



PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG PENANGANAN ANEMIA DI DESA TAMAN BARU KEC. PENENGAHAN LAMPUNG SELATAN

Linda Timor Yanti, Sri Lestari, Eka Maya Istianti, St. Rochmah, Shindi Kristanti Melisa, Refi Naliyasari, Ida Farida, Neli Karlina, Mardaneli, Narni, Iis Tri Utami

Universitas Aisyah Pringsewu, Kabupaten Pringsewu Lampung, Indonesia

Artikel info	ABSTRAK
<p>Corresponding Author:</p> <p>Linda Timor Yanti, lindaty43@gmail.com, Universitas Aisyah Pringsewu</p>	<p>Indonesia merupakan sebuah negara dengan Kejadian anemia atau kekurangan darah pada ibu hamil di Indonesia masih tergolong tinggi, yaitu sebanyak 48,9% Anemia kehamilan adalah sebuah kondisi dimana kadar hemoglobin seseorang kurang dari 11g/dl pada trimester pertama dan ketiga, dan kurang dari 10,5 g/dl pada trimester kedua Tujuan: pengabdian masyarakat ini, untuk meningkatkan dan mengembangkan pengetahuan ibu hamil tentang bahaya anemia pada ibu hamil serta penanganannya menggunakan daun kelor dan buah pepaya. Metode yang digunakan pemberian edukasi pendidikan menggunakan leaflet yang dibagikan dan materi yang diberikan dengan power point, diskusi dan tanya jawab serta Demostrasi cara pembuatan puding daun kelor dan penyajian pepaya yang baik dan benar dalam penanganan dan pencegahan anemia. Dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil tentang pencegahan dan penanganan anemia dengan melakukan inovasi olehan daun kelor setelah dilakukan pengabdian masyarakat di desa Taman Baru terbukti dari hasil pre dan pos test yang meningkat.</p> <p>Keywords: Ibu Hamil, Anemia, Daun Kelor, Pepaya</p>
<p>This article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)</p>	

PENDAHULUAN

Masa kehamilan merupakan masa yang sangat penting, karena pada masa ini merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan janin selama sembilan bulan. Namun, tidak semua kehamilan akan menunjukkan tanda-tanda yang normal, ibu hamil dapat mengalami masalah serius tentang kehamilannya. Kehamilan merupakan sesuatu yang wajar terjadi pada wanita usia produktif, tetapi kurangnya pengetahuan berkaitan dengan reproduksi dapat menimbulkan kecemasan tersendiri (Handayani, 2017). Anemia pada masa kehamilan dapat mengakibatkan efek buruk baik pada wanita hamil maupun pada bayi yang akan dilahirkan. Anemia pada ibu hamil akan meningkatkan risiko dan cenderung mendapatkan kelahiran prematur atau Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), risiko perdarahan sebelum dan saat persalinan yang dapat menyebabkan kematian ibu dan

bayinya bila ibu hamil tersebut menderita anemia berat (Sotomayor-Beltran, Segura, & Tarazona, 2018)

Anemia umumnya memiliki prognosis yang sangat baik dan mungkin dapat disembuhkan dalam banyak hal. Prognosis keseluruhan tergantung pada penyebab anemia, tingkat keparahan, dan kesehatan keseluruhan pasien. (Soleha dkk, 2020) Berdasarkan laporan Riskesdas (2018), proporsi anemia mengalami peningkatan sebanyak 11,8% daritahun 2013. Menurut WHO (2015), secara global prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia adalah sebesar 41,8% dari para ibu yang sedang hamil. Prevalensi anemia pada ibu hamil diperkirakan di Afrika 57,1%, Asia sebesar 48,2%, Eropa 25,1%, dan Amerika 24,1%. Kejadian anemia atau kekurangan darah pada ibu hamil di Indonesia masih tergolong tinggi, yaitu sebanyak 48,9% (menurut Kemenkes RI tahun 2019). Menurut data dari dinas kesehatan provinsi lampung ibu hamil yang mengalami anemia adalah 9,10% (11.671 orang), Sedangkan hasil survey pendahuluan yang dilakukan pada 10 Ibu hamil di Desa Taman Baru , terdapat 5 orang di antaranya yang mengalami Anemia Ringan dan anemia sedang dengan rata rata kadar HB 9,6gr % dan tidak memahami bagaimana cara mengatasi gejala anemia yang dialami oleh ibu hamil , karena penanganan anemia penting dan perlu dilakukan agar kualitas kesehatan kehamilan ibu beserta janin juga terjaga.

Defisiensi zat besi merupakan masalah nutrisi utama di negara berkembang dan penyebab utama anemia di dunia. Pengendalian anemia pada wanita usia subur sangat penting untuk mencegah komplikasi anemia pada kehamilan. Anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur, bayi berat lahir rendah (BBLR), kematian ibu dan anak, perdarahan, serta penyakit infeksi. Anemia defisiensi besi pada ibu dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin/bayi saat kehamilan maupun setelahnya (Kemenkes RI, 2021).

Penanganan anemia secara farmakologi dapat dilakukan dengan mengkonsumsi tablet penambah darah . Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan terapi komplementer pada ibu hamil dengan anemia. Upaya non-farmakologi dapat dilakukan dengan meningkatkan konsumsi tumbuhan seperti sayur dan buah-buahan diantaranya adalah buah papaya (santy dan Jaleha 2019) dan daun kelor (Moringa oleifera) .Buah papaya merupakan buahyang sangat ber gizi,yaitu mengandung tinggi vitamin,magnesium besi, tembaga, dan beberapa asam amino esensial,dan juga mengandung sejumlah besar riboflavin, niacin,kalsium, fosfor, dan seng. Sehingga bermanfaat untuk meningkatkan kadar haemoglobin terutama pada ibu hamil (Kharisma, Hendryanny, &Riani : 2017). Salah satu makanan sumber zat besi adalah daun kelor, dengan kandungan zat besi sebanyak 28,29 mg/100 gr daun kelor. Zat besi terdapat di dalam sel eritrosit, sehingga dengan mengkonsumsi daun kelor dapat meningkatkan kadar hemoglobin (Sulasmi, 2023). Daun kelor merupakan sumber protein, vitamin A dan vitamin C serta mineral (besi dan kalsium, juga sumber vitamin B. Memiliki kandungan lemak yang rendah. Vitamin A lebih tinggi dari pada wortel, kandungan kalsium lebih tinggi daripada susu, zat besi lebih tinggi dari pada bayam, vitamin C lebih tinggi daripada jeruk, dan potasium lebih banyak dibandingkan pisang. (Sri Winarti, 2012). Merujuk pada

Tabel Komposisi Pangan Indonesia (2017), kandungan zat besi daun kelor segar adalah 6 mg per 100 gram sedangkan daun kelor yg direbus 2,1 mg per 100 gram. Pada proses pengolahan, bahan makanan akan terkena panas yang tinggi, cahaya dan oksigen sehingga menyebabkan kehilangan zat gizi. Zat gizi juga dapat tercuci keluar oleh air yang digunakan untuk memasak, seperti proses merebus

Hasil penelitian oleh Mardiana (2020) yang berjudul Efektifitas Konsumsi Buah Pepaya Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia Yang Mendapat Suplementasi Tablet Fe Di Wilayah Kerja Puskesmas Cisayong Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia sebelum diberikan konsumsi buah pepaya sebesar 9,7 mg/dl termasuk pada kategori anemia ringan, sedangkan setelah mengkonsumsi buah pepaya rerata kadar hemoglobin sebesar 11,2 mg/dl termasuk pada kategori tidak anemia. Berdasarkan hasil uji diperoleh bahwa terdapat efektifitas konsumsi buah pepaya terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia yang mendapat suplementasi Fe dengan nilai p value sebesar 0,000.

Sedangkan hasil penelitian oleh Zummatul Atika (2021) menunjukkan bahwa Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa analisis pengaruh daun kelor terhadap kadar hemoglobin dengan nilai P T-Test Berpasangan adalah 0.000 dengan selisih rata-rata kadar HB 0,6054 gr%, diperoleh hasil uji perbandingan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan daun kelor menggunakan t-test berpasangan menunjukkan nilai signifikansi (p) 0,000. Dengan demikian, hasil menunjukkan ada pengaruh secara signifikan pemberian daun kelor terhadap kadar hemoglobin ibu hamil. Apabila dibandingkan antara dua jenis olahan daun kelor ini, maka kandungan protein dan kalsium lebih tinggi pada olahan puding dibandingkan sayur.

Berdasarkan latar belakang tersebut, mahasiswa tertarik melakukan penyuluhan terapi komplementer terhadap ibu hamil dengan anemia ringan dengan konseling pemberian buah pepaya dan puding daun kelor terhadap ibu hamil tersebut.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah melalui pemutaran video, ceramah, dan diskusi serta tanya jawab, melakukan pre dan post test serta demonstrasi cara pembuatan puding daun kelor

HASIL

Pelaksanaan dalam kegiatan yang diadakan di Desa Taman Baru Kec. Penengahan Kab. Lampung Selatan pada tanggal 14 Juni 2024 Peserta yang mengikuti edukasi "Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Penanganan Anemia" merupakan ibu hamil yang berjumlah 10 orang ibu hamil dengan usia kehamilan bervariasi, dari TM I, TM II dan TM III, terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil tentang pencegahan dan penanganan anemia

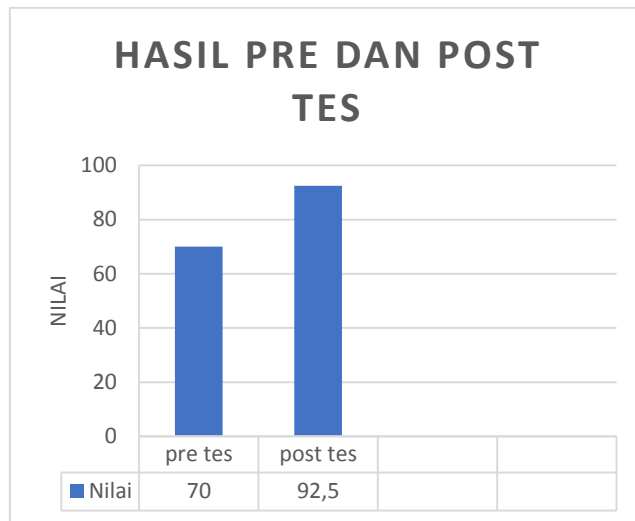
DISKUSI

Kegiatan ini meningkatkan pemahaman ibu tentang anemia yang terjadi pada kehamilan, cara penanganan dan pencegahannya dengan memanfaatkan bahan yang ada disekitar rumah seperti sayuran dan buah (Daun kelor dan pepaya california) . a. Peningkatan pengetahuan Ibu hamil tentang bahaya anemia bagi ibu hamil dengan peningkatan hasil pre dan pos test. Rata rata nilai pre test adalah 70 setelah dilakukan post test rerata nilai menjadi 92,5 ;b. Ibu hamil mengetahui cara pemanfaatan sumber daya yang ada disekitar rumah seperti daun kelor dan buah pepaya untuk mengatasi dan mencegah anemia saat kehamilan; c. Ibu hamil mengetahui bahwa daun kelor dapat diolah sebagai puding yang lezat, selain dibuat sayuran; d. Ibu hamil mengetahui tentang bahaya anemia pada kehamilan.;e. Ibu hamil diharapkan dapat menularkan ilmu pengetahuan yang didapat tentang penanganan dan pencegahan anemia kepada ibu ibu lainnya.

PEMBAHASAN

Dampak dari ibu hamil yang mengalami anemia adalah anemia bukan hanya berdampak pada ibu, melainkan juga pada bayi yang dilahirkan. Bayi yang dilahirkan kemungkinan besar mempunyai cadangan zat besi yang sedikit atau bahkan tidak mempunyai persediaan sama sekali, sehingga akan mengakibatkan anemia pada bayi yang dilahirkan. Dampak anemia pada ibu hamil dapat diamati dari besarnya angka kesakitan dan kematian maternal, peningkatan angka kesakitan dan kematian janin, serta peningkatan resiko terjadinya berat badan lahir rendah. Pepaya california dan daun kelor banyak terdapat didesa Taman Baru, dan sebagian besar daun kelor ditanam di samping rumah dan kebun. sedangkan pemanfaatannya pada masyarakat masih sangat kurang. Masyarakat mengkonsumsi daun kelor dengan cara dimasak untuk lauk sehari-hari dan mengolahnya menjadi sayur. Wawasan masyarakat untuk mengolah kelor menjadi berbagai produk belum banyak. Sehingga pendidikan edukasi yang diberikan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan masyarakat.

Kejadian anemia yang tinggi saat ini dapat dipengaruhi oleh rendahnya perilaku ibu dalam mencegah anemia, seperti tidak mengonsumsi tablet suplemen zat besi secara teratur. Banyak wanita hamil yang tidak patuh dalam mengonsumsi tablet zat besi karena keyakinan bahwa tablet zat besi hanya perlu dikonsumsi ketika mereka memiliki keluhan kesehatan. Komitmen ibu hamil dalam perilaku pencegahan anemia akan lebih baik jika ibu memiliki keteguhan hati yang kuat. Dengan komitmen yang kuat, ibu hamil akan dapat mengatasi hambatan dalam mencegah anemia. Serta pentingnya dukungan keluarga dalam keberhasilan program



SIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil tentang pencegahan dan penanganan anemia dengan melakukan inovasi olehan daun kelor setelah dilakukan pengabdian masyarakat di desa Tamana Baru

DAFTAR PUSTAKA

- Aris Trinumasari, 2023 “ Pengaruh Pemberian Kombinasi Jus Buah Pepaya Dan Serbuk Daun Kelor Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil “BUNDA EDU-MIDWIFERY JOURNAL (BEMJ) P-ISSN: 26227482 Dan E-ISSN: 26227487 Volume 6 Nomor 2 Tahun 2023
- Endhang Kusumastuti, A.Md.Keb,2022 “Anemia dalam Kehamilan “https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1132/anemia-dalam-kehamilan
- Fitriani Mardiana.2019, “Pengaruh Konsumsi Buah Pepaya Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia Yang Mendapat Suplementasi Tablet Fe Di Wilayah Kerja Puskesmas Cisayong Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019” Jurnal Keperawatan & Kebidanan P-ISSN : 2599-0055, E-ISSN : 2615-1987 Volume 4 Nomor 1, Mei 2020, Hal. 65 – 78 65
- <https://www.alodokter.com/kandungan-dan-manfaat-daun-kelor-bagi-kesehatan>
- Nurhasanah, Mutiara (2023)” Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Tm II Di Puskesmas Pancoran Tahun 2023” . Diploma thesis, Universitas Nasional. <http://repository.unas.ac.id/6560/>
- Pipih Napisah, Dkk , 2023 “Intervensi Non Farmakologi Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil:” Sistematik Review Pipih Napisah, Jurnal Hasil Penelitian Dan Pengembangan <https://jurnalcendekia.id/index.php/jhpp/> Volume: 1 No: 3 Bulan: Juli Tahun: 2023 | Hal : 91-107
- Proverawati, A., (2018), *Anemia dan Anemia Kehamilan*, NuhaMedika : Yogyakarta.

- Rukiyah, Ai Yeyeh, dan Lia Yuliyanti (2010). *Asuhan kebidanan IV (Patologi Kebidanan)*, trans Info Media, Jakarta.
- Sulasmı (2023) “Pemanfaatan Daun Kelor (Moringa Oleifera L.) Untuk Mengatasi Anemia “ JPK: Jurnal Pengemas Kesehatan STIKes Bakti Utama Pati Vol. 02, No. 01, Februari, 2023, Hal. 18 - 25 18.
- Zummatul Atika (2021) “Pengaruh Daun Kelor (Moringa Oleifera Lam) Terhadap Kadar Hb Ibu Hamil Di Pmb Zummatul Atika “ <http://ejurnal.binawakya.or.id/index.php/MBI>