



UPAYA PROMOTIF DAN REHABILITATIF PADA IBU HAMIL ANEMIA DENGAN PENDEKATAN KELUARGA

Ulin Nafiah¹, Ummi Salamah², Nur Farikhah³
^{1,2,3}Universitas Karya Husada, Semarang, Indonesia

Article Information

Article history:

Received May 14,
2023

Approved May 22,
2023

Keywords:

Promotif, Rehabilitatif,
Anemia, Pendekatan,
Keluarga

ABSTRAK

The anemia control program that is carried out is to provide iron supplement tablets, namely Fe preparations which aim to reduce anemia rates in toddlers, pregnant women, postpartum women, young women, and WUS (Women of Reproductive Age). Prevention of anemia in pregnant women is carried out by giving 90 tablets of Fe to pregnant women during their pregnancy. The role and function of the family is very important when one of the family members has health problems. Families can provide motivation to patients, remind patients to take medication and monitor their health. Because of this, it is necessary to provide assistance and supervision of taking Fe tablets by husbands for pregnant women who are taking Fe tablets. This service aims to provide "Promotive and Rehabilitative Efforts for Anemia Pregnant Women with a Family Approach to increase the adherence of pregnant women to consuming Fe tablets and prevent anemia in pregnant women in Langenharjo Village". The method used in this activity was in the form of mentoring and health education using leaflet media and giving Fe and Vitamin Tablets. The activity was carried out in Langenharjo Village in the Margorejo Health Center area, Pati Regency, carried out by 2 midwifery lecturers assisted by midwifery students. Target families with pregnant women with anemia. This service activity was carried out twice, namely on January 30, 2023 in the class of pregnant women providing counseling about anemia, iron (Fe) in pregnant women, giving iron tablets (Fe tablets) and multivitamins, the activity was attended by 10 pregnant women, 3 people cadres and 1 village midwife. out of 10 pregnant women who came, 2 pregnant women were found to be anemic, namely 10.5 gr% and 11.1 gr%. Pregnant women who are anemic are monitored by conducting home visits on February 7 2023 to the families of Mr. A and Mr. F. The evaluation monitors the

consumption of Fe tablets and multivitamins in pregnant women, and recommends re-examination of Hb levels at the nearest health center.

ABSTRACT

Program penanggulangan anemia yang dilakukan adalah memberikan tablet tambah darah yaitu preparat Fe yang bertujuan untuk menurunkan angka anemia pada balita, ibu hamil, ibu nifas, remaja putri, dan WUS (Wanita Usia Subur). Penanggulangan anemi pada ibu hamil dilaksanakan dengan memberikan 90 tablet Fe kepada ibu hamil selama periode kehamilannya. Peran dan fungsi keluarga sangat penting saat salah satu anggota keluarga mengalami masalah kesehatan. Keluarga dapat memberikan motivasi kepada pasien, mengingatkan pasien minum obat dan memantau kesehatannya. Karena itu perlu dilakukan pendampingan dan pengawasan minum tablet Fe oleh suami terhadap ibu hamil yang sedang mengkonsumsi tablet Fe. Tujuan pengabdian ini untuk memberikan “Upaya Promotif dan Rehabilitatif Pada Ibu Hamil Anemia dengan Pendekatan Keluarga untuk meningkatkan kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi tablet Fe dan mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil di Desa Langenharjo”. Metode yang digunakan pada kegiatan ini berupa pendampingan dan pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet dan pemberian Tablet Fe dan Vitamin. Kegiatan dilaksanakan di Desa Langenharjo di wilayah Puskesmas Margorejo Kabupaten Pati dilakukan oleh 2 orang Dosen kebidanan dibantu mahasiswa kebidanan. Sasaran keluarga dengan ibu hamil dengan anemia. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dua kali yaitu tanggal 30 Januari 2023 pada kelas ibu hamil memberikan penyuluhan tentang anemia, zat besi (Fe) pada ibu hamil, pemberian tablet tambah darah (tablet Fe) dan multivitamin, kegiatan dihadiri oleh 10 orang ibu hamil, 3 orang kader dan 1 orang bidan desa. dari 10 ibu hamil yang dtang ditemukan 2 orang ibu hamil anemia yaitu 10,5 gr% dan 11,1 gr%. Ibu hamil yang anemia dilakukan pemantauan dengan kegiatan kunjungan kerumah tanggal 07 Februari 2023 pada keluarga Tn A dan Tn F. Evaluasinya melakukan pemantauan konsumsi tablet Fe dan multivitamin pada ibu hamil, serta menganjurkan pemeriksaan ulang kadar Hb di puskesmas terdekat.

© 2023 EJOIN

**Corresponding author email: ulinnafiah20@gmail.com*

PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan adalah upaya yang dilaksanakan oleh semua komponen bangsa Indonesia untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud kondisi masyarakat Indonesia yang memiliki derajat kesehatan optimal. Dalam rencana strategis Kementerian Kesehatan 2015-2019 yang

menegaskan Program Indonesia Sehat melalui Pendekatan Keluarga (PIS-PK) dalam mendukung Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). Pendekatan Keluarga bukanlah program baru, melainkan salah satu cara meningkatkan jangkauan sasaran dan meningkatkan akses masyarakat pada pelayanan kesehatan dengan mendatangi keluarga (Dinkes Pati, 2019).

Ibu hamil merupakan salah satu kelompok rawan kekurangan gizi, karena terjadi peningkatan kebutuhan gizi untuk memenuhi kebutuhan ibu dan janin yang dikandung. Pola makan ibu hamil yang salah membawa dampak terhadap terjadinya gangguan gizi seperti anemia, penambahan berat badan yang kurang pada ibu hamil dan gangguan pertumbuhan janin.

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa terdapat 52% ibu hamil mengalami anemia di negara berkembang. Di Indonesia (Susenas dan Survei Depkes-Unicef) dilaporkan bahwa dari sekitar 4 juta ibu hamil, separuhnya mengalami anemia gizi dan satu juta lainnya mengalami kekurangan energi kronis (Kemenkes RI, 2022).

Program penanggulangan anemia yang dilakukan adalah memberikan tablet tambah darah yaitu preparat Fe yang bertujuan untuk menurunkan angka anemia pada balita, ibu hamil, ibu nifas, remaja putri, dan WUS (Wanita Usia Subur). Penanggulangan anemi pada ibu hamil dilaksanakan dengan memberikan 90 tablet Fe kepada ibu hamil selama periode kehamilannya (Kemenkes RI, 2022).

Jumlah Bayi berat badan lahir rendah di Kabupaten Pati tahun 2018 sebanyak 563 orang (3,4 %) turun dibandingkan tahun 2017 sebanyak 306 orang (3,5 %). Penyebab terjadinya BBLR antara lain karena ibu hamil mengalami anemia, kurang suply gizi waktu dalam kandungan, ataupun lahir kurang bulan (Dinkes Pati, 2022).

Tablet zat besi (Fe) merupakan tablet mineral yang diperlukan oleh tubuh untuk pembentukan sel darah merah atau hemoglobin. Unsur Fe merupakan unsur paling penting untuk pembentukan sel darah merah. *Zat besi* secara alamiah didapatkan dari makanan. Jika manusia kekurangan zat besi pada menu makanan yang dikonsumsinya sehari-hari, dapat menyebabkan gangguan anemia gizi (kurang darah). Tablet zat besi (Fe) sangat dibutuhkan oleh wanita hamil, sehingga ibu hamil diharuskan untuk mengonsumsi tablet Fe minimal sebanyak 90 tablet selama kehamilannya.

Cakupan ibu hamil mendapat 90 tablet Fe di Kabupaten Pati tahun 2018 sebesar (98 %), naik dibandingkan tahun 2017 sebesar (92,6 %). Tahun 2020 cakupan ibu hamil mendapatkan tablet Fe sudah mencapai 100%. Di Puskesmas Margorejo untuk cakupan pemberian 90 tablet Fe sudah mencapai 100% tetapi masih banyak ibu hamil yang mengalami anemia. Hal ini dapat dilihat dari data bulan Desember 2021 di Puskesmas Margorejo terdapat 792 Ibu hamil yang di periksa Hb. Dari 792 terdapat 260 ibu hamil anemia dengan kadar Hb 8-11 mg/dl, dan 5 orang ibu hamil anemia berat dengan kadar Hb <8 mg/dl (Puskesmas Margorejo, 2022).

Peran dan fungsi keluarga sangat penting saat salah satu anggota keluarga mengalami masalah kesehatan. Keluarga dapat memberikan motivasi kepada pasien, mengingatkan pasien minum obat dan memantau kesehatannya. Karena itu perlu dilakukan pendampingan dan pengawasan minum tablet Fe oleh suami terhadap ibu hamil yang sedang mengonsumsi tablet Fe. Oleh karena itu perlu dilakukan pendampingan dan pengawasan minum tablet Fe oleh suami terhadap ibu hamil yang sedang mengonsumsi tablet Fe (Julianti, dkk. 2015).

Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan “Upaya Promotif dan Rehabilitatif Pada Ibu Hamil Anemia dengan Pendekatan Keluarga untuk meningkatkan kepatuhan ibu hamil mengonsumsi tablet Fe dan mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil di Desa Langenharjo”.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan pada kegiatan ini berupa pendidikan kesehatan dan pendampingan dengan menggunakan media leaflet dan pemberian Tablet Fe dan Multivitamin pada ibu hamil. Kegiatan dilaksanakan di Desa Langenharjo di wilayah Puskesmas Margorejo Kabupaten Pati dilakukan oleh Dosen kebidanan dibantu mahasiswa kebidanan. Sasaran keluarga dengan ibu hamil dengan anemia. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dua kali, yaitu kegiatan yang pertama pemberian pendidikan kesehatan dan kunjungan rumah keluarga yang ada ibu hamil anemia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan dengan lancar dan peserta sangat antusias saat mengikuti kegiatan ini. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dua kali yaitu pelaksanaan kegiatan yang pertama dilakukan pada hari Senin tanggal 30 Januari 2023 di PKM desa Langenharjo pada waktu ada kelas ibu hamil, dan pelaksanaan kegiatan yg kedua tanggal 07 Februari 2023 yaitu kunjungan ke rumah keluarga yang ada ibu hamil anemia.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan oleh 2 orang dosen dan dibantu 3 orang mahasiswa pada kelas ibu hamil yang dihadiri 10 orang ibu hamil, 3 orang kader, dan 1 orang bidan desa. Pada kegiatan ini, yang pertama dilakukan adalah mengumpulkan data dasar meliputi data subyektif dan obyektif. Dari 10 ibu hamil yang datang terdapat 2 orang ibu hamil dengan anemi yaitu 10,5 gr% dan 11,1 gr%. Ibu hamil yang anemia akan dilakukan pemantauan dengan melakukan kegiatan kunjungan ke rumah keluarga ibu hamil dan melibatkan keluarga agar berperan aktif dalam pendampingan selama kehamilan sehingga masalah anemia dapat teratasi.

Pada waktu pelaksanaan kegiatan penyuluhan yang dilakukan di kelas ibu hamil dibagi menjadi beberapa sesi meliputi pembukaan, pemberian materi penyuluhan dan evaluasi, pemberian tablet tambah darah (Tablet Fe) dan multivitamin pada ibu hamil, dan yang terakhir adalah pemberian doorprize dan kenang-kenangan, diakhiri penutup.

Proses pelaksanaan kegiatan pengabdian pada kelas ibu hamil ini diawali dengan pembukaan oleh bidan desa ibu Harmini, AmdKeb, kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi tentang manfaat zat besi (Fe) pada ibu hamil dan materi anemia pada ibu hamil oleh Ulin Nafiah, S.S.T., M.Kes. dan Mahasiswa membantu memberikan leaflet dan tablet Fe serta multivitamin pada peserta, kegiatan ini diawali dengan pemberian penyuluhan kepada ibu hamil tentang anemia dan zat besi (Fe), dan pemberian multivitamin pada ibu hamil di Desa Langenharjo. Ibu hamil menyimak dengan sesama dan sangat antusias mengikuti, hampir seluruh peserta aktif bertanya.

Upaya promotif yang dilakukan dengan cara mencegah adanya anemia dalam kehamilan melalui pemberian pendidikan kesehatan atau penyuluhan tentang anemi pada ibu hamil dan zat besi pada ibu hamil, karena itulah usaha promotif dalam peningkatan gizi ibu hamil sangat dipentingkan untuk mengurangi angka kehamilan dengan anemia, mengurangi angka kematian ibu dan bayi. Penyuluhan yang diberikan pada ibu hamil tentang pencegahan anemi dengan perbaikan gizi yaitu dengan menjelaskan dan menginformasikan mengenai pola nutrisi yang baik bagi ibu hamil untuk menunjang kesehatan ibu dan pertumbuhan janin yang baik.

Upaya rehabilitatif yang dilakukan selain memberikan penyuluhan kepada ibu hamil juga memberikan tablet tambah darah (Tablet Fe) dan multivitamin kepada ibu hamil. Untuk sesi yang terakhir yaitu evaluasi pemberian doorprize pada ibu hamil yang bisa menjawab pertanyaan dari pemateri dan penutup kegiatan penyuluhan dengan

menyimpulkan materi yang sudah disampaikan kepada ibu hamil di desa Langenharjo dan melakukan pendekatan pada ibu hamil yang anemia.

Pelaksanaan kegiatan yang kedua yaitu melakukan kunjungan kerumah keluarga ibu hamil anemia. Pada kunjungna rumah ini dilakukan di dua keluarga ibu hamil anemia yaitu pada keluarga Tn. A dan Tn. F. kegiatan yang dilakukan saat kunjungan rumah adalah memberikan penyuluhan kepada keluarga tentang pentingnya tablet tambah darah (tablet Fe) dan dampak anemia bagi ibu hamil, melakukan pemantauan konsumsi tablet Fe dan multivitamin pada ibu hamil, serta menganjurkan pemeriksaan ulang lab Hb di puskesmas terdekat.

Anemia merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi tertinggi pada wanita hamil. Pada trimester pertama kehamilan, zat besi yang dibutuhkan sedikit karena tidak terjadi menstruasi dan pertumbuhan janin masih lambat. Menginjak trimester kedua hingga ketiga, volume darah dalam tubuh wanita hamil akan meningkat sampai 35%, ini ekuivalen dengan 450 mg zat besi untuk memproduksi sel-sel darah merah. Sel darah merah harus mengangkut oksigen lebih banyak untuk janin.

Pencegahan dan penatalaksanaan awal anemia dalam kehamilan dapat dilakukan melalui peningkatan pengetahuan ibu hamil dan keluarga tentang tanda, gejala dan risiko dari anemia pada kehamilan dan meminum tablet tambah darah, multivitamin dan makanmakanan yang bergizi.

Evaluasi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu diharapkan ibu hamil dan keluarga dapat memahami dengan baik tentang anemia pada ibu hamil, sehingga dapat menurunkan angka kejadian anemia pada kehamilan di Kecamatan margorejo. Para peserta diakhir sesi ada yang menyarankan kegiatan ini untuk terus dilanjutkan dengan memberikan materi-materi menarik lainnya terkait tentang kesehatan pada ibu hamil sampai dengan menyusui bahkan mengenai kesehatan reproduksi khususnya bagi perempuan. Karena selama ini masyarakat merasa tabu untuk membahas hal yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi. Dengan adanya pengabdian pada masyarakat dengan penyuluhan seperti ini dapat menciptakan forum khusus yang lebih privasi bagi perempuan sebagai tempat diskusi, menambah ilmu pengetahuan para ibu hamil dan keluarga yang sangat bermanfaat untuk diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Karena terdapat beberapa peserta yang mengaku sangat senang dengan adanya kegiatan penyuluhan seperti ini yang dihadiri oleh kader yang sehingga diskusi dan sharing informasi lebih nyaman tanpa harus ditutup-tutupi. Selain hal tersebut hasil kegiatan penyuluhan ini dapat menciptakan pemikiran baru bagi para keluarga bahwa proses pemeriksaan yang dilakukan pada ibu hamil mengenai anemia sangat diperlukan selama masa kehamilan. Dan betapa pentingnya agar para ibu hamil mengkonsumsi tablet Fe secara rutin. Kemudian sosialisasi terkait peran dan dukungan anggota keluarga bagi para ibu hamil terutama kepada suami terkait peran aktif pendampingan selama kehamilan sehingga masalah anemia dapat teratasi. Karena tidak sedikit yang mengatakan bahwa anemia pada saat kehamilan merupakan hal yang wajar terjadi, bahkan ada ibu hamil yang tidak mau mengkonsumsi tablet Fe karena merasa membuat keadaan menjadi mual. Untuk itu peran keluarga sangat penting dalam mendampingi ibu mengkonsumsi tablet Fe.

A. Pelaksanaan Kegiatan Pertama

1. Pemberian Penkes Pada Kelas Ibu Hamil



2. Pemberian Tablet Fe (TTD) dan Multivitamin pada Ibu Hamil





3. Pemberian Kenang-kenangan dan Doorprise pada Ibu hamil



B. Pelaksanaan Kegiatan Kedua Kunjungan Ke Rumah Ibu Hamil Anemia

1. Kunjungan ke rumah keluarga Tn A



2. Kunjungan ke rumah keluarga Tn A Monitoring I



Monitoring ke II Pemeriksaan



KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan dengan lancar dan peserta sangat antusias saat mengikuti kegiatan ini. Kegiatan dilaksanakan di Desa Langenharjo di wilayah Puskesmas Margorejo Kabupaten Pati dilakukan oleh 2 orang Dosen kebidanan dibantu mahasiswa kebidanan. Sasaran keluarga dengan ibu hamil dengan anemia. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dua kali yaitu hari Senin tanggal 30 Januari 2023 pada kelas ibu hamil memberikan penyuluhan tentang anemia, zat besi (Fe) pada ibu hamil, pemberian tablet tambah darah (tablet Fe) dan multivitamin, kegiatan dihadiri oleh 10 orang ibu hamil, 3 orang kader dan 1 orang bidan desa. dari 10 ibu hamil yang dtang ditemukan 2 orang ibu hamil anemia yaitu 10,5 gr% dan 11,1 gr%. Ibu hamil yang anemia dilakukan pemantauan dengan kegiatan kunjungan kerumah tanggal 07 Februari 2023 pada keluarga Tn A dan Tn F. Evaluasinya melakukan pemantauan konsumsi tablet Fe dan multivitamin pada ibu hamil, serta menganjurkan pemeriksaan ulang kadar Hb di puskesmas terdekat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak yang telah memberi dukungan terhadap pelaksanaan kegiatan ini yaitu kepada Kepala Puskesmas Margorejo, Bidan Desa, dan Kepala Desa Langenharjo yang telah memberikan izin untuk melakukan pengabdian masyarakat pada kami dan Keluarga Ibu hamil yang sudah bersedia menerima kunjungan kami ke rumah.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Anggraini, P. D. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil Di Puskesmas Tanjung Pinang tahun 2018. *Jurnal Kebidanan*, 7(15), 33– 38. <https://doi.org/10.31983/jkb.v7i15.3248>.
- [2] Dinkes Pati, 2018. *Profil Kesehatan Kabupaten Pati tahun 2018*.
- [3] Dinkes Pati, 2022. *Profil Kesehatan Kabupaten Pati tahun 2021*.
- [4] Dinkes Provinsi, 2021. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2021*.
- [5] Hariati, Alim, A., & Thamrin, A. I. (2019). Kejadian anemia pada ibu hamil (studi analitik di Puskesmas Pertiwi Kota Makassar Provinsi Sulawesi Selatan). *Jika (Jurnal Ilmiah Kesehatan)*, 1(1), <https://doi.org/10.36590/jika.v1i1.1>
- [6] Kemenkes RI. 2021. *Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta* : Kemenkes RI.
- [7] Kemenkes RI, 2022. Program Indonesia Sehat melalui Pendekatan Keluarga (PIS-PK). <https://www.kemkes.go.id/article/view/17070700004/program-indonesia-sehat-dengan-pendekatan-keluarga.html> .
- [8] Julianti.ED, Permanasari.Y, Aditianti. (2015). *Pendampingan minum tablet tambah darah (TTD) dapat meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD pada ibu hamil anemia*. *Jurnal Penelitian Gizi dan Makanan*. 38(1).71-78.
- [9] Widari, D., & Pratiwi, R. (2018). Hubungan konsumsi sumber pangan enhancer dan inhibitor zat besi dengan kejadian anemia pada ibu hamil. *Amerta Nutr*, 2(3), 283 <https://doi.org/10.20473/amnt.v2.i3.2018.283-291>.