

PEMANFAATAN BUKU SAKU ANEMIA PADA IBU HAMIL DALAM UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI DUSUN CEMARE DESA LEMBAR SELATAN KABUPATEN LOMBOK BARAT

Siti Naili Ilmiyani¹, Ernawati², Hikmah Lia Basun³, Ni Putu Suwindra Dewi⁴, Tuty Hartiani⁵,
Fitria Yuliana⁶

¹ STIKes Hamzar Lombok Timur, Jln TGH Zainuddin Aryad Mamben Daya Wanasaba, Lombok Timur, 83658

² STIKes Hamzar Lombok Timur, Jln TGH Zainuddin Aryad Mamben Daya Wanasaba, Lombok Timur, 83658

³ STIKes Hamzar Lombok Timur, Jln TGH Zainuddin Aryad Mamben Daya Wanasaba, Lombok Timur, 83658

⁴ STIKes Hamzar Lombok Timur, Jln TGH Zainuddin Aryad Mamben Daya Wanasaba, Lombok Timur, 83658

⁵ STIKes Hamzar Lombok Timur, Jln TGH Zainuddin Aryad Mamben Daya Wanasaba, Lombok Timur, 83658

⁶ STIKes Hamzar Lombok Timur, Jln TGH Zainuddin Aryad Mamben Daya Wanasaba, Lombok Timur, 83658

*e-mail: nailiilmiyani478@gmail.com

Abstrak

Anemia pada kehamilan mempengaruhi peningkatan risiko kematian ibu hamil, prematuritas, berat badan lahir rendah dan kematian bayi, sehingga diperlukan upaya untuk meningkatkan perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil. Prevalensi anemia pada ibu hamil berdasarkan data dari WHO (2019) pada tahun 2015 angka kejadian anemia adalah 40,5 % dan mengalami peningkatan pada tahun 2016 menjadi 42%, berdasarkan hasil studi pendahuluan di Dusun Cemare, didapatkan data dari 24 ibu hamil yang ada 10 ibu hamil (41,67%) mengalami anemia. Pengabdian masyarakat yang dilakukan bertujuan memberikan pemahaman tentang pemanfaatan buku saku anemia untuk mencegah anemia pada ibu hamil. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 17 orang ibu hamil, diberi kuisioner *pre test* sebelum penyuluhan dan setelah penyuluhan diberikan kuisioner *post test* hasil *pre test* dan *post test* kemudian dianalisis dengan menggunakan *Paired Samples T-Test*, hasil analisis *Paired Samples T-Test* didapatkan hasil sebesar $0.000 < 0.05$ artinya H_0 di tolak dan H_a diterima artinya ada perbedaan antara *pre test* dan *post test* yang artinya adanya peningkatan pengetahuan setelah di dilakukan penyuluhan buku saku anemia, dari hasil yang di dapatkan diharapkan kepada pihak terkait untuk selalu memberikan tambahan pengetahuan kepada ibu hamil tentang anemia karena memiliki manfaat dan pengaruh yang signifikan terhadap pencegahan anemia pada ibu hamil.

Kata Kunci: Anemia, Buku Saku Anemia, Ibu Hamil,

Pendahuluan

Kehamilan, persalinan, nifas dan bayi baru lahir merupakan suatu proses fisiologis dimana prosesnya terdapat kemungkinan yang dapat mengancam jiwa ibu dan bayi bahkan dapat menyebabkan kematian jika tidak dilakukan asuhan yang optimal (Kemenkes RI, 2015). Kehamilan dapat memicu sekaligus memacu terjadinya perubahan tubuh, baik secara anatomis, fisiologis, dan biokimiawi. Terjadinya peningkatan kebutuhan zat besi pada masa kehamilan, pertumbuhan janin memerlukan banyak sekali zat besi, selama kehamilan, wanita hamil mengalami peningkatan plasma darah hingga 30%, sel darah 18%, tetapi Hb hanya bertambah 19% akibatnya frekuensi anemia kehamilan cukup tinggi (Irianto, 2014).

Di Indonesia Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) merupakan salah satu indikator penting untuk menilai kualitas pelayanan kesehatan di suatu wilayah. Jumlah AKI dan AKB Indonesia sampai saat ini masih cukup tinggi, dimana AKI tahun 2017 sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup, sedangkan AKB 15 menurut per 1.000 kelahiran hidup dan AKB 25 per 1.000 kelahiran hidup (Profil Kesehatan Indonesia, 2019)

Sementara itu pada tahun 2020 di provinsi NTB kasus kematian ibu berjumlah 122 kasus, tertinggi di kabupaten Lombok Timur dengan 35 kematian sedangkan yang paling rendah yaitu di kota Bima sebanyak 7 kematian. Adapun penyebab kematian ibu yaitu perdarahan sebanyak 38 kasus, hipertensi dalam kehamilan sebanyak 31 kasus, penyebab lainnya 24 kasus, gangguan system peredaran darah sebanyak 11 kasus, 8 kasus karena infeksi, dan 10 kasus oleh karena gangguan metabolik (Dinas Kesehatan Provinsi NTB, 2021).

Hampir separuh atau sebanyak 48,9 % ibu hamil di Indonesia mengalami anemia atau kekurangan darah, menurut hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Berdasarkan data Riskesdas (2018) persentase ibu hamil yang mengalami anemia tersebut meningkat dibandingkan hasil Riskesdas (2013) yaitu sebesar 37,1 %.

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat terbesar di dunia terutama bagi kelompok wanita usia reproduksi (WUS). Menurut WHO (2019) secara global prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia adalah sebesar 41,8 %. Anemia terjadi ketika tubuh kekurangan sel darah merah yang berfungsi menyebarkan oksigen ke seluruh tubuh. Kasus anemia yang paling sering terjadi adalah anemia defisiensi besi. Dalam Konvensi Anemia Sedunia

tahun 2017 lalu, dinyatakan bahwa sekitar 41,8% ibu hamil di dunia mengalami kondisi anemia. Dan 60% kasus anemia pada ibu hamil ini dikarenakan kekurangan zat besi. Anemia pada ibu hamil memang umum terjadi. Kondisi ini disebabkan meningkatnya volume darah selama kehamilan. Namun, kasus anemia yang parah bisa menempatkan ibu dan bayi dalam bahaya. Risiko anemia pada ibu hamil tidak main-main, ibu hamil yang mengalami anemia menghadapi risiko kematian dalam masa kehamilan. Setiap tahunnya, terjadi 500 ribu kematian ibu pasca melahirkan di seluruh dunia, sebanyak 20-40% penyebab utama kematian tersebut adalah anemia

Anemia adalah suatu kondisi atau keadaan ditandai dengan penurunan kadar hemoglobin (Hb), hematokrit atau jumlah sel darah merah. Kadar Hb dan sel darah sangat bervariasi tergantung pada usia, jenis kelamin, ketinggian suatu tempat, serta keadaan fisiologi tertentu (Sudoyo, 2013).. Anemia lebih sering dijumpai dalam kehamilan karena dalam kehamilan kebutuhan akan zat-zat makanan bertambah dan terjadi perubahan-perubahan dalam darah dan sumsum tulang (Prawirohardho, 2014). Anemia pada umumnya terjadi di seluruh dunia, terutama di negara berkembang, pada kelompok sosial ekonomi rendah, meliputi pendidikan, pekerjaan, pendapatan. Pada kelompok dewasa terjadi pada wanita usia reproduksi, terutama wanita hamil dan wanita menyusui karena banyak mengalami defisiensi Fe.

Anemia gizi besi dapat disebabkan oleh dua faktor yaitu penyebab langsung dan tidak langsung. Faktor penyebab langsung meliputi jumlah Fe dalam makanan tidak cukup, absorpsi Fe rendah, kebutuhan meningkat serta kehilangan darah, sedangkan penyebab tidak langsung meliputi praktek pemberian makan yang kurang baik, komposisi makanan yang kurang beragam, pelayanan kesehatan yang rendah, serta keadaan sosial ekonomi masyarakat rendah. Keadaan sosial ekonomi meliputi tingkat pendidikan, tingkat pengetahuan, besar keluarga, pekerjaan, pendapatan dan lainlain (Aritonang, 2017).

Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang anemia merupakan salah satu faktor yang juga ikut berperan dengan kejadian anemia gizi besi pada ibu hamil. Tingkat pengetahuan yang baik pada ibu hamil dapat mempermudah ibu hamil untuk mengetahui bahan pangan yang dapat membahayakan kehamilannya serta dapat memilih hal-hal yang dapat menunjang kualitas kehamilannya (Astuti, 2016)

Zat gizi yang sangat penting bagi ibu hamil adalah zat besi, jika asupan ibu kurang akan meningkatkan resiko terjadinya anemia, yang berakibat pada gangguan pertumbuhan dan perkembangan janin. Dampak anemia pada ibu hamil yaitu abortus, partus premature, partus lama, perdarahan postpartum, syok, infeksi intrapartum/postpartum (Prawirohardjo, 2014).

Upaya percepatan penurunan AKI dapat dilakukan dengan menjamin agar setiap ibu mampu mengakses pelayanan kesehatan ibu yang berkualitas, seperti pelayanan antenatal harus dilaksanakan secara komprehensif, terpadu dan berkualitas agar adanya masalah/penyakit tersebut dapat dideteksi dan ditangani secara dini. Pemantauan yang dilakukan menggunakan indikator cakupan K1 dan K4 serta upaya mendorong agar setiap persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan terlatih dan dilakukan di fasilitas pelayanan kesehatan (Profil Kesehatan NTB, 2019).

Dari hasil studi pendahuluan di Dusun Cemare, bahwa terdapat 10 ibu hamil anemia (41,67%) dari jumlah keseluruhan ibu hamil (24 ibu hamil).

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan tentang pemanfaatan buku saku anemia bagi ibu hamil dalam pencegahan anemia pada ibu hamil. Pengetahuan tentang anemia dilakukan dengan mengisi *pre test* untuk mengetahui sejauh mana pemahaman ibu hamil terkait anemia pada ibu hamil. Selanjutnya pemberian materi dengan metode ceramah dengan menggunakan LCD dan Buku Saku *Anemia In Pregnancy* sebagai sumber informasi. Setelah pemateri selesai dengan materinya dilakukan diskusi serta curah pendapat antara pemateri dan peserta. Untuk mengetahui apakah peserta memahami materi yang diberikan, maka diberikan *post test*. Lokasi kegiatan ini di Dusun Cemare Desa Lembar Selatan yang diikuti oleh 17 ibu hamil tidak anemia, dilaksanakan pada tanggal 7 Desember 2021. Data *pre test* dan *post test* diperoleh dari kuesioner tentang anemia dengan jumlah 12 soal. Jika jawaban benar diberi nilai 1 dan jawaban salah diberi nilai 0. Hasil skor pengetahuan kemudian dikelompokkan menjadi tiga kategori yaitu, baik jika jawaban benar >80%, sedang 60- 80%, dan kurang jika jawaban benar <60% (Khomsan,2000). Data hasil *pre test* dan *post test* akan dianalisis menggunakan *Paired Samples T-Test* dan didapatkan hasil sebesar $0.000 < 0.05$ artinya H_0 di tolak dan H_a diterima artinya ada perbedaan antara pre test dan post test yang artinya adanya peningkatan pengetahuan setelah di dilakukan penyuluhan buku saku anemia.

Hasil

A. Gambaran Karakteristik Peserta Pengabdian Masyarakat

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik peserta pengabdian masyarakat

No	Karakteristik Responden	n	%
	Usia		
1	Usia 20-30 tahun	12	70.6
	Usia 31-40 tahun	5	29.4
	Tingkat Pendidikan		
2	SD	7	41.2
	SMP	4	23.5
	SMA	6	35.3

Tabel 1. Menunjukkan bahwa distribusi peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diikuti oleh peserta yang tingkat pendidikannya adalah mayoritas SD yaitu sebanyak 41,2% dan berdasarkan usia 70.6% diikuti oleh peserta yang berusia antara 20-30 tahun.

B. Gambaran Hasil *Pre Test* dan *Post Test* Peserta Pengabdian Masyarakat

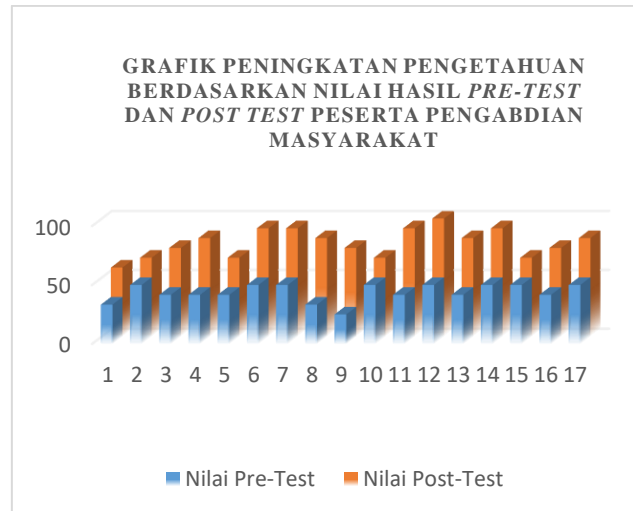
Tabel 2. Distribusi frekuensi hasil *Pre Test* dan *Post Test* peserta pengabdian masyarakat

Kemampuan	Baik		Sedang		Kurang		SD	Sig (2- Tailed)
	N	%	N	%	N	%		
Pre-Test	0	0	0	0	17	100	00	0.000
Post-Test	9	52.9	7	41.2	1	5.9	0,624	

Tabel 2. Berdasarkan tabel 2 hasil analisis *Paired Samples T-Test* berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil sebesar $0.000 < 0.05$ artinya H_0 di tolak dan H_a diterima artinya ada perbedaan antara pre test dan post test yang artinya adanya peningkatan pengetahuan setelah di dilakukan penyuluhan buku saku anemia



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan penyuluhan pemanfaatan buku saku anemia pada ibu hamil dalam upaya pencegahan anemia pada ibu hamil



Gambar 2 Grafik peningkatan pengetahuan berdasarkan nilai *pre test* dan *post test* penyuluhan pemanfaatan buku saku anemia pada ibu hamil dalam upaya pencegahan anemia pada ibu hamil

Berdasarkan hasil pre test dan post test kegiatan penyuluhan dengan menggunakan buku saku anemia, setelah dilakukan analisis *Paired Samples T-Test* didapatkan hasil sebesar $0.000 < 0.05$ artinya H_0 di tolak dan H_a diterima, ada perbedaan antara pre test dan post test yang artinya adanya peningkatan pengetahuan setelah di dilakukan penyuluhan buku saku anemia. pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Salah satu faktor yang dapat meningkatkan pengetahuan adalah adanya penyuluhan. Penyuluhan merupakan kegiatan dalam hubungannya dengan peningkatan pengetahuan, keahlian, sikap maupun perilaku (Notoatmodjo, 2014).

Salah satu faktor penyebab anemia pada ibu hamil adalah kurangnya pengetahuan tentang pentingnya mengkonsumsi makanan bergizi yang dapat memenuhi kebutuhan ibu dan bayinya selama kehamilan. Zat gizi yang sangat penting bagi ibu hamil adalah zat besi, jika asupan ibu kurang akan meningkatkan resiko terjadinya anemia, yang berakibat pada gangguan pertumbuhan dan perkembangan janin. Dampak anemia pada ibu hamil dan janin yaitu abortus, partus premature, partus lama, perdarahan postpartum, syok, infeksi intrapartum/postpartum, kelahiran BBLR, asfiksia neonatorum, IUGR dan kelainan kongenital (Prawirohardjo, 2014).

Kegiatan pengabdian dan masyarakat dilaksanakan pada dusun cemara kabupaten lombok barat, dalam kegiatan ini melalui metode ceramah dengan menggunakan buku saku anemia dan tanya jawab kepada peserta penyuluhan tentang anemia pada ibu hamil, penyuluhan ini berupaya melakukan pencegahan dan penanggulangan anemia dalam kehamilan, antara lain meningkatkan konsumsi makanan bergizi dan menambah pemasukan zat besi kedalam tubuh dengan minum obat tablet tambah darah (tablet besi/tablet tambah darah

Kesimpulan

Terjadi peningkatan pengetahuan setelah diberikannya materi tentang anemia pada ibu hamil dengan kategori baik mencapai 52,9%, kategori sedang 41,2%, dan yang masih dengan kategori kurang hanya 5,9%, dari yang awalnya seluruh peserta (100%) memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang anemia dalam kehamilan. Hasil *Paired Samples T-Test* didapatkan hasil sebesar $0.000 < 0.05$ artinya H_0 di tolak dan H_a diterima, ada perbedaan antara pre test dan post test yang artinya adanya peningkatan pengetahuan setelah di dilakukan penyuluhan buku saku anemia

Rekomendasi

Kegiatan pengabdian masyarakat ini masih terbatas pada pemberian edukasi saja, untuk selanjutnya diharapkan ibu hamil benar-benar mengamalkan ilmu pengetahuan yang didapat sehingga dapat mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil. Instansi kesehatan agar dapat meningkatkan terus edukasi terkait pengetahuan tentang kehamilan untuk mencegah kejadian anemia, kontrol kehamilan yang teratur di puskesmas atau tenaga kesehatan, usia kehamilan yang aman yaitu usia 20 sampai 35 tahun dan kehamilan yang terencana dengan pengaturan jarak kelahiran >2 tahun. Pasangan yang ingin memiliki anak diharapkan untuk mengikuti edukasi tentang kehamilan yang diadakan oleh instansi kesehatan setempat, memperhatikan usia kehamilan yang aman yaitu usia 20 sampai 35 tahun, dan memperhatikan jarak kehamilan yang aman >2 tahun. Ibu hamil diharapkan dapat melakukan kontrol kehamilan yang teratur di puskesmas atau tenaga kesehatan, dan menjaga kehamilan agar terhindar dari kejadian anemia pada ibu hamil.

Daftar Pustaka

- Adriyani, M, dan Wirjatmadi, B. (2012). Pengantar Gizi Masyarakat. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Aritonang. (2017). Kebutuhan Gizi Ibu Hamil. Bogor: IPB Press.
- Astuti, D. (2016). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Undaan Lor Kabupaten Kudus. *Jurnal Stikes Muhammadiyah Kudus*. ISSN 2407-9189.
- Dinas Kesehatan Provinsi NTB. (2021). Kesehatan Ibu dan Anak. Nusa Tenggara Barat: Dinas Kesehatan Provinsi NTB
- Depkes RI. (2019). Pedoman Operasional Keluarga Sadar Gizi di Desa Siaga. Jakarta : Depkes RI
- Irianto, Koes. (2014). Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi. Bandung :Penerbit Alfabeta
- Kemeskes RI (2013) Anemia Gizi dan Tablet Tambah darah (TTD) untuk wanita usia subur, Jakarta, Dirjen Gizi Masyarakat, Dirjen Bina Kesehatan Masyarakat, Depkes RI
- Kemenkes RI (2020) Pedoman Pelayanan Kespro Calon Pengantin Dalam Masa Pandemi Covid-19 dan Adaptasi Kebiasaan Baru. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI
- Kemeskes RI.2015. *Pedoman Pelayanan Antenatal, Persalinan, Nifas, dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta : Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kementerian Kesehatan RI
- Kemenkes RI.2020. Pedoman Pelayanan Antenatal, Persalinan, Nifas, dan Bayi Baru Lahir di Era Adaptasi Kebiasaan Baru. Jakarta : Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat.
- Prawirohardjo, S. (2014). Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Nasional. Ed 1. Jakarta : PT Bina Pustaka
- Notoamodjo, S. (2014). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan,; Rineka Cipta. Jakarta
- Sudoyo. A, W, dkk (2013). Buku Ajar Penyakit Dalam. Edisi 4. Pusat Penerbitan Departemen Ilmu Penyakit Dalam. Jakarta : FKUI
- WHO. (2019). Maternal mortality key fact. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/maternal-mortality>