

Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Terhadap “Pencegahan Anemia” Melalui Kelas Ibu Hamil Di Desa Tondomulyo Kabupaten Pati

Salwa Annisaa^{1*}, Nurhayani²

^{1,2}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati

*Korespondensi

E-mail: annisaasalwa@gmail.com

Abstrak: Anemia pada kehamilan menjadi potensi yang membahayakan ibu dan anak. Pengabdian ini dilakukan di Desa Tondomulyo dengan 11 ibu hamil yang terdiri dari 8 Ibu hamil normal, 3 ibu hamil dengan anemia. Pengetahuan ibu hamil mengenai pentingnya pemenuhan gizi saat hamil masih rendah, banyak ibu hamil yang belum patuh dalam mengkonsumsi tablet FE dan belum optimal nya pelaksanaan Kelas Ibu Hamil di Desa Tondomulyo. Kegiatan ini dilakukan 5 kali dengan hasil 5 ibu hamil berpengetahuan baik dan 4 ibu hamil berpengetahuan cukup dan 2 ibu hamil kurang, memberikan penyuluhan dengan metode ceramah berupa pengenalan penyakit anemia, dilanjutkan dengan demonstrasi dan redemonstrasi deteksi dini gejala anemia. Pertemuan terakhir dilakukan pendampingan ini dengan melihat hasil kegiatan yang telah dilakukan sebagai bagian dari prinsip keberlanjutan dan kemandirian warga. Kegiatan post test dengan hasil 10 ibu hamil berpengetahuan baik dan 1 ibu hamil berpengetahuan cukup.

Kata Kunci: Anemia, Ibu Hamil, Tablet FE

Pendahuluan

Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar atau 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, 2020). Menurut data Dinkes Provinsi Jawa Tengah (2018) prevalensi anemia pada ibu hamil masih berada di bawah data nasional yaitu sebesar 27,61% (Pemprov Jateng, 2020), jika dilihat berdasarkan klasifikasi WHO, prevalensi tersebut tergolong dalam kategori sedang. Berdasarkan data yang di peroleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Pati anemia ibu hamil tahun 2023 prevalensi anemia pada ibu hamil di Kabupaten Pati sebanyak 8,57%.

Upaya pencegahan anemia di Indonesia telah dilakukan, Depkes RI telah melaksanakan berbagai kegiatan penanganan anemia sejak awal tahun 1980an dengan tujuan utama menurunkan prevalensi anemia pada ibu hamil dengan mendistribusikan tablet tambah darah melalui Puskesmas. Hasil berbagai monitoring pelaksanaan program menunjukkan bahwa suplai tablet tambah darah yang mampu disediakan oleh DepKes hanya mencakup 60% dari jumlah ibu hamil yang ada dan dilaporkan pula masih rendahnya kepatuhan (*compliance*) ibu hamil untuk minum tablet tambah darah secara teratur dan cukup jumlahnya seperti yang

dianjurkan. Selain itu pemerintah juga melakukan penempatan bidan-bidan pada setia desa, ditempatkannya para bidan di desa-desa merupakan 'jendela kesempatan' (*window of opportunity*) untuk mempercepat upaya penurunan prevalensi (Mirwanti et al., 2021)

Upaya pencegahan anemia pada masa kehamilan dapat dilakukan oleh ibu hamil dengan meningkatkan asupan zat besi melalui makanan, konsumsi pangan hewani dalam jumlah cukup dan mengurangi konsumsi makanan yang bisa menghambat penyerapan zat besi seperti: fitat, fosfat, tannin. Suplemen tablet zat besi yang diberikan minimal 90 tablet untuk memenuhi kebutuhan zat besi pada ibu hamil juga perlu untuk diminum secara tepat. Dukungan lingkungan seperti keluarga serta kelompok ibu hamil juga diperlukan pada upaya penurunan kejadian anemia. Dukungan sosial dari keluarga akan mempengaruhi persepsi dan keyakinan ibu hamil sehingga meningkatkan perilaku untuk mencegah anemia. Bentuk dukungan keluarga pada ibu hamil untuk mencegah anemia seperti pemberian keyakinan kemampuan ibu untuk minum tablet tambah darah secara teratur, mengingatkan untuk makan makanan bergizi, mengingatkan minum tablet tambah darah secara teratur dan keluarga memberikan contoh dengan makan makanan bergizi dan menjaga kebersihan diri. Dukungan dari sesama ibu hamil dapat diberikan selama kelas kehamilan atau menghadiri perawatan antenatal. Bentuk dukungan kelompok pada ibu hamil untuk meningkatkan perilaku pencegahan anemia seperti memberikan contoh dengan makan makanan bergizi dan minum tablet tambah darah (Triharini, 2019)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan wawancara oleh peneliti kepada kader desa Tondomulyo bahwa di Desa Tondomulyo masih banyak ibu yang mengalami anemia dan ibu tidak memprioritaskan asupan gizi baik untuk ibu ataupun keluarga. Hal serupa di sampaikan oleh Bidan Desa Tondomulyo bahwa pada bulan Desember 2023 terdapat 11 ibu hamil di Desa Tondomulyo yang terdiri dari 1 ibu hamil TM 1, 5 ibu hamil TM 2, dan 5 ibu hamil TM 3, bidan mengatakan bahwa sebagian besar ibu tidak memperhatikan status gizi pada ibu maupun keluarga dan lebih mementingkan kebutuhan sekunder dan tersier. Bidan mengatakan bahwa di Desa Tondomulyo sudah berjalan dengan rutin setiap satu bulan sekali posyandu terintegrasi, dimana posyandu terintegrasi terdiri dari posyandu lansia, posyandu bayi dan balita dan posyandu ibu hamil. Namun, tidak ada posyandu khusus untuk ibu hamil.

Berdasarkan hasil wawancara dengan bidan di Desa Tondomulyo kepatuhan ibu hamil di Desa Tondomulyo untuk mengkonsumsi tablet FE sesuai dengan prosedur juga masih belum dilakukan sehingga menjadi kurang optimal. Banyak ibu yang mengeluhkan merasa mual dan muntah setelah mengkonsumsi tablet FE sehingga ibu menjadi jarang mengkonsumsi tablet FE.

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan dapat dilihat bahwa kepatuhan seseorang berpengaruh jika lingkungan sekitarnya mendukung, salah satunya yaitu lingkungan teman sebaya dimana teman sebaya dapat membantu individu lebih bisa menyelesaikan masalahnya dalam kondisi tertentu, maka dari itu penjelasan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian "Upaya Peningkatan Pengetahuan terhadap Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil di

Desa Tondomulyo kecamatan Jakenan Kabupetn Pati”

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati menggunakan pendekatan partisipatif yaitu pendekatan yang berorientasi kepada upaya peningkatan peran serta masyarakat secara langsung dalam berbagai proses dan pelaksanaan pengabdian.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan 3 kali dalam kegiatan kelas ibu hamil sehingga diharapkan ibu dapat memahami materi yang disampaikan kemudian materi yang kurang dipahami dapat ditanyakan pada pertemuan selanjutnya. Selain itu ibu hamil juga dibuatkan *whatsapp group* yang digunakan sebagai wadah dalam optimalisasi kelas ibu hamil. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah ceramah, tanya jawab, demonstrasi, redemostrasi dan pendampingan.

Hasil

Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama lima kali (satu kali survey, 3 kali kegiatan dan 1 kali pendampingan), Pelaksanaan pertemuan pertama dilaksanakan pada hari Sabtu, 8 Januari 2024 jam 10.00 wib – selesai di PKD Sampang Tondomulyo yang dihadiri oleh bidan desa Tondomulyo yaitu Ibu In Pujianingsih, A.Md. Keb. Pada pertemuan ini tim melakukan pendekatan kepada pihak mitra untuk rencana pelaksanaan kegiatan. Tim membicarakan tentang jumlah sasaran yaitu seluruh ibu hamil di Desa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati. Materi yang akan disampaikan meliputi pengenalan pencegahan anemia, deteksi dini dan gejala anemia melalui kelas ibu hamil yang akan dilakukan menjadi 3 kali pertemuan dengan durasi setiap pertemuan 120 menit, selanjutnya di lakukan pendampingan. Pada pertemuan ini tim dan mitra bersepakat untuk turut andil dan mendukung setiap kegiatan yang akan di lakukan.

Setelah melakukan pertemuan dengan mitra, tim melakukan pertemuan pertama dengan ibu hamil yang dilakukan pada hari Sabtu, 8 Januari 2024, pada tahap ini dilakukan dengan memberikan pre test yang dilakukan dengan memberikan 12 pernyataan kepada ibu hamil sebagaimana terlampir. Pertemuan pertama dilakukan di Balaidesa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati. Kegiatan ini di hadiri oleh 11 ibu hamil yang terdiri dari 5 ibu hamil trimester pertama, 1 ibu hamil trimester dua dan 5 ibu hamil trimester tiga. Alat dan media yang digunakan adalah buku KIA dan flyer, laptop yang berisi materi konsep gizi, lcd. Hasil pre test didapatkan 5 ibu hamil berpengatahuan baik dan 4 ibu hamil perpengetahuan cukup dan 2 ibu hamil berpengathuan kurang.

Pada tahap ini, ibu hamil yang hadir menyimak materi yang diberikan oleh tim. melalui metode kelas ibu hamil. Metode kelas ibu hamil digunakan untuk meningkatkan ibu hamil dalam menyampaikan segala permasalahan kepada petugas dengan lebih leluasa, hal ini

dibuktikan dengan banyak ibu hamil yang aktif bertanya setelah materi disampaikan salah satunya adalah ibu Winarni yang bertanya mengenai “Bagaimana cara memenuhi gizi pada ibu hamil dengan penghasilan yang pas-pasan?”. Pada Pertemuan ini tim juga membuat grup Whatsapp Gerakan Berantas Anemia (GEBETAN) yang berisi ibu hamil, kader, bidan desa dan tim pengabdian.

Pertemuan kedua dilaksanakan pada hari Sabtu, 15 Januari 2024 jam 14.00 WIB - selesai di PKD Sampang Desa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati yang dihadiri oleh 11 ibu hamil dan bidan desa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati. Alat dan media yang digunakan adalah materi, LCD, laptop. Pada tahap ini, kegiatan yang dilakukan antara lain : melakukan tanya jawab terkait dengan permasalahan anemia, melakukan demonstrasi deteksi dini dan gejala anemia, melakukan redemonstrasi pada ibu hamil dan kader tentang deteksi dini dan gejala anemia, evaluasi diskusi yang dilakukan menggunakan metode whatsapp.

Pertemuan ketiga dilaksanakan pada hari Senin, 29 Januari 2024 jam 10.00 WIB – selesai di Balai Desa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati. Kegiatan ini dihadiri oleh tim pengabdian masyarakat, bidan desa dan ibu hamil di Desa Tondomulyo. Pertemuan ini dilakukan dengan melakukan penyuluhan kepada ibu hamil mengenai upaya pencegahan anemia pada ibu hamil melalui gambar dan video. Pertemuan selanjutnya dilakukan dengan pendampingan, Proses pendampingan ini dilakukan untuk melihat hasil kegiatan yang telah dilakukan sebagai bagian dari prinsip berkelanjutan dan kemandirian warga. Kegiatan pendampingan dilakukan dengan memberikan pertanyaan post test dan diskusi kesulitan dalam mengenali tanda bahaya. Salah satu ibu hamil bernama ibu Sumirah mengatakan “*Saya senang bisa mengikuti kegiatan ini karena awalnya saya tidak tahu klo ternyata anemia bisa berbahaya dan mencegahnya bisa dari kebiasaan kita sehari-hari*”

Evaluasi post test untuk melihat apakah terdapat peningkatan pengetahuan tentang pemenuhan gizi pada ibu hamil. Soal post test yang digunakan merupakan jenis soal yang sama dengan yang digunakan untuk pre test. Hasil pada post test didapatkan bahwa 10 ibu hamil berpengetahuan baik dan 1 ibu hamil berpengetahuan sedang.

Diskusi

Jumlah ibu hamil saat dilakukan pendahuluan dan saat dilaksanakan kegiatan berbeda. Jumlah ibu hamil di Desa Tondomulyo yaitu 11 ibu hamil, pada saat studi pendahuluan. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa ibu hamil aktif dalam mengikuti kelas ibu hamil, hal ini ditunjukkan dengan bahwa semua ibu hamil di Desa Tondomulyo selalu datang dan mengikuti kegiatan kelas ibu hamil yang dilakukan oleh tim dan banyaknya pertanyaan yang disampaikan oleh ibu hamil. Dengan adanya kegiatan pengabdian masyarakat ini ibu hamil dan bidan menjadi mempunyai media baru untuk berdiskusi mengenai kehamilan khususnya tentang gizi seimbang pada ibu hamil melalui whatsapp.

Dukungan sosial dari keluarga akan mempengaruhi persepsi dan keyakinan ibu hamil

sehingga meningkatkan perilaku untuk mencegah anemia. Bentuk dukungan keluarga pada ibu hamil untuk mencegah anemia seperti pemberian keyakinan kemampuan ibu untuk minum tablet tambah darah secara teratur, mengingatkan untuk makan makanan bergizi, mengingatkan minum tablet tambah darah secara teratur dan keluarga memberikan contoh dengan makan makanan bergizi dan menjaga kebersihan diri. Dukungan dari sesama ibu hamil dapat diberikan selama kelas kehamilan atau menghadiri perawatan antenatal. Bentuk dukungan kelompok pada ibu hamil untuk meningkatkan perilaku pencegahan anemia seperti memberikan contoh dengan makan makanan bergizi dan minum tablet tambah darah.

Hasil pada kegiatan pengabdian masyarakat ini dinilai menggunakan lembar kuesioner tentang gizi seimbang berupa soal pre test dan soal post test sejumlah 12 soal. Hasil dari pengisian kuesioner menunjukkan bahwa terdapat kemajuan pengetahuan ibu hamil mengenai gizi seimbang.

Kesimpulan

1. Meningkatnya pengetahuan ibu hamil terhadap pencegahan anemia selama kehamilan
2. Ibu hamil menjadi aktif dalam mengikuti kelas ibu hamil

Pengakuan/Acknowledgements (Times New Roman, ukuran 13)

Terlihat dari ketersediaan sarana, prasarana, dan akses, Kepala Desa, bidan desa, dan kader Desa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati sangat ingin mendukung proyek pengabdian masyarakat seperti ini

Daftar Referensi

- Andi Hasliani, (2018) . Uji Manfaat Kapsul Kelor Untuk Pengobatan Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Padang Lampe Dan Minasa Te'ne di Kabupaten Pangkep. *Jurnal Kebidanan Vokasional*. 1-7
- Annisaa, S. & Nurhayani. (2024). Faktor- Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Ibu Hamil di Puskesmas Jakenan Pati. *Journal of Nursing Practice and Education*. 4(2). 389 – 395
- Fatkhiyah, N. (2018). Faktor Risiko Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil (Studi Di Wilayah Kerja Puskesmas Slawi Kab. Tegal). *Indonesia Jurnal Kebidanan*, 2(2), 86
- Hailu, M.Gebremariam, A., & Alemseged, F. (2010). Knowledge about obstetric danger sign among pregnant women in aleta wondo district, Sidama Zone, Southern Ethiopia. *Ethiopia Journal Health Science*, 20(1), 25–32.
- Keswara, U.R. dan Wahyudi, W.T. (2016) Pengaruh Pemberian Tablet Fe terhadap Peningkatan Kadar Hb pada Ibu Hamil di Puskesmas Rawat Inap Kemiling Bandar

Lampung Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 10(3), 1-4

- Lailla, M., Zainar, Z., & Fitri, A. (2021). Perbandingan Hasil Pemeriksaan Hemoglobin Secara Digital Terhadap Hasil Pemeriksaan Hemoglobin Secara Cyanmethemoglobin. *Jurnal Pengelolaan Laboratorium Pendidikan*, 3(2), 63–6
- Mardiah, Ulfah, A., Lubis, N., & Hamil, I. (2022). Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia Indonesian scientific health journal Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Rambung Binjai Selatan Akademi Kebidanan Langkat. *STIKes Namira Madina Jurnal Kesehatan Ilmiah I*. 7(1)
- Mirwanti, A, Sari, K & Yanti, DL. (2021). Pencegahan dan Penanganan Anemia pada Ibu Hamil. *Indonesian Journal of Midwifery*, 7(2), 164 – 170
- Natalia, S., Sumarmi, S., & Nadhiroh, S. R. (2016). Cakupan ANC dan cakupan tablet Fe hubungannya dengan prevalensi anemia di Jawa Timur. *Media Gizi Indonesia*, 11(1), 70–76
- Nurhayati, N., Halimatusakdiah, P. K. A., & Asniah, A. (2015). Pengaruh Asupan Tablet Zat Besi (Fe) Terhadap Kadar Haemoglobin (Hb) Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kopelma Darussalam Tahun 2014. *Idea Nursing Journal*, 6(1), 76–82
- Octa, O., Ristica, D., & Afni, R. (2022). Penerapan Pemberian Jus Jambu Biji Pada Ibu Hamil Anemia Di Pmb Murtinawita Pekanbaru Tahun 2022. *JPM Jurnal Pengabdian Mandiri*, 1(12), 2615–2622.
- Oktaviani, I., Makalew, L., & Solang, S. D. Profil Haemoglobin Pada Ibu Hamil Dilihat Dari Beberapa Faktor Pendukung. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2016, 4(1), 22–30
- Omasti, N. K. K., Marhaeni, G. A., & Dwi Mahayati, N. M. (2022). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Besi Dengan Kejadian Anemia Di Puskesmas Klungkung II. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 10(1), 80– 85.
- Pratiwi, Y., & Safitri, T. (2021). Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Fe (Ferrum) Terhadap Kejadian Anemia Di Desa Langgenharjo Kecamatan Juwana. Lumbang Farmasi: *Jurnal Ilmu Kefarmasian*, 2(1), 125
- Triharini, M. (2019). Upaya Bersama dalam Pencegahan Anemia Kehamilan. *Pedimateral Nursing Journal*, 5 (2), 1 - 2