



MENINGKATKAN KESEHATAN IBU HAMIL MELALUI UPAYA PENCEGAHAN DAN DETEKSI ANEMIA

INCREASING PREGNANT WOMEN'S HEALTH THROUGH ANEMIA PREVENTION AND DETECTION

Desi Rusmiati^{1*}

¹Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas M.H
Thamrin, Jakarta, Indonesia

Korespondensi (e-Email) : desirusmiati85@gmail.com

ABSTRAK

Kebutuhan zat besi selama kehamilan jumlahnya meningkat sehingga ibu hamil memerlukan tambahan zat besi selama masa kehamilan yang akan digunakan oleh tubuh untuk menjaga pertumbuhan janin secara optimal. Apabila tubuh ibu hamil mengalami anemia maka dampak buruk yang dapat ditimbulkan diantaranya adalah bayi mengalami berat lahir rendah, kelahiran prematur, anemia pasca melahirkan, serta terjadinya perdarahan selama persalinan sehingga dapat mengancam keselamatan ibu. Maka dari itu, dalam rangka meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak, perlu dilakukan upaya deteksi dan pencegahan anemia pada ibu hamil dengan memberikan penyuluhan tentang bahaya anemia dan pencegahannya serta dengan melakukan deteksi anemia menggunakan Haemometer digital pada ibu hamil di BPM Jeanne yang berlokasi di Cimanggis Depok dengan jumlah responden 15 orang dan dilakukan sebanyak dua kali pengukuran HB yaitu sebelum penyuluhan pada tanggal 3 Juni 2018 dan setelah penyuluhan pada tanggal 15 Juni 2018. Hasil yang didapatkan adalah terjadi penurunan proporsi ibu hamil yang mengalami anemia yaitu sebanyak 20%. Kegiatan ini menjadi penting dan sebaiknya terus dilakukan guna mencegah anemia pada ibu hamil.

Kata kunci: Anemia, Kadar HB, Anemia Kehamilan

ABSTRACT

The amount of iron needed during pregnancy increases so pregnant women need additional iron during pregnancy which will be used by the body to maintain optimal

fetal growth. If the body of a pregnant woman is anemic so then the bad effects that can be caused include babies have low birth weight, premature birth, postpartum anemia, and bleeding during labor so it can threaten the safety of the mother. Therefore, in order to improve the health status of mothers and children, it is necessary to detect and prevent anemia in pregnant women by providing education about the dangers of anemia and its prevention and by detecting anemia using digital haemometers for pregnant women at BPM Jeanne, located in Cimanggis, Depok. with a total of 15 respondents and carried out twice HB measurements, namely before counseling on June 3, 2018 and after counseling on June 15 2018. The results obtained were that there was a decrease in the proportion of pregnant women who experienced anemia, namely as much as 20%. This activity is important and should be continued to prevent anemia in pregnant women.

Keywords: Anemia, HB Levels, Pregnancy Anemia

PENDAHULUAN

Dalam *American Journal of Obstetrics and Gynecology* disebutkan bahwa anemia pada ibu hamil merupakan salah satu permasalahan yang terjadi di Indonesia, dengan angka prevalensi mencapai 63,5% yang berarti lebih dari separo ibu hamil mengalami kondisi kekurangan sel darah merah (Kementrian PPN, 2010). Disampaikan oleh Utomo B. dan Riono P. bahwa kondisi kekurangan sel darah merah yang dialami ibu hamil dapat mempengaruhi kondisi kesehatannya 58-8-%. Dampak buruk yang dapat ditimbulkan diantaranya adalah bayi mengalami berat lahir rendah, kelahiran prematur, anemia pasca melahirkan, serta terjadinya perdarahan selama persalinan sehingga dapat mengancam keselamatan ibu (Kobiyama, 2015)

Untuk dapat mencegah terjadinya anemia, ibu hamil memerlukan tambahan zat besi, sebab kebutuhan zat besi selama kehamilan jumlahnya meningkat, zat besi juga dibutuhkan oleh tubuh ibu hamil untuk menjaga pertumbuhan janin secara optimal. Kebijakan yang telah ditetapkan oleh Pemerintah melalui Kementerian Kesehatan adalah kebutuhan tambahan tablet tambah darah (pil zat besi) sebanyak 90 tablet selama kehamilan. Dengan demikian ibu hamil yang mengkonsumsi tablet tambah darah dengan patuh sesuai dengan anjuran pemerintah maka resiko mengalami anemia akan semakin rendah (Saifudin, 2009)

Komponen utama pembentukan darah adalah besi. Di dalam tubuh, kelebihan besi disimpan dalam wujud protein feritrin, hemosiderin yang disimpan di dalam hati, sumsum tulang belakang, otot juga didalam limpa. Untuk dapat memenuhi kebutuhan zat besi selama proses pembentukan sel darah merah, maka tubuh ibu hamil harus memiliki simpanan besi yang cukup. Sebab, jika simpanan besi tidak memadai dan asupan zat besi dari makanan juga tidak mencukupi maka akan terjadi ketidakseimbangan zat besi didalam tubuh ibu hamil, akibatnya adalah kadar hemoglobin ibu menjadi rendah dan ibu mengalami anemia (Soekirman, 2000)

Pengetahuan ibu hamil tentang bahaya anemia serta pencegahannya merupakan hal yang sangat penting, sebab pengetahuan yang baik akan berdampak baik pulan pada perilaku ibu dalam memenuhi kebutuhan tubuhnya akan zat besi. Namun kenyataannya pengetahuan ibu hamil mengenai bahaya dan pencegahan anemia selama kehamilan masih kurang baik. Sehingga diperlukan upaya untuk memberikan

pengetahuan yang benar mengenai bahaya anemia serta cara pencegahannya kepada ibu hamil. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan penyuluhan, sebab upaya tersebut terbukti memberikan pengaruh yang baik secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu (Sri Astuti, 2017)

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan ini dimulai dengan melakukan penapisan terlebih dahulu untuk mendeteksi ibu hamil yang mengalami anemia. Kemudian dilanjutkan dengan penyampaian informasi mengenai definisi, diagnosa, bahaya anemia pada ibu dalam masa kehamilan, persalinan, dan masa nifas serta pencegahan-pencegahannya dengan metode ceramah, diskusi, tanya jawab, dan demonstrasi penggunaan kalender pemantauan konsumsi tablet Fe untuk membantu ibu mengkonsumsi tablet Fe dengan tertib. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 3 Juni 2018 dan tanggal 15 Juli 2018 pukul 08.30 s.d selesai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan yang disajikan adalah kadar Hemoglobin responden saat kegiatan pertama pada tanggal 3 Juni 2018 dan saat kegiatan kedua tanggal 15 Juli 2018.

Tabel 1 berikut menampilkan hasil pemeriksaan kadar HB ibu hamil pada tanggal 3 Juni 2018, dimana rata-rata kadar HB yang didapat dari 15 peserta adalah 10,7 gr%. Serta hasil pemeriksaan pada tanggal 15 Juli 2018, dimana rata-rata kadar HB yang didapat dari 15 peserta adalah 11,1 gr%.

Tabel 1. Rata-Rata Kadar HB

Tanggal	Jumlah Responden	Rata-Rata Kadar HB
3 Juni 2018	15	10,7 gr%
15 Juli 2018	15	11,1 gr%

Pada tabel 2 berikut disajikan proporsi kejadian anemia yang dialami oleh ibu hamil dimana pada tanggal 3 Juni 2018 didapatkan 66,7% ibu hamil yang mengalami anemia dan pada pelaksanaan kegiatan kedua pada tanggal 15 Juli 2018 menjadi 46,7% ibu yang mengalami anemia.

Tabel 2. Kejadian Anemia Ibu Hamil

Tanggal	Jumlah Responden	Status Anemia	
		Tidak Anemia	Anemia
3 Juni 2018	15	33,3%	66,7%
15 Juli 2018	15	53,3%	46,7gr%

Peningkatan rata – rata kadar HB ibu hamil dari 10,7 gr% menjadi 11,1 gr% serta penurunan jumlah ibu hamil yang mengalami anemia dari 66,7% menjadi 46,7% dapat disebabkan oleh peningkatan pengetahuan yang dialami oleh ibu hamil setelah diberikan penyuluhan tentang bahaya anemia dan cara pencegahannya, dimana dengan pengetahuan yang baik ibu hamil akan memperbaiki pola makan serta lebih disiplin

dalam mengkonsumsi tablet Fe sehingga dapat meningkatkan kadar HB mereka.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan Bahaya dan Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil



Gambar 2. Kegiatan Deteksi Anemia Pada Ibu Hamil

SIMPULAN

Pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar, penyuluhan yang dilakukan sangat efektif karena dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil

tentang bahaya anemia serta pencegahannya, hal ini terbukti dengan menurunnya jumlah ibu yang mengalami anemia sebanyak 20%.

SARAN

Setiap pelayanan kesehatan sebaiknya melaksanakan kegiatan penyuluhan mengenai bahaya dan pencegahan anemia pada ibu hamil, mengontrol kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet tambah darah serta secara rutin melakukan pemeriksaan kadar HB pada setiap hamil sebagai upaya pencegahan anemia pada ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Bodnar, L. M., Scanlon, K. S., Freedman, D. S., Siega-Riz, A. M., & Cogswell, M. E. (2001). High prevalence of postpartum anemia among low-income women in the United States. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 185(2), 438–443. <https://doi.org/10.1067/mob.2001.115996>
- Kementrian Perencanaan Pembangunan Nasional. 2010. Ringkasan Peta Jalan Percepatan Pencapaian Tujuan Pembangunan Milenium Di Indonesia. Jakarta
- Utomo B, Riono P, dkk. The alleviation of maternal anemia in Indramayu Regency, Indonesia: results from the MotherCare Project.1993. Arlington, Virginia, John Snow [JSI], MotherCare Project, 1993 Sep. [4], 24, [7] p. (Working Paper No. 23; USAID Contract No. DPE-5966-Z-00-8083-00)
- Kobiyama, A., Suzuki, E., Takayama, Y., 2015. Post-partum anemia and factors that work against alleviation of the anemia. *Japan Journal of Nursing Science* 12, 340–353. doi:10.1111/jjns.12073
- Saifudin, Bari Abdul. 2009. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono.
- Soekirman. 2000. *Pengaruh Pola Pemberian Tablet besi Terhadap Hb Ibu Hamil*. Diakses dari www.fakultas_kedokteran.com pada 10 Juni 2017
- Sri Astuti, Neneng Martini, Didah. 2017. Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat 2017 vol. 2 no. 2