

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 1 No. 4	Edition: Juni 2021 - September 2021
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPPH	
Received : 25 September 2021	Revised: -----	Accepted: 29 September 2021

DAMPAK ANEMIA PADA IBU HAMIL DAN PERSALINAN

The Impact Of Anemia On Pregnant Women

Stefani Anastasia Sitepu¹, Tetty Junita Purba², Nur Mala Sari³,

Marlen Sadrina Sitepu⁴, Erlina Hayati⁵

e-mail : anastasyastefani@gmail.com, tettyjunita88@gmail.com, Nurmalasari@gmail.com,
marlensitepu05maret1988@gmail.com, erlinahayati41@gmail.com

Abstract

Anemia is one of the health problems worldwide, especially developing countries that are estimated to be 30% of the world's population suffering from anemia. Anemia occurs in many people, especially in pregnant women. The risk of anemia in pregnant women is not playful, pregnant women who have anemia face the risk of death in pregnancy. Every year, there are 500 thousand deaths of postpartum mothers worldwide, as many as 20-40% of which are the leading cause of death is anemia. Anemia in pregnant women who are not treated properly can increase the risk of dangerous complications, such as preterm labor. In addition, anemia can also increase the risk of low birth weight in babies. On the mother's side, anemia can increase the risk of postpartum depression and postnatal maternal death.

Keywords: *Anemia in Pregnant Women, Knowledge Level, Anemia Status*

Abstrak

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia. Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada ibu hamil. 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% yang menjadi penyebab utama kematian tersebut adalah anemia. Anemia pada ibu hamil yang tidak ditangani dengan benar dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi yang berbahaya, seperti persalinan prematur. Selain itu, anemia juga dapat meningkatkan risiko berat badan lahir rendah pada bayi. Pada sisi ibu, anemia dapat meningkatkan risiko depresi pasca persalinan dan kematian ibu pasca persalinan

Kata Kunci : *Anemia pada Ibu Hamil, Tingkat Pengetahuan, Status Anemia*

1. PENDAHULUAN

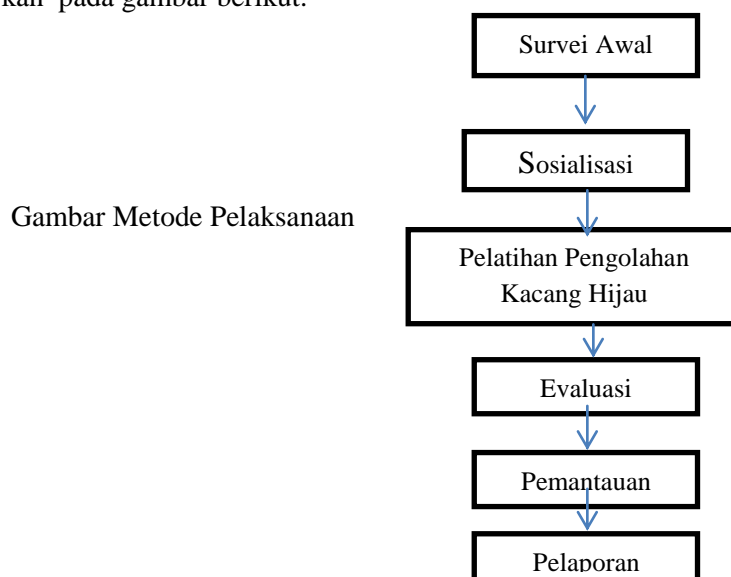
Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia. Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada ibu hamil. Risiko anemia pada ibu hamil tidak main-main, ibu hamil yang mengalami anemia menghadapi risiko kematian dalam masa kehamilan. Setiap tahunnya, terjadi 500 ribu kematian ibu pasca melahirkan di seluruh dunia, sebanyak 20-40% yang menjadi penyebab utama kematian tersebut adalah anemia. Anemia pada ibu hamil yang tidak ditangani dengan benar dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi yang berbahaya, seperti persalinan prematur. Selain itu, anemia juga dapat meningkatkan risiko berat badan lahir rendah pada bayi. Pada sisi ibu, anemia dapat meningkatkan risiko depresi pasca persalinan dan kematian ibu pasca persalinan. Anemia dalam kehamilan didefinisikan sebagai penurunan kadar hemoglobin kurang dari 11 g/dl selama masa kehamilan pada trimester 1 dan 3 dan kurang dari 10 g/dl selama masa post partum dan trimester 2. Ibu hamil memerlukan lebih banyak sel darah untuk mendukung perkembangan janin. Anemia pada ibu hamil dapat menyebabkan kebutuhan ini tidak mencukupi,

sehingga oksigen yang disalurkan pada jaringan tubuh dan janin menjadi terbatas. Selain melalui suplemen, kekurangan zat besi juga dapat ditangani melalui pola makan yang sehat dan teratur. Menambah asupan makanan zat besi merupakan salah satu cara untuk mencegah dan menangani anemia pada ibu hamil.

Hasil studi awal yang dilakukan di desa Sidomulyo menemukan berbagai masalah penyebab masih tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) khususnya di desa sidomulyo sebagai penyumbang angka kematian ibu dengan kasus angka kematian ibu tertinggi dan penyebab kematian ibu terbanyak disebabkan karena perdarahan (43,3%), eklamsia (23,3%), emboli obstetrik (22,2%) dan sebab lain (11,1%). Untuk mengatasi masalah anemia di desa sidomulyo maka sangat diperlukan dilakukannya penyuluhan tentang penanggulangan anemia pada ibu hamil yang mendapatkan suplementasi tablet fe dengan pemanfaatan jus kacang hijau sebagai minuman bergizi yang banyak mengandung zat besi yang sangat berperan penting untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil khususnya ibu hamil yang anemia. Selain banyak mengandung zat besi, kacang hijau juga banyak mengandung vitamin C yang berperan penting untuk membantu penyerapan zat besi 4 kali lipat lebih cepat, karena kandungan vitamin C yang terdapat dalam kacang hijau lebih banyak daripada buah buah lainnya termasuk buah jeruk. Luaran program Kemitraan Masyarakat (PKM) ini adalah publikasi pada jurnal nasional. PKM ini penting untuk dilaksanakan mengingat masih tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) khususnya di Kabupaten Deli Serdang. Pemberian Jus Kacang Hijau dilakukan selama 4 minggu dengan rincian tahapan persiapan, pelaksanaan, evaluasi pelaporan hasil dan pemantauan. Evaluasi dilakukan di awal, selama proses kegiatan berlangsung dan pada akhir kegiatan. Pemantauan dilaksanakan setelah kegiatan selesai sampai 4 minggu pasca kegiatan untuk mengetahui tindak lanjut yang dilakukan oleh mitra setelah kegiatan tersebut. Luaran yang diharapkan adalah meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang masalah kesehatan yang mereka hadapi, dan mendorong masyarakat untuk berpartisipasi aktif dalam mewujudkan masyarakat yang sehat dan terbantunya masyarakat yang membutuhkan jasa pelayanan kesehatan sehingga dapat mengurangi angka morbiditas dan moratlitas akibat anemia demi untuk menuju masyarakat yang sehat.

2. METODE

Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat (PKM) yang dilaksanakan di desa Sidomulyo Kecamatan Biru-biru Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara dalam beberapa tahap yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, evaluasi dan pelaporan. Keseluruhan tahapan pelaksanaan tersebut digambarkan pada gambar berikut.



1. Dilakukan Persiapan dan Pembekalan

Tahap persiapan dilakukan beberapa kegiatan, yaitu :

- a. Survei tempat pelaksanaan kegiatan, dalam hal ini mitra PKM adalah ibu hamil yang ada di desa Sidomulyo Kecamatan Biru-biru Kabupaten Deli Serdang
- b. Wawancara dilakukan dengan Kepala desa Sidomulyo yaitu Masnun, M.Kes yang bertujuan untuk mendapatkan keterangan langsung tentang keadaan ibu hamil
- c. Penyusunan jadwal kegiatan. Penyusunan jadwal tersebut dimaksudkan agar pelaksanaan kegiatan terlaksana dengan teratur dan terarah.
- d. Penyusunan materi dan modul pelatihan/pendampingan. Materi PKM disusun dalam bentuk modul dengan tujuan agar penyampaian materi dapat terarah dan terdokumentasi
- e. Luasnya area pengabdian dalam kelompok masyarakat sesuai dengan tahap perkembangan atau strata di masyarakat membutuhkan kemampuan dari dosen sebagai pembimbing dan setiap mahasiswa terhadap ilmu manajemen dan promosi kesehatan umumnya yang menyentuh berbagai tingkat elemen masyarakat.
- f. Pembekalan pengabdian ini akan dilaksanakan seminggu sebelum pelaksanaan pengabdian masyarakat, selanjutnya sosialisasi dengan masyarakat bersama pihak pemerintah setempat dan kader yang ada di desa Sidomulyo Kecamatan Biru-biru Kabupaten Deli Serdang.

2. Sosialisasi

Sebelum melakukan pelaksanaan kegiatan maka tim PKM Institut Kesehatan DELI HUSADA Deli Tua akan melakukan sosialisasi kepada ibu ibu hamil yang ada di desa Sidomulyo Kecamatan Biru-biru Kabupaten Deli Serdang akan tujuan dari PKM ini.

Hal ini juga merupakan sarana Fokus Discussion Group (FDG) mendengarkan saran dan masukan dari kepala desa Sidomulyo Kecamatan Biru-biru Kabupaten Deli Serdang.

3. Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi beberapa tahap, yaitu :

- a. Menerapkan Promosi Kesehatan

Intervensi ini dilakukan dengan cara melaksanakan penyuluhan tentang gizi masyarakat khususnya gizi pada ibu hamil dengan anemia yang mendapatkan suplementasi tablet Fe dengan cara memberikan jus kacang hijau kepada ibu hamil. Ketika dalam fase persiapan, harus yakin terhadap *what, who, why, when, where, dan how*. Pada fase ini digunakan untuk mengklarifikasi rencana dan berbagai fasilitas yang diperlukan. Hal yang penting untuk diingat bahwa promosi kesehatan meminta fleksibilitas dan penyesuaian terhadap hal-hal yang tidak dapat diantisipasi sebelumnya.

Promosi kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan individu, keluarga, kelompok dan masyarakat untuk hidup sehat dan mengembangkan bersumber masyarakat serta terciptanya lingkungan yang kondusif untuk mendorong terbentuknya kemampuan masyarakat dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

- b. Menerapkan pendidikan/penyuluhan kesehatan dan strategi organisasi komunitas dalam melaksanakan implementasi sesuai dengan masalah kesehatan yang ditemukan dengan melibatkan para tim kesehatan atau dokter untuk melakukan pemeriksaan pada ibu hamil dengan anemia karena sangat beresiko tinggi dan dapat mengancam kehamilan dan perkembangan janinnya.

Tujuan utama pendidikan kesehatan adalah agar orang mampu menerapkan masalah dan kebutuhan mereka sendiri, mampu memahami apa yang dapat mereka lakukan terhadap masalahnya, dengan sumber daya yang ada pada mereka yaitu kacang hijau ditambah dengan dukungan dari luar, dan mampu memutuskan kegiatan yang tepat guna untuk meningkatkan taraf hidup sehat dan kesejahteraan masyarakat.

- c. Berpartisipasi dalam melaksanakan pelayanan kesehatan yaitu dengan melakukan pelatihan pembuatan Jus Kacang Hijau sebagai minuman bergizi yang banyak mengandung vitamin C, dimana vitamin C yang terdapat dalam jus kacang hijau ini dapat membantu 4x lebih cepat penyerapan zat besi di dalam tubuh. Kegiatan ini berupa pelatihan pada masyarakat khususnya ibu hamil atau ibu yang akan merencanakan untuk berumah tangga tentang cara pembuatan Jus Kacang Hijau dengan memanfaatkan sumber daya yang ada.

3. HASIL

Menerapkan Promosi Kesehatan

Intervensi ini dilakukan dengan cara melaksanakan penyuluhan tentang gizi masyarakat khususnya gizi pada ibu hamil dengan anemia yang mendapatkan suplementasi tablet Fe dengan cara memberikan jus kacang hijau kepada ibu hamil. Ketika dalam fase persiapan, harus yakin terhadap what, who, why, when, where, dan how. Pada fase ini digunakan untuk mengklarifikasi rencana dan berbagai fasilitas yang diperlukan. Hal yang penting untuk diingat bahwa promosi kesehatan meminta fleksibilitas dan penyesuaian terhadap hal-hal yang tidak dapat diantisipasi sebelumnya. Promosi kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan individu, keluarga, kelompok dan masyarakat untuk hidup sehat dan mengembangkan bersumber masyarakat serta terciptanya lingkungan yang kondusif untuk mendorong terbentuknya kemampuan masyarakat dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Menerapkan pendidikan/penyuluhan kesehatan dan strategi organisasi komunitas dalam melaksanakan implementasi sesuai dengan masalah kesehatan yang ditemukan dengan melibatkan para tim kesehatan atau dokter untuk melakukan pemeriksaan pada ibu hamil dengan anemia karena sangat beresiko tinggi dan dapat mengancam kehamilan dan perkembangan janinnya. Tujuan utama pendidikan kesehatan adalah agar orang mampu menerapkan masalah dan kebutuhan mereka sendiri, mampu memahami apa yang dapat mereka lakukan terhadap masalahnya, dengan sumber daya yang ada pada mereka yaitu kacang hijau ditambah dengan dukungan dari luar, dan mampu memutuskan kegiatan yang tepat guna untuk meningkatkan taraf hidup sehat dan kesejahteraan masyarakat. Berpartisipasi dalam melaksanakan pelayanan kesehatan yaitu dengan melakukan pelatihan pembuatan Jus Kacang Hijau sebagai minuman bergizi yang banyak mengandung vitamin C, dimana vitamin C yang terdapat dalam jus kacang hijau ini dapat membantu 4x lebih cepat penyerapan zat besi di dalam tubuh. Kegiatan ini berupa pelatihan pada masyarakat khususnya ibu hamil atau ibu yang akan merencanakan untuk berumah tangga tentang cara pembuatan Jus Kacang Hijau dengan memanfaatkan sumber daya yang ada.

4. PEMBAHASAN

Program Kemitraan Masyarakat (PKM) melalui pengabdian kepada masyarakat, Tim PKM Institut Kesehatan DELI HUSADA Deli Tua akan melakukan pendampingan, pembinaan, dan penyuluhan kepada seluruh ibu hamil khususnya ibu hamil yang mendapatkan suplementasi tablet Fe di wilayah kerja desa sidomulyo Kecamatan Biru-biru Kabupaten Deli Serdang dalam rangka meningkatkan pengetahuan ibu hamil akan bahaya anemia pada masa kehamilan dan bagaimana cara mencegah anemia. Berdasarkan permasalahan mitra yang telah diuraikan, maka solusi dan target yang akan diambil oleh tim PKM adalah sebagai berikut. Untuk menanggulangi kasus anemia pada ibu hamil yang mendapatkan suplementasi tablet Fe di desa Sidomulyo Kecamatan

Biru-Biru Kabupaten Deli Serdang diatas adalah dengan pemberian jus kacang hijau selama 4 minggu secara rutin pada pagi dan sore hari.

No	Permasalahan	Solusi	Target Capaian
1	Minimnya wawasan dan pengetahuan Ibu Hamil Tentang Bahaya pada masa kehamilan dan Faktor resiko dalam masa kehamilan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan Pendampingan dan mendatangkan narasumber untuk menambah pengetahuan tentang bahaya pada masa kehamilan. 2. Memberikan informasi dan buku buku referensi yang berkaitan dengan bahaya pada masa kehamilan dan tentang upaya peningkatan derajat kesehatan pada ibu hamil. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Meningkatnya pengetahuan masyarakat khususnya pada ibu hamil tentang bahaya pada masa kehamilan yaitu anemia dan mengetahui alternatif pengobatan non farmakologi salah satunya yaitu dengan pemberian jus kacang hijau pada ibu hamil dengan anemia. 2. Bertambahnya informasi dan wawasan ibu hamil tentang tanda bahaya kehamilan yaitu anemia yang benar dan ter up date (Terbaru)
2	Minimnya wawasan dan pengetahuan ibu hamil tentang manfaat vitamin C yang ada pada kacang hijau.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan Pendampingan dan mendatangkan narasumber untuk menambah pengetahuan tentang manfaat vitamin C yang ada pada kacang hijau yang dapat membantu proses penyerapan zat besi pada ibu hamil terutama ibu hamil dengan anemia. 2. Memberikan informasi dan buku buku referensi yang berkaitan dengan manfaat vitamin C yang ada pada kacang hijau dan kandungan kandungan lain yang bermanfaat untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Meningkatnya pengetahuan masyarakat khususnya pada ibu hamil tentang manfaat vitamin C yang terkandung dalam kacang hijau yang dapat membantu mempercepat 4 kali lipat proses penyerapan zat besi pada ibu hamil dengan anemia. 2. Bertambahnya informasi dan wawasan ibu hamil tentang kandungan Vitamin C yang bermanfaat dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia dan ter up date (Terbaru)
3	Pemanfaatan Kacang Hijau yang banyak	Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat khususnya ibu hamil dalam hal cara pengolahan kacang hijau sebagai alternatif pilihan untuk pencegahan penurunan kadar profil darah pada ibu hamil.	1. Pemahaman dan memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam atau cara pengolahan kacang hijau untuk dijadikan jus yang bermanfaat untuk menaikkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia

5. KESIMPULAN

Rencana keberlanjutan jangka panjang dari program/kegiatan pengabdian ini adalah mengevaluasi sejauh mana dampak yang ditimbulkan dengan kegiatan ini dan sustainability program serta menilai sejauh mana para ibu mengetahui cara pengolahan kacang hijau untuk dapat dijadikan jus melalui kerja sama dengan lembaga mitra yaitu pemerintah dan kepala desa setempat. Evaluasi dilakukan secara berkesinambungan setiap 3 bulan setelah pelaksanaan.

Solusi	Tujuan	Indikator	Waktu Evaluasi	Verifikasi Objektif
Peningkatan wawasan dan pengetahuan Ibu Hamil Tentang Bahaya pada masa kehamilan dan Faktor resiko dalam masa kehamilan	Diharapkan setelah ini ibu hamil dapat lebih meningkatkan pengetahuan dan wawasannya mengenai tanda dan bahaya pada masa kehamilan sehingga mereka lebih mawas diri dan tau bahaya kehamilan khususnya tentang anemia yang dapat mengancam kesehatannya dan janinnya.	Kunjungan pemeriksaan antenatal care di fasilitas kesehatan sudah semakin meningkat. Angka kejadian BBLR yang semakin menurun dan angka kejadian bayi prematur yang sudah semakin menurun karena angka anemia yang sudah bisa diturunkan.	Tiap Minggu	Buku KIA dan Observasi
Peningkatan wawasan dan pengetahuan ibu hamil tentang manfaat vitamin C yang ada pada kacang hijau.	Diharapkan setelah ini ibu hamil dapat meningkatkan pengetahuannya khususnya tentang manfaat vitamin C yang ada terkandung dalam kacang hijau dan kandungan zat besi yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia yang kadar hemoglobinnya di bawah normal.	Kunjungan pemeriksaan antenatal care di fasilitas kesehatan sudah semakin meningkat. Angka kejadian BBLR yang semakin menurun dan angka kejadian bayi prematur yang sudah semakin menurun karena angka anemia yang sudah bisa diturunkan.	Tiap Minggu	Instrumen Riset
Peningkatan Pemanfaatan Kacang Hijau Yang Banyak	Diharapkan setelah ini masyarakat khususnya ibu hamil dapat memanfaatkan hasil sumber daya alam yang tersedia banyak dan mudah	Angka kejadian anemia yang sudah semakin menurun dan kemampuan masyarakat khususnya ibu hamil dalam memanfaatkan	Taip Minggu	Instrumen Riset

	<p>didapatkan yaitu kacang hijau yang dapat diolah menjadi minuman bergizi yang kaya akan vitamin C dan zat besi yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil khususnya ibu hamil dengan anemia.</p>	<p>dan mengolah hasil alam yakni kacang hijau menjadi minuman bergizi.</p>		
--	---	--	--	--

DAFTAR PUSTAKA

- Khoirul, S. 2015. Pengaruh Pemberian Jus Buah Tomat Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin dan Kadar Hemotokrit Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Semarang. Semarang (Skripsi), Poltekkes Kemenkes Semarang.
- Verina, R. 2014. Pemanfaatan Daun Kacang Panjang Untuk Menurunkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia di Desa Tanah Merah Kabupaten Deli Serdang Medan (Tesis), Universitas Sumatera Utara.
- Aldila, SP. 2015. Hubungan Antara Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kerjo Kabupaten Karang Anyar. Semarang (Skripsi). Universitas Diponegoro Semarang.
- Fitria, I. 2013. Tingkat Pengetahuan Primigravida Tentang Cara Mengonsumsi Tablet Fe di BPS Finulia Sri Surjati Banjarsari Surakarta. Semarang (Skripsi) Universitas Diponegoro Semarang.
- Erfandi. A. 2012. Anemia Pada Ibu Hamil dan Bahaya Anemia Pada Masa Kehamilan. Jakarta :EGC.
- Morgan Geri, dkk. 2010. Obstetri dan Ginekologi Panduan Klinik. Jakarta :EGC.
- Salma, T. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Gajah Mada Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir Tahun 2012. Program Sarjana Kesehatan Masyarakat Peminatan Kebidanan Komunitas Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. 2013.
- Taru S, Sonali. Impact Of Iron Supplementation On Anemia During Pregnancy. *Ethno-Med.*, 2(2): 149-151 (2017).
- Whitney, E., & Rolfes, S. 2012. *Understanding Nutrition*. Edisi ke 12. Belmont USA: Cengage Learning
- Yani, R. 2018. Relationship between Fe and Vitamin C intake with the incidence of anemia in anemia pregnant women in Padang City. *Journal Of Midwifery*. V olume 72.

