

EDUKASI PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI DESA CARIUMULYA

Mutiara Insani¹, Asep Jamaludin²

Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi

fm20.mutiarainsani@mhs.ubpkarawang.ac.id

Ringkasan

Anemia merupakan penyakit paling umum yang merupakan masalah kesehatan masyarakat terbesar di dunia terutama pada ibu hamil karena banyak yang mengalami anemia defisiensi besi. Salah satu cara untuk mengurangi dampak anemia defisiensi besi pada ibu hamil yaitu dengan dilakukannya edukasi kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan para ibu mengenai pencegahan anemia dengan mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD) selama masa kehamilan. Edukasi dilakukan dengan menggunakan metode ceramah yang dibantu dengan media PPT, sedangkan pengetahuan ibu diukur dengan menggunakan pre-test dan post-test. Materi yang disampaikan meliputi tablet tambah darah, anemia dan gejala anemia, faktor penyebab serta dampak yang ditimbulkannya pada ibu hamil dan makanan untuk meningkatkan zat besi dalam tubuh. Pre-test dilakukan sebelum kegiatan edukasi dan post-test setelah dilakukannya edukasi yang masing-masing berjumlah 10 pertanyaan. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test yang diikuti oleh 23 responden dapat dinyatakan bahwa hasil pengukuran mengenai anemia dan tablet tambah darah sebelum dilakukan edukasi memiliki nilai yang baik sebanyak 7 responden (30%) dan terdapat adanya peningkatan menjadi sebanyak 20 responden (87%) yang memiliki nilai pengetahuan baik setelah dilakukannya edukasi pada peserta sosialisasi. Penelitian ini berpotensi agar para ibu maupun calon ibu memahami dengan baik mengenai informasi pencegahan anemia yang berdampak baik bagi masyarakat di desa Cariumulya.

Kata kunci: Tablet tambah darah, anemia, ibu hamil

Pendahuluan

Desa Cariumulya merupakan salah satu desa di kecamatan Telagasari kabupaten Karawang, Jawa Barat yang pada saat ini dipimpin oleh kepala desa yang bernama Engkus Kusnadi S.SiT sejak 2012 hingga sekarang. Nama desa Cariumulya berasal dari kata cariu yang diambil dari kata pohon yang ada dikampung ini bernama pohon cariu dan mulya tambahan dari masyarakat yang berarti tinggi luhur (mengenai kedudukan, pangkat dan martabat). Desa Cariumulya berada di daerah

dataran/pesawahan dengan ketinggian 5 m di atas permukaan laut dengan luas wilayah seluas 285,6 Ha terdiri dari sawah 250 Ha dan darat 35,6 Ha.

Di Indonesia sendiri, anemia merupakan penyakit paling umum, perumpamaannya 1 dari 5 orang Indonesia memiliki risiko untuk terkena anemia, bahkan remaja kita yang menderita anemia cukup banyak. Prevalensi anemia pada remaja sebesar 32%, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia (Fathony et al., 2022). Salah satu masalah kesehatan terbesar di dunia yaitu anemia terutama pada ibu hamil. Hal ini karena ibu hamil sering mengalami defisiensi zat besi. Anemia berperan pada peningkatan prevalensi risiko kesakitan dan kematian pada ibu hamil (ZA, Raudhatun & Hardewi, 2021).

Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah lebih rendah dari normal. Anemia dapat terjadi jika sel darah merah tidak mengandung cukup hemoglobin. Hemoglobin (Hb) adalah metalloprotein (protein yang mengandung zat besi) dalam sel darah merah yang berfungsi sebagai pembawa oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Pada umumnya kadar hemoglobin normal pada pria adalah 14-16 gr/dl sedangkan pada wanita adalah 12-15 gr/dl (Nofianti et al., 2021). Anemia gizi besi terjadi karena kekurangan zat besi, yang mengganggu proses pembentukan sel darah merah. Tingginya prevalensi anemia disebabkan oleh kekurangan zat besi, penyerapan zat besi yang buruk, perdarahan, malaria, infeksi parasit dan infeksi lainnya (Shofiana et al., 2018). Anemia memiliki gejala seperti pusing, lelah, kulit pucat, mual, detak jantung dan pernapasan meningkat. Efek anemia defisiensi besi pada kehamilan adalah peningkatan risiko kematian ibu, cacat pada pertumbuhan dan perkembangan janin/bayi prematuritas, berat badan lahir rendah (BBLR) , dan Kematian Bayi (Munawaroh et al., 2019).

Zat besi adalah suplemen zat besi yang terlibat dalam peningkatan jumlah sel darah merah. (meningkatkan aliran darah ibu dan kadar hemoglobin atau Hb) yang diperlukan untuk mencegah atau mengobati anemia. Asupan zat besi pada ibu hamil merupakan salah satu upaya untuk mengatasi kekurangan zat besi pada ibu hamil. Kebutuhan zat besi pada ibu hamil meningkat pada trimester kedua dan ketiga kehamilan (Anggraeni & Muchtar, 2021).. Dosis pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil yaitu 1 tablet sehari selama minimal 90 tablet selama masa kehamilan, hal ini merupakan salah satu program yang sudah dirancang pemerintah Indonesia untuk mengatasi masalah anemia. Dimana setiap satu tablet tambah darah mengandung 60 mg zat besi elemental baik dalam bentuk Ferro Sulfat, Ferro Fumarat atau Ferro Gluconat dan 0,400 mg (Shofiana et al., 2018).

Perilaku asupan zat besi pada ibu hamil dapat dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap yang

merupakan elemen kunci dari pelatihan. Oleh karena itu salah satu upaya pencegahan anemia pada ibu hamil terutama dalam hal memperbaiki kebiasaan asupan zat besi dapat dilakukan melalui metode edukasi. (Munawaroh et al., 2019). Edukasi dilakukan dengan cara ceramah yang disertai pretest dan juga posttest untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan pengetahuan ibu-ibu mengenai anemia dan tablet tambah darah. Berdasarkan uraian diatas, penulis bermaksud untuk meneliti perbedaan pengetahuan ibu mengenai anemia serta pencegahan anemia defisiensi besi pada ibu hamil dengan pemberian tablet tambah darah yang dilakukan di Paud Kartika des Cariumulya Kecamatan Telagasari.

Metode

Kegiatan sosialisasi pencegahan anemia yang dilakukan secara langsung kepada ibu-ibu yang merupakan wali murid paud di desa Cariumulya yang dilakukan di Paud Kartika pada Jum'at 21 Juli 2023. Edukasi dilakukan dengan menggunakan metode ceramah yang dibantu dengan media PPT, sedangkan pengetahuan ibu diukur dengan menggunakan pre-test sebelum kegiatan edukasi dan post-test setelah dilakukannya edukasi yang masing-masing kuisioner berjumlah 10 pertanyaan. Materi yang disampaikan meliputi tablet tambah darah, anemia dan gejala anemia, faktor penyebab serta dampak yang ditimbulkannya pada ibu hamil dan makanan untuk meningkatkan zat besi dalam tubuh.

Hasil Penelitian dan Pembahasan Hasil

Hasil yang didapatkan pada sosialisasi edukasi pencegahan anemia pada ibu hamil dengan pemberian tablet tambah darah yaitu :

Tabel 1. Karakteristik Usia Peserta Sosialisasi

Rentang Usia	n=23	Persentasi
20-30	8	35%
31-40	7	30%
41-50	4	17%
>50	4	17%

Berdasarkan data karakteristik usia peserta sosialisasi yang didapatkan disajikan pada Tabel 1. menunjukkan bahwa total keseluruhan peserta sosialisasi ini yaitu 23 orang dengan jumlah usia

terbanyak yaitu pada rentang usia 20-30 tahun sejumlah 8 orang (35%), peserta rentang usia 31-40 tahun sebanyak 7 orang (30%), peserta dengan rentang usia 41-50 tahun sebanyak 4 orang (17%) dan peserta dengan usia lebih dari 50 tahun sebanyak 4 orang (17%).

Tabel 2. Pendidikan Terakhir Peserta Sosialisasi

Pendidikan Terakhir	n=20	Persentase
SD	5	25%
SMP	7	35%
SMA/SMK	8	40%

Berdasarkan data pendidikan terakhir peserta sosialisasi yang didapatkan disajikan pada Tabel 2. menunjukkan bahwa total keseluruhan peserta sosialisasi ini yaitu 23 orang dan peserta yang mengisi form pendidikan terakhir hanya 20 orang saja. Peserta dengan pendidikan terakhir tertinggi yaitu SMA/SMK sebanyak 8 (40%), pendidikan SMP dengan jumlah 7 peserta (35%), dan pada tingkat SD sebanyak 5 peserta (25%).

Tabel 3. Tingkat Pengetahuan Peserta Sosialisasi

Tingkat pengetahuan	Pre test (n=23)		Post Test (n=23)	
	Frekuensi	Persentasi	Frekuensi	Persentasi
Kurang (0-50)	5	22%	2	9%
Sedang (60-70)	11	48%	1	4%
Baik (80-100)	7	30%	20	87%

Berdasarkan hasil pengukuran tingkat pengetahuan peserta sosialisasi yang disajikan pada Tabel 3. diketahui sebanyak 7 peserta (30%) yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai anemia dan tablet tambah darah dan sebanyak 5 peserta (22%) memiliki tingkat pengetahuan yang kurang sebelum dilakukannya edukasi dan terdapat adanya peningkatan menjadi sebanyak 20 peserta (87%) yang memiliki nilai pengetahuan yang baik setelah dilakukannya edukasi pada peserta sosialisasi. Dokumentasi sosialisasi edukasi pencegahan anemia pada ibu hamil dengan pemberian tablet tambah darah



Gambar 1. Pelaksanaan Sosialisasi pencegahan anemia pada ibu hamil di Paud Kartika Desa Cariumulya



Gambar 2. Foto bersama dengan peserta sosialisasi

Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan ini berupa sosialisasi dan edukasi mengenai pencegahan anemia defisiensi besi dengan pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil. Sosialisasi ini bertujuan untuk mencegah terkenanya anemia defisiensi besi bagi ibu-ibu di desa Cariumulya dengan memberikan edukasi mengenai tablet tambah darah, anemia, tanda-tanda terkenanya anemia, dampak anemia pada ibu hamil serta makanan yang dapat meningkatkan zat besi pada tubuh. Sosialisasi ini diawali dengan pembukaan, pretest, penyampaian materi dan sesi tanya jawab, posttest dan diakhiri dengan penutup. Berdasarkan hasil yang didapatkan terdapat sebanyak 7 peserta (30%) yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai anemia dan tablet tambah darah dan sebanyak 5 peserta (22%)

memiliki tingkat pengetahuan yang kurang sebelum dilakukannya edukasi dan terdapat adanya peningkatan menjadi sebanyak 20 peserta (87%) yang memiliki nilai pengetahuan yang baik setelah dilakukannya edukasi pada peserta sosialisasi. Ibu hamil dengan tingkat pengetahuan yang baik lebih cenderung untuk meminum tablet tambah darah secara teratur dibandingkan dengan ibu hamil dengan pengetahuan yang kurang dalam hal mengkonsumsi suplemen zat besi untuk mencegah anemia (Shofiana et al., 2018). Pada tahun 2012, World Health Organization (WHO) melaporkan prevalensi global anemia pada ibu hamil sebesar 41,8%. Kemudian riskesdas melaporkan pada tahun 2018 sebanyak 48,9% ibu hamil di Indonesia menderita anemia (Munawaroh et al., 2019).

Tingkat pendidikan juga berkaitan dengan tingkat kesehatan. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin mudah menerima konsep hidup sehat secara mandiri, kreatif dan berkelanjutan. Tingkat pendidikan juga sangat berpengaruh pada kemampuan menerima informasi gizi, yang menentukan atau mempengaruhi mudah tidaknya seseorang menerima pengetahuan (Chandra et al., 2019). Berdasarkan data yang didapatkan diketahui sebanyak 7 peserta (30%) yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai anemia dan tablet tambah darah dan sebanyak 5 peserta (22%) memiliki tingkat pengetahuan yang kurang sebelum dilakukannya edukasi dan terdapat adanya peningkatan menjadi sebanyak 20 peserta (87%) yang memiliki nilai pengetahuan yang baik setelah dilakukannya edukasi pada peserta sosialisasi. Berdasarkan hasil penelitian Shofiana pada tahun 2018, semakin rendah pengetahuan ibu hamil, maka akan semakin rendah rutinitas sehari-hari atau semakin rendah dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Usia dan tingkat pendidikan ibu hamil tidak berpengaruh terhadap teraturnya mengkonsumsi tablet tambah darah.

Kesimpulan dan Rekomendasi Kesimpulan

Kegiatan sosialisasi kepada ibu-ibu di desa Cariumulya ini dilakukan sebagai upaya untuk meningkatkan pemahaman ibu tentang anemia defisiensi pada ibu hamil, cara mengatasi anemia, dan cara mengkonsumsi tablet tambah darah telah terlaksana dan dianggap berhasil disebabkan para ibu-ibu di desa Cariumulya dapat memahami materi yang disampaikan dengan baik, hal ini didapatkan karena adanya peningkatan pengetahuan ibu dari 30% peserta yang memiliki tingkat pengetahuan baik menjadi 87%.

Rekomendasi

Untuk kedepannya diharapkan kegiatan edukasi mengenai pencegahan anemia defisiensi besi

dengan pemberian tablet tambah darah ini dapat dilaksanakan kembali agar para ibu maupun calon ibu dapat mencegah hal ini sejak awal kehamilan.

Daftar Pustaka

- Anggraeni, N. L. A., & Muchtar, F.(2021). Pengetahuan, Sikap dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Ibu Hamil Selama Masa Pandemi Covid-19. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 1(3), 144-154.
- Chandra, F., Junita, D., & Fatmawati, T. Y. (2019). Tingkat Pendidikan dan Pengetahuan Ibu Hamil dengan Status Anemia. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 9(04), 653- 659.
- Fathony, Z., Amalia, R., & Lestari, P. P. (2022). Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Disertai Cara Benar Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 4(2), 49-53.
- Munawaroh, A., Nugraheni, S. A., & Rahfiluddin, M. Z. (2019). Pengaruh Edukasi Buku Saku Terhadap Perilaku Asupan Zat Besi Ibu Hamil Terkait Pencegahan Anemia Defisiensi Besi (Studi pada Ibu Hamil Trimester II Akhir di Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu Kota Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 7(4), 411-419.
- Nofianti, I. G. A. T. P., Juliasih, N. K., & Wahyudi, I. W. G. (2021). Hubungan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di SMP Negeri 2 Kerambitan Kabupaten Tabanan. *Jurnal Widya Biologi*, 12(01), 58-66.
- Shofiana, F. I., Widari, D., & Sumarmi, S. (2018). Pengaruh usia, pendidikan, dan pengetahuan terhadap konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil di Puskesmas Maron, Kabupaten Probolinggo. *Amerta Nutrition*, 2(4), 356-363.
- ZA, Raudhatun N., & Hardewi, R. (2021). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Anemia Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Lamteuba Kabupaten Aceh Besar. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 7(1), 318-326.