

PENYULUHAN TENTANG DAMPAK ANEMIA PADA KEHAMILAN *Counseling on The Impact of Anemia in Pregnancy*

Sri Wulan^{1*}

¹Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam

Jln. Sudirman No.38 Lubuk Pakam, Kabupaten Deli Serdang,
Sumatera Utara – Indonesia

*email korespondensi author: wulan194@gmail.com

DOI 10.35451/jpk.v2i2.1460

Abstrak

Masalah Kesehatan yang sering muncul pada wanita hamil selain keracunan kehamilan adalah anemia. Anemia ini merupakan suatu kondisi dimana kadar hemoglobin (HB) dalam darah rendah atau kurang dari normal. Dimasa kehamilan ibu hamil akan mengalami anemia fisiologis karena terjadi pengenceran darah atau yang disebut dengan hemodilusi, tetapi apabila tidak diantisipasi dari awal kehamilan maka bisa menyebabkan anemia patologis sehingga dapat menyebabkan komplikasi pada saat persalinan. Di Indonesia kejadian anemia pada kehamilan masih sangat tinggi hal ini dikarenakan masih banyak ibu hamil yang tidak patuh dalam mengkonsumsi zat besi selain itu ketidaktahuan ibu hamil terkait dampak dari anemia pada saat kehamilan ataupun kelahiran. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk mengetahui bagaimana pengetahuan ibu hamil tentang dampak anemia ketika masa kehamilan. Kegiatan ini dilaksanakan selama 2 hari dengan membagikan kuisisioner sebelum dan sesudah penyuluhan untuk melihat sejauh mana pengetahuan ibu tentang dampak anemia saat hamil. Hasil pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa sebelum dilakukan kegiatan penyuluhan mayoritas pengetahuan peserta kurang yaitu 42,9% dan setelah dilakukan penyuluhan mayoritas pengetahuannya menjadi naik atau baik yaitu 47,7%. Disarankan agar ibu-ibu khususnya ibu hamil untuk patuh dalam mengkonsumsi zat besi serta terus menambah informasi seputar kehamilan khususnya tentang anemia kehamilan karena dampak anemia sangat membahayakan kesehatan ibu ataupun janin yang dikandungnya.

Kata kunci: Penyuluhan; Dampak Anemia; Ibu Hamil

Abstract

Health problems that often arise in pregnant women besides pregnancy poisoning is anemia. Anemia is a condition in which the level of hemoglobin (HB) in the blood is low or less than normal. During pregnancy, pregnant women will experience physiological anemia due to blood dilution or what is called hemodilution, but if it is not anticipated early in pregnancy it can cause pathological anemia which can cause complications during delivery. In Indonesia the incidence of anemia in pregnancy is still very high, this is because there are still many pregnant women who are not compliant in consuming iron, in addition to the ignorance of pregnant women about the effects of anemia during pregnancy or childbirth. The purpose of this community service activity is to find out how pregnant women know about the effects of anemia during pregnancy. This activity was carried out for 2 days by distributing questionnaires before and after counseling to see the extent of knowledge of mothers about the effects of anemia during pregnancy. The results of the community service showed that before the counseling activities, most of the participants' knowledge was lacking, namely 42.9% and after the counseling, most of their knowledge increased or was good, namely 47.7%. It is recommended for mothers, especially pregnant

women, to be compliant in consuming iron and continue to add information about pregnancy, especially about anemia in pregnancy because the impact of anemia is very dangerous for the health of the mother or the fetus she contains.

Keywords: *Counseling; Impact of Anemia; Pregnant Women.*

1. Pendahuluan

Anemia merupakan masalah yang sering terjadi pada wanita khususnya di Indonesia. Anemia ditandai dengan penurunan kadar hemoglobin (HB) pada sel darah merah. Kadar HB pada sel darah merah sangat bervariasi dan bergantung pada jenis kelamin, usia, kondisi tempat ataupun kondisi fisiologi tertentu. Anemia pada wanita sering terjadi khususnya pada ibu hamil. Setiap ibu hamil ketika memasuki usia kehamilan 28 minggu akan mengalami hemodilusi yang disebut anemia fisiologis, hemodilusi terjadi karena kebutuhan suplai darah menuju ke tubuh janin semakin meningkat, sehingga terjadi pengenceran darah. Kondisi ini apabila tidak diantisipasi dari awal oleh ibu hamil maka anemia fisiologis bisa menjadi anemia patologis yang dapat membahayakan Kesehatan ibu ataupun janin yang dikandungnya (Rilyani, 2019).

HB merupakan salah satu jenis komponen sel darah merah yang berfungsi untuk membantu menghantarkan oksigen ke seluruh bagian jaringan tubuh. Oksigen ini sangat diperlukan untuk ibu dan janin, jika kekurangan oksigen ke jaringan tubuh atau otak maka dapat menimbulkan gejala seperti kurangnya konsentrasi, lemas dan pusing (Maharani.S, 2020).

Kondisi bayi dalam kandungan sangat dipengaruhi oleh kondisi ataupun keadaan gizi ibu, baik pada saat sebelum hamil ataupun pada saat hamil. Jika ibu kecukupan gizi maka kondisi bayinya akan baik tetapi jika ibu kekurangan gizi maka dapat pula mempengaruhi kondisi janin menjadi tidak baik pula. Selain zat makanan yang dibutuhkan oleh janin, zat besi juga merupakan hal yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan janin (Yuliawati.E, et all, 2022).

Dampak yang dapat terjadi apabila ibu mengalami anemia atau kekurangan zat besi maka dapat menyebabkan ibu sering pusing, lelah, abortus, bahkan dapat menyebabkan perdarahan dan kematian pada saat proses kelahiran, sedangkan dampak pada janin jika ibu mengalami anemia maka dapat menyebabkan janin terhambat untuk pertumbuhannya atau bisa lahir dengan kondisi BBLR bahkan kematian pada janin (Zuliyanti, et al, 2020).

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang sangat berhubungan dengan kondisi ibu, khususnya dalam mengkonsumsi tablet zat besi, kebijakan Kesehatan ibu dan anak di Indonesia menetapkan bahwa semua ibu hamil wajib mengkonsumsi tablet zat besi sebanyak 90 tablet selama 90 hari. Hal ini dilakukan pemerintah salah satunya adalah untuk mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil, tetapi kenyataan dilapangan banyak sekali ibu hamil yang tidak mengkonsumsi tablet zat besi dengan baik, bahkan ada yang sama sekali tidak mengkonsumsi karena alasan tertentu (Safitri, 2020).

Desa Belongkut merupakan salah satu Desa yang terletak di Kecamatan Marbau Kabupaten Labuhan Batu Selatan. Desa Belongkut ini termasuk salah satu desa yang luas dan padat penduduknya dalam 3 bulan terakhir ada 21 orang yang sedang hamil di Desa tersebut, dari 21 orang ibu hamil 3 diantaranya menyatakan tidak teratur mengkonsumsi tablet zat besi, bahkan 2 diantaranya tidak mengkonsumsi tablet zat besi hanya mengkonsumsi pil calcium dan susu ibu hamil dan ketika diwawancarai ibu juga tidak mengetahui manfaat dari zat besi bagi tubuh ibu ataupun janin. Oleh karena itu perlu dilakukan penyuluhan tentang dampak anemia di Desa Belongkut untuk menambah pengetahuan ibu-ibu hamil

khususnya tentang anemia selama kehamilan.

2. Metode

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dengan metode penyuluhan yang bertujuan untuk mengukur pengetahuan peserta tentang anemia selama kehamilan sebelum dan sesudah penyuluhan. Alat ukur yang digunakan adalah kusioner yang sudah disusun berdasarkan teori atau kepustakaan yang ada. Pelaksanaan penyuluhan dilakukan selama 2 hari.

Penyuluhan ini dilakukan di di aula kantor kepala Desa Belongkut Kecamatan Marbau Kabupaten Labura, yang menjadi sasaran dalam penyuluhan ini adalah seluruh ibu hamil yang bertempat tinggal di Desa Tersebut sebanyak 21 orang. Hasil jawaban kuisisioner diolah secara statistik, kemudian disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dilengkapi dengan pembahasan terkait hasil pelaksanaan kegiatan pengmas.

3. Hasil dan Pembahasan

Adapun hasil kegiatan PKM sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	f	%
Umur		
<20 Tahun	2	9,5
20-30 Tahun	14	66,7
>35 Tahun	5	23,8
Total	21	100
Pendidikan		
SD	6	28,6
SMP	8	38,0
SMA	7	33,4
Total	21	100
Jumlah paritas		
1-2	14	66,7
>2	7	33,3
Total	21	100

Data pada table 1. Menunjukkan bahwa mayoritas peserta penyuluhan berumur 20-30 tahun sebanyak 14 orang (66,7%), sedangkan Pendidikan peserta penyuluhan mayoritas berpendidikan SMP sebanyak 8 orang

(38,0%) dan jumlah paritas mayoritas 1-2 orang sebanyak 14 orang (66,7%).

Umur adalah salah satu faktor yang dapat digunakan untuk mengukur indikator tingkat pengetahuan seseorang. Beberapa ahli teori menyatakan bahwa semakin tua umur seseorang maka semakin banyak pula pengalaman dan pengetahuan yang diperolehnya karena banyak hal yang dilaluinya semala batas umur tersebut. Berdasarkan karakteristik peserta penyuluhan mayoritas berumur 20-30 tahun, dimana umur 20-30 tahun merupakan masa yang baik untuk reproduksi termasuk kehamilan tetapi meskipun demikian pemenuhan zat besi tetap harus dikonsumsi untuk untuk kebutuhan ibu dan janin.

Dari data I diketahui bahwa mayoritas peserta penyuluhan berpendidikan SMP, Pendidikan juga merupakan salah satu indikator yang dapat digunakan untuk mengukur pengetahuan seseorang karena semakin tinggi tingkat Pendidikan seseorang semakin luas juga pengetahuan yang diperolehnya, sedangkan berdasarkan jumlah paritas mayoritas memiliki anak 1-2 orang dengan persentasi 66,7 %, paritas juga merupakan salah satu indikator yang dapat digunakan untuk mengukur pengetahuan karena ibu yang hamil dengan anak pertama dan anak kedua ataupun ketiga pasti memiliki perbedaan pengalaman ketika menjalani kehamilannya.

Tabel 2. Distribusi frekuensi pengetahuan Psereta penyuluhan (post-test)

Kategori	F	%
Baik	5	23,8
Cukup	7	33,3
Kurang	9	42,9
Total	21	100

Tabel 2. Diketahui bahwa pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan penyuluhan mayoritas pengetahuan kurang 42,9%.

Pengetahuan merupakan suatu kebenaran ataupun fakta dan informasi yang diperoleh melalui pengalaman ataupun pelajaran yang diperoleh selama menjalani masa kehidupan.

Pengetahuan sangat penting untuk semua kalangan, khususnya ibu hamil dalam mempersiapkan kehamilan dan persalinan yang sehat (Sunarsih, et all, 2020).

Dimasa kehamilan sering sekali seorang ibu hamil mengalami kekurangan zat besi atau anemia baik pada saat usia kehamilan di bawah 28 minggu ataupun diatas 28 minggu. Anemia ini bisa dicegah sejak mulai dari awal kehamilan salah satunya dengan cara mengkonsumsi tablet zat besi, tetapi dari hasil penyuluhan banyak peserta yang berpengetahuan kurang karena mereka tidak atau apa manfaat tablet zat besi serta tidak tahu apa dampak dari anemia tersebut (Arifah, at all, 2022).

Hasil ini sejalan dengan pengmas yang dilakukan oleh Yuliawati. E & Veriyani. T (2022) sebelum dilakukan penyuluhan bayaha anemia mayoritas peserta penyuluhan pengetahuannya kurang sebanyak 62,5%, dari hasil pengabdian ini dianjurkan kepada peserta untuk dapat menambah informasi, baik dengan cara membaca informasi seputar Kesehatan ataupun mencari tahu dengan menggunakan android yang terfasilitasi dengan saluran internet, karena kehamilan dengan anemia dapat membahayakan bagi Kesehatan janin ataupun ibu sendiri.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan (*post-test*)

Kategori	f	%
Baik	10	47,7
Cukup	7	33,3
Kurang	4	19,0
Total	21	100

Tabel 3. Pada tabel 3 diketahui setelah dilakukan penyuluhan mayoritas pengetahuan peserta menjadi baik sebanyak 47,7%.

Hasil pengmas ini sejalan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan Yuliawati. E & Veriyani. T (2022), dari hasil evaluasi setelah pengmas mayoritas pengetahuannya baik mencapai 100%, sehingga dipesankan kepada para peserta untuk terus mempertahankan pengetahuan yang telah dimilikinya karena anemia ini

merupakan salah satu penyakit yang sangat berbahaya untuk kesehatan ibu hamil.

Pengetahuan selalu diiringi dengan sikap ataupun perilaku seseorang jika pengetahuan seseorang baik, maka sikapnya bisa saja menjadi baik, oleh karena itu pengetahuan sangat penting untuk mendasari sikap ataupun perilaku agar menjadi individu yang lebih baik, selain itu pengalaman pribadi juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi, sehingga seseorang juga harus mempunyai pengalaman yang baik agar menambah pengetahuan (Zuliyanti.I & Nabilah.S, 2020).

Hasil kegiatan ini membawa ke hal yang positif karena setelah dilakukan penyuluhan mayoritas pengetahuan peserta menjadi baik, pada saat penyuluhan peserta sangat antusias mengikuti hingga selesai bahkan pada saat proses diskusi banyak peserta yang bertanya terakit anemia selama kehamilan dan bahkan ada yang menyatakan sangat senang sekali dengan kegiatan ini karena menambah wawasan khususnya tentang pentingnya mengkonsumsi zat besi selama masa kehamilan yang berfungsi untuk mencegah supaya tidak terjadi anemia.

4. Kesimpulan

Kesimpulan dari pengmas ini adalah sebelum dilakukan penyuluhan mayoritas responden berpengetahuan kurang sebanyak 9 orang dan setelah penyuluhan mayoritas berpengetahuan baik ada 10 orang. Hal ini menunjukkan ada hal yang positif sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan.

5. Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam dan kepala Desa Belongkut Kecamatan Merbau serta semua pihak yang membantu dalam kegiatan PKM ini, semoga PKM ini bermanfaat untuk semua pembaca.

6. Daftar Pustaka

Arifah. N., Anjalina.I., Febriana.I., Khairunnisas & Pratiwi.N. (2022). Penyuluhan Kesehatan tentang Anemia Pada Siswa di SMPN2

Received: 15 December 2022 :: Accepted: 21 December 2022 :: Published: 31 December 2022

- Galesong Selatan Kabupaten Takalar. *Jurnal Altifani Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat. Vol. 2, No. 2, Hal. 176-182.*
- Maharani.S, (2020). Penyuluhan Tentang Anemia pada Remaja. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK) Vol 2 No 1, p-ISSN: 2655-9266, e-ISSN: 2655-9218.*
- Rilyani, Elliya.R., Triyoso., & Gunawan.R. (2019). Penyuluhan Penyakit Anemia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Rawat Inap Kemiling Bandar Lampung. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat. Vol.2 No.1 P-ISSN : 2615-0921. E-ISSN : 2622-6030.*
- Safitri, (2020). Pendidikan Kesehatan tentang Anemia kepada Ibu Hamil. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK) Vol 2, No. 2, p-ISSN :2655-9226. e-ISSN: 2655-9218.*
- Sunarsih., Sari.K.M., Fadhillah.R., Ratna. N & Sartiah. (2020). Penyuluhan Tentang Anemia Pada Remaja Sman 14 Bandar Lampung Kemiling Permai Tanjung Karang Barat Lampung. *Jurnal Perak Malahayati. Vol 2, No 1, : 29-33*
- Yuliawati. E & Veriyani. T. (2022). Penyuluhan Bahaya Anemia Pada Ibu Hamil. *Jurnal Altifani Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat. Vol. 2, No. 4. Hal. 387-393.*
- Zuliyanti. I & Nabilah.S. (2020) Pengaruh Penyuluhan Tentang Anemia Dalam Kehamilan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Bayan Kecamatan Bayan Kabupaten Purworejo. *Jurnal Kebidanan Vol XII, No.01.*