d. Pihak - pihak yang terlibat

Adapun pihak-pihak yang terlibat dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan antara lain :

- 1) Bidan Penanggung Jawab Program KIA di Lapangan Puskesmas Saumlaki
- 2) Bidan Penanggung jawab Pustu Olilit Timur
- 3) Ibu hamil

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan evaluasi yang dilakukan untuk menilai pengetahuan peserta (ibu hamil) sebelum dan setelah pemberian konsumsi rumput laut dan kerang darah. Tim pengabdian menggunakan kuesioner pre dan post test dengan tujuan untuk menilai kemampuan pengetahuan dan pemahaman dari pemberian penyuluhan materi, serta pada rencana tindak lanjut ibu hamil tidak ada yang mengalami anemia dengan pemeriksaan haemoglobin. Hasil yang didapatkan sebelum diberikan penyuluhan materi yaitu sebagian besar pengetahuan ibu hamil masih rendah dan setelah diberikan penyuluhan materi tentang rumput laut dan kerang darah sebagian besar masyarakat mengalami peningkatan pengetahuan. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat sebagai berikut:



Gambar 2 Grafik Persentase Tingkat Pengetahuan

Hasil evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat untuk pre test dan post test yang telah dilakukan, berdasarkan nilai rerata terjadi peningkatan pengetahuan pada tiga komponen yang diukur. Peningkatan terbesar terlihat pada pengetahuan pengolahan rumput laut dan kerang darah dari 50% menjadi 80%, pada tingkat pengetahuan tentang manfaat rumput laut

meningkat dari 50% menjadi 75%, sedangkan tingkat pengetahuan tentang manfaat kerang darah terjadi peningkatan sebesar 31%, dari 65% menjadi 85%. Peningkatan persentase pengetahuan yang lebih tinggi merupakan indikator yang baik, hal tersebut merupakan indikasi bahwa penyuluhan tentang rumput laut dan kerang darah berpengaruh pada tingkat pengetahuan ibu hamil sehingga nantinya diharapkan anemia pada kehamilan dapat dicegah.

Rumput laut merupakan salah satu makanan yang banyak mengandung nutrisi yang lengkap seperti zat besi, mineral, vitamin B kompleks, protein dan lainnya, karena kandungan zat gizi yang lengkap pada rumput laut sehingga konsumsi rumput laut secara rutin dapat meningkatkan kadar haemoglobin pada ibu hamil (Gusriani et al., 2022). Hasil penelitian Sitti S. Hermanses tahun 2021 dan Ervianti dkk tahun 2018 bahwa kandungan rumput laut yang dikombinasikan dengan kerang darah sangat efektif dalam meningkatkan kadar haemoglobin hal tersebut dikarenakan komposisi dari kerang darah yang juga banyak mengandung vitamin C yang dapat membantu penyerapan dari zat besi pada rumput laut (Ervianti et al., 2018)(Hermanses, Sitti dan Kutaromalus, 2021).

Konsumsi rumput laut dan kerang darah merupakan salah satu usaha peningkatan kadar haemoglobin pada ibu hamil. Ibu hamil perlu mendapatkan informasi yang jelas tentang manfaat dan cara mengolah rumput laut dan kerang darah untuk dikonsumsi yang sangat berguna untuk mencegah anemia. Hasil laporan yang disampaikan bidan di Puskesmas bahwa sebagian besar ibu hamil mengalami masalah anemia, dan sebagian besar ibu hamil tidak banyak memanfaatkan rumput laut dan kerang darah untuk dikonsumsi, hal tersebut dikarenakan ibu hamil tidak mendapatkan informasi yang cukup, diharapkan dengan adanya kegiatan pengabdian masyarakat ini sangat penting untuk ditindaklanjuti agar program ini betul-betul dapat memberikan manfaat yang berarti bagi ibu hamil dan masyarakat pada umumnya. Keberlanjutan program ini akan lebih diarahkan pada aspek pembinaan masyarakat dalam pengolahan rumput laut dan kerang darah sebagai pengembangan potensi sumber daya alam dan manusia sebagai kepentingan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat. Untuk aplikasi keberlanjutan program dilakukan kegiatan penyuluhan secara berkala tentang manfaat dan cara pengolahan rumput laut dan kerang darah pada ibu hamil, dan pasangan usia subur.



Gambar 3. Pembagian Leafleat



Gambar 4. Pemberian penyuluhan atau edukasi



Gambar 5. Pemeriksaan haemoglobin

6. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat program kemitraan masyarakat yang dilaksanakan di Puskesmas Saumlaki, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil antara sebelum dan sesudah penyuluhan mengenai rumput laut dan kerang darah dengan media leaflet. Saran keberlanjutan program akan lebih diarahkan pada aspek pembinaan ibu hamil di tempat pelayanan kesehatan lainnya sebagai pengembangan potensi sumber daya manusia bagi kesehatan dan kesejahteraan masyarakat

7. DAFTAR PUSTAKA

- Azam, M., Waris, A., Ram, T., . A. K.-..., Sci, P. L., & 2017, U. (2017). Iron Fortification Of Rice For Combating Iron Deficiency Anaemia. *Researchgate.Net*, May 2018. https://www.researchgate.net/profile/Supta-Sarkar/publication/320305458_Iron_Fortification_Of_Rice_For_Combating_Iron_Deficiency_Anaemia/links/5af02ec20f7e9b01d3e2debe/Iron-Fortification-Of-Rice-For-Combating-Iron-Deficiency-Anaemia.pdf
- Damayanti, M., Lubis, A. Y. S., & Setyohari, W. E. (2020). Konsumsi Rumput Laut Dapat Mengatasi Anemia Kehamilan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal Of Midwifery)*, 6(1), 68-74. <https://doi.org/10.33023/jikeb.v6i1.562>
- Ervianti, E., Herpandi, H., & Baehaki, A. (2018). Karakteristik Fisiko Kimia

- Dan Sensoris Burger Kerang Darah (Anadara Granosa). *Jurnal Fishtech*, 6(2), 134-144. <https://doi.org/10.36706/fishtech.v6i2.5845>
- García-Casal, M. N., Ramírez, J., Leets, I., Pereira, A. C., & Quiroga, M. F. (2009). Antioxidant Capacity, Polyphenol Content And Iron Bioavailability From Algae (*Ulva Sp.*, *Sargassum Sp.* And *Porphyra Sp.*) In Human Subjects. *British Journal Of Nutrition*, 101(1), 79-85. <https://doi.org/10.1017/S0007114508994757>
- Gusriani, Wahida, Nur Indah Noviyanti, & Nurasmii. (2022). The Effect Of Consuming Seaweed On Hemoglobin Levels Of Pregnant Women. *International Journal Of Health And Pharmaceutical (Ijhp)*, 2(2), 336-341. <https://doi.org/10.51601/ijhp.v2i2.72>
- Hermanses, Sitti Dan Kutaromalus, S. S. (2021). Pengaruh Konsumsi Rumput Laut Dan Kerang Darah Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Remaja Putri Anemia Di Sma Negeri I Tanimbar Utara Kabupaten Kepulauan Tanimbar.
- Hurrell, R., Nestel, Beard, & Freire. (2002). How To Ensure Adequate Iron Absorption From Iron-Fortified Food. *Nutrition Reviews*, 60(7 li). <https://doi.org/10.1301/002966402320285137>
- Kemendes Ri. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kemendrian Kesehatan Ri*, 53(9), 1689-1699.
- Kemendrian Kesehatan Ri. (2018). *Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur (Wus)*. 13(1), 104-116.
- Kustiyariyah, Nurjanah, Dan Z. (2005). *Buletin Teknologi Hasil Perikanan Kandungan Mineral Dan Proksimat Kerang Darah (Anadara Granosa) Yang Diambil Dari Kabupaten Boalemo, Gorontalo*. 2, 15-24.
- Mutiara, S., Ayuni, D. Q., & Rishel, R. A. (2021). Pemberian Konsumsi Rumput Laut (*Euclima Spinosum*) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Diwilayah Kerja Puskesmas Naras Kota Pariaman. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 12(1), 149. <https://doi.org/10.26751/jikk.v12i1.867>
- Nakamura, T., Nagavama, K., & Uchida, K. (1996). *Antioxidant Activity From The Brown Of Phlorotannins Isolated Alga Eisenia Bicyclis * L Takashi Kohki Kenii Tanaka Structural Analysis Of Antioxidative These Antioxidative Substances Described Above Are Usu Extraction And Separation Of Antioxidative Subst.* 62(6), 923-926.
- Nusantri Rusdi, P. H. (2020). Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah (*Psidium Guajava.L*) Terhadap Kadar Hemoglobin Penderita Anemia Remaja Putri. *Human Care Journal*, 5(3), 603. <https://doi.org/10.32883/hcj.v5i3.806>
- Rasyid, A., Ardiansyah, A., & Pangestuti, R. (2019). Nutrient Composition Of Dried Seaweed *Gracilaria Gracilis*. *Ilmu Kelautan: Indonesian Journal Of Marine Sciences*, 24(1), 1. <https://doi.org/10.14710/ik.ljms.24.1.1-6>
- Schönfeldt, H. C., Pretorius, B., & Hall, N. (2013). The Impact Of Animal Source Food Products On Human Nutrition And Health. *South African Journal Of Animal Sciences*, 43(3), 394-412. <https://doi.org/10.4314/sajas.v43i3.11>
- Thahira Banu, A., & Uma Mageswari, S. (2015). Nutritional Status And Effect Of Seaweed Chocolate On Anemic Adolescent Girls. *Food Science And Human Wellness*, 4(1), 28-34. <https://doi.org/10.1016/j.fshw.2015.03.001>

- Uluwiyatun, U., Runjati, R., & Suwondo, A. (2015). Pengaruh Konsumsi Rumput Laut (*Eucheuma Sp*) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Dan Status Fe Ibu Hamil Anemia Di Kabupaten Pekalongan. *Jurnal Kebidanan*, 3(7), 8-15.
- World Health Organization. (2014). Focusing On Anaemia: Towards An Integrated Approach Foraeffective Anaemia Control. *Joint Statement By The World Health Organization And The United Nations Children's Fund*, 3-6.
https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/second-decade/en/
- Yuli Bahriah. (2021). Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Dan Anemia Terhadap Kekurangan Energi Kronik (Kek) Pada Ibu Hamil Tahun 2020 (Studi Literatur). *Jurnal Kebidanan: Jurnal Medical Science Ilmu Kesehatan Akademi Kebidanan Budi Mulia Palembang*, 11(1), 79-91.
<https://doi.org/10.35325/kebidanan.v11i1.254>
- Zemouri, C., Wi, T. E., Kiarie, J., Seuc, A., Mogasale, V., Latif, A., & Broutet, N. (2016). The Performance Of The Vaginal Discharge Syndromic Management In Treating Vaginal And Cervical Infection: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Plos One*, 11(10).
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0163365>