



JOURNAL OF Public Health Concerns
ISSN 2777-0826 (Print)
ISSN 2776-592X (Online)
DOI: 10.56922



INFORMASI ARTIKEL

Received: November, 30, 2024

Revised: December, 22, 2024

Available online: December, 22, 2024

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/phc>

Edukasi kejadian *anemia* pada ibu hamil yang memicu kegawatdaruratan maternal

Aryanti Wardiyah*, Eka Yudha Chrisanto, Zulhaida, Khoirul Nadira, Ladin Juliawan, Monica Bela Dwi Sintia, Ida Rahmatika, Ni Wayan Oktavia Anjani, Mia Putri, Idfy Dwi Prayogo, Yunidha Puspita Sari

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati

Korespondensi penulis : Aryanti Wardiyah. *E-mail: aryanti@malahayati.ac.id

Abstract

Background: Iron requirements increase during pregnancy to meet increased fetoplacental requirements, increase maternal red blood cell mass, and compensate for iron loss during birth. In more than 80% of countries worldwide, the prevalence of anemia during pregnancy exceeds 20% and is considered a major public health problem. Lampung Province, data shows that Bandar Lampung City has the highest number of cases of anemia in pregnant women, namely 1,975 cases (22.50%).

Purpose: Increase the knowledge of pregnant and breastfeeding mothers regarding the prevention of anemia that triggers maternal emergencies.

Method: The activity was carried out using lecture and presentation methods using leaflet media. Education was given to respondents regarding knowledge about anemia in pregnant and breastfeeding mothers, as well as regarding the prevention of anemia that can cause maternal emergencies.

Results: Respondents were very enthusiastic about the material provided. In addition, several respondents who asked questions about the material on preventing anemia and were very interested in knowledge about anemia, none left the room before the community service activity was completed. One of the measures to prevent anemia is to consume foods rich in vitamins and minerals.

Conclusion : Counseling activities on anemia can increase knowledge of preventing anemia in pregnant and breastfeeding mothers. Increasing knowledge will greatly help reduce the risk of several complications that endanger pregnant women and fetuses such as abortion, low birth weight and premature birth. So that indirectly it can suppress the occurrence of maternal emergencies.

Keywords : Anemia; Education; Pregnant women; Prevention of anemia

Pendahuluan: Kebutuhan zat besi meningkat selama kehamilan untuk memenuhi peningkatan kebutuhan fetoplasenta, meningkatkan massa sel darah merah ibu, dan mengkompensasi kehilangan zat besi selama kelahiran. Di lebih dari 80% negara di seluruh dunia, prevalensi anemia selama kehamilan melebihi 20% dan dianggap sebagai masalah kesehatan masyarakat yang utama. Provinsi Lampung, data menunjukkan bahwa Kota Bandar Lampung memiliki jumlah kasus anemia ibu hamil tertinggi, yaitu sebanyak 1.975 kasus (22,50%).

Tujuan : Meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu menyusui mengenai pencegahan kejadian anemia yang memicu kegawatdaruratan maternal.

Metode: Kegiatan dilaksanakan dengan metode ceramah dan presentasi menggunakan media leaflet. Edukasi diberikan kepada responden mengenai pengetahuan tentang anemia pada ibu hamil dan ibu menyusui, serta mengenai pencegahan kejadian anemia yang dapat menjadi penyebab terjadinya kegawatdaruratan maternal.

Hasil: Responden sangat berantusias dengan materi yang diberikan. Selain itu, beberapa responden yang memberikan pertanyaan mengenai materi pencegahan anemia dan sangat tertarik dengan pengetahuan tentang anemia, tidak ada yang meninggalkan ruangan sebelum kegiatan pengabdian kepada masyarakat selesai dilakukan. Salah satu tindakan pencegahan anemia adalah dengan mengkonsumsi makanan yang kaya akan vitamin dan mineral.

Simpulan: Kegiatan penyuluhan tentang anemia dapat meningkatkan pengetahuan pencegahan kejadian anemia pada ibu hamil dan ibu menyusui. Dengan meningkatnya pengetahuan akan sangat membantu mengurangi resiko beberapa komplikasi yang membahayakan ibu hamil dan janin seperti abortus, berat badan lahir rendah dan persalinan prematuritas. Sehingga secara tidak langsung dapat menekan terjadinya kegawatdaruratan maternal.

Kata Kunci : Anemia; Edukasi; Ibu hamil; Pencegahan anemia

PENDAHULUAN

Kebutuhan zat besi meningkat selama kehamilan untuk memenuhi peningkatan kebutuhan fetoplasenta, meningkatkan massa sel darah merah ibu, dan mengkompensasi kehilangan zat besi selama kelahiran. Di lebih dari 80% negara di seluruh dunia, prevalensi anemia selama kehamilan melebihi 20% dan dianggap sebagai masalah kesehatan masyarakat yang utama. Prevalensi global anemia selama kehamilan diperkirakan sekitar 41,8%. Ibu hamil yang menderita kekurangan zat besi mengalami berbagai gejala seperti wajah pucat, sesak napas, jantung berdebar-debar, rambut rontok, sakit kepala, pusing, kram kaki, pusing, dan mudah tersinggung (Abas, Ramadhan, Manggasa, & Rantesigi, 2021).

Berdasarkan World Health Organization Pada tahun 2019, Secara global, sekitar 36.5% ibu hamil menderita anemia. Prevalensi tertinggi terjadi di Asia Tenggara, dengan angka mencapai 47.8%. Setelah itu, India melaporkan kejadian sebesar 50.1%, sedangkan Maladewa berada di peringkat kedua dengan 49.3%. Myanmar berada di peringkat ketiga dengan 47.8%, dan Indonesia berada di peringkat keempat dari sebelas negara dengan angka 44.2% (World Health Organization, 2021). Menurut Riset Kesehatan Dasar (2018), Papua Barat memiliki prevalensi anemia tertinggi yaitu

20.1%, disusul Nusa Tenggara Barat dengan 16.9% di peringkat kedua, dan Provinsi Maluku di peringkat ketiga dengan 13.9%. Lampung berada di peringkat ke-31 dari 34 provinsi, dengan angka 1.1% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Di Provinsi Lampung, data menunjukkan bahwa Kota Bandar Lampung memiliki jumlah kasus anemia ibu hamil tertinggi, yaitu sebanyak 1.975 kasus (22.50%). Kabupaten Lampung Tengah menyusul di posisi kedua dengan 1.648 kasus (18,78%), dan Kabupaten Lampung Utara di posisi ketiga dengan 880 kasus (10.2%) (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2023).

Defisiensi zat besi juga dapat menyebabkan termoregulasi yang buruk, kelelahan, penurunan konsentrasi, penurunan kapasitas kerja, penurunan produksi ASI, dan menipisnya simpanan zat besi ibu pasca melahirkan. Selain itu, risiko depresi pasca melahirkan meningkat secara signifikan dibandingkan ibu hamil tanpa kekurangan zat besi (Wulandari, Siwi, Retnaningtyas, Mukarromah, & Lende, 2023).

Kelelahan dan depresi akibat anemia dapat berdampak buruk pada hubungan ibu dan anak. Anemia pada ibu hamil disebabkan oleh kekurangan nutrisi dan berkurangnya asupan makanan, namun juga dapat disebabkan oleh tidak

Aryanti Wardiyah*, Eka Yudha Chrisanto, Zulhaida, Khoirul Nadira, Ladin Juliawan, Monica Bela Dwi Sintia, Ida Rahmatika, Ni Wayan Oktavia Anjani, Mia Putri, Idfy Dwi Prayogo, Yunidha Puspita Sari

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis : Aryanti Wardiyah. *E-mail: aryanti@malahayati.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v4i3.445>

tercukupinya asupan nutrisi. Zat besi diperlukan untuk perkembangan awal otak bayi Anda. Jika tidak ditangani, kekurangan zat besi sebelum hamil dapat menyebabkan anemia pada ibu hamil (Ariandini & Ramadani, 2023).

Penyakit anemia dapat meningkatkan risiko kematian ibu saat melahirkan. Bayi dengan berat badan lahir rendah membuat janin dan ibu lebih rentan terhadap infeksi, keguguran, dan peningkatan kelahiran prematur (Fauzia, Sutrisminah, & Meiranny, 2024). Berdasarkan latar belakang tersebut, para peneliti tertarik untuk memberikan edukasi kepada ibu hamil dan ibu menyusui mengenai pencegahan kejadian anemia pada ibu hamil yang memicu kegawatdaruratan maternal.

METODE

Kerjasama dengan Puskesmas Kemiling Kota Bandar Lampung berlangsung pada Jumat, 22 November 2024. PKM Kemiling memberikan kesempatan untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat khususnya ibu hamil dan ibu menyusui.

Persiapan

Menyampaikan maksud dan tujuan dilaksanakannya pengabdian kepada responden dengan melakukan sosialisasi mengenai

pencegahan kejadian anemia. Mempersiapkan materi atau alat yang berkaitan dengan kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat berupa materi, SAP, leaflet dan stand banner mengenai pencegahan anemia. Fokus kegiatannya adalah mencegah kegawatdaruratan maternal.

Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan dengan metode ceramah dan presentasi menggunakan media leaflet. Edukasi diberikan kepada responden mengenai pengetahuan tentang anemia pada ibu hamil dan ibu menyusui, serta mengenai pencegahan kejadian anemia yang dapat menjadi penyebab terjadinya kegawatdaruratan maternal. Dengan alat bantu berupa leaflet dan stand banner, membantu peserta dalam memahami materi yang disampaikan. Dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab seputar materi yang disampaikan.

Evaluasi

Untuk mengetahui sejauh mana peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang anemia, dilakukan sesi tanya jawab, dimana peserta diminta untuk menjelaskan beberapa kejadian yang dialami oleh ibu hamil atau ibu menyusui, yang terindikasi disebabkan oleh anemia. Sebagai wujud peningkatan pengetahuan, peserta diminta untuk menerapkan program dan menjamin keberlangsungan program.

HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan penyuluhan

Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu responden sangat berantusias dengan materi yang diberikan. Selain itu, beberapa

responden yang memberikan pertanyaan mengenai materi pencegahan anemia dan sangat tertarik dengan pengetahuan tentang anemia, tidak ada

Aryanti Wardiyah*, Eka Yudha Chrisanto, Zulhaida, Khoirul Nadira, Ladin Juliawan, Monica Bela Dwi Sintia, Ida Rahmatika, Ni Wayan Oktavia Anjani, Mia Putri, Idy Dwi Prayogo, Yunidha Puspita Sari

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis : Aryanti Wardiyah. *E-mail: aryanti@malahayati.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v4i3.445>

yang meninggalkan ruangan sebelum kegiatan pengabdian kepada masyarakat selesai dilakukan.

Anemia Pada Ibu Hamil

Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah, hematokrit, dan hemoglobin lebih rendah dari normal. Anemia, sel darah merah, atau kadar hemoglobin di bawah normal adalah istilah yang sering digunakan untuk menggambarkan anemia. Kekurangan zat besi, asam folat, dan vitamin B12 dapat menyebabkan anemia yang disebabkan oleh kekurangan zat besi dalam tubuh. Defisiensi zat besi ini dimanifestasikan dengan munculnya sel darah merah mikrositik hipokromik, penurunan kadar zat besi serum dan saturasi transferin, peningkatan kapasitas pengikatan zat besi total, dan simpanan zat besi yang sangat rendah atau tidak ada di tempat lain untuk produksi sel darah merah seperti sumsum tulang (Pratiwi, Liswanti, Nawangsari, Dayaningsih, Fitriani, Alfiani, & Yulistianingsih, 2022).

Manifestasi Klinis

Gejala penderita anemia bervariasi dan bergantung pada penyebabnya. Namun gejala seperti kelelahan, lemas, kulit pucat atau kekuningan, detak jantung tidak teratur, sesak napas, pusing, nyeri dada, menggigil, dan sakit kepala dapat terjadi. Anemia pada awalnya mungkin sangat ringan dan tidak menimbulkan gejala. Namun, gejala dan tanda anemia menjadi lebih jelas seiring dengan semakin parahnya penyakit (Irmawati & Rosdianah, 2020).

Upaya Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil

Salah satu tindakan pencegahan anemia adalah dengan mengonsumsi makanan yang kaya akan vitamin dan mineral. Secara umum anemia akibat kekurangan zat besi dan kekurangan vitamin. Zat besi dapat ditemukan dalam daging, kacang-kacangan, sereal yang diperkaya zat besi, dan sayuran berdaun hijau; folat yang terdapat dalam buah-buahan, jus buah, sayuran hijau, kacang polong, dan kacang-kacangan, termasuk jenis makanan seperti roti, sereal, pasta, dan nasi. Sedangkan vitamin B12 dapat bersumber dari daging, produk susu, sereal yang diperkaya, dan produk kedelai. Vitamin C dapat bersumber dari

buah jeruk, brokoli, tomat, melon, dan stroberi. Selain itu, upaya penanganan bagi penderita anemia genetik (talasemia atau anemia sel sabit) harus mencari konseling genetik untuk berkonsultasi. Kemungkinan terjadinya komplikasi bagi penderita anemia adalah yang terpapar oleh malaria. Hal ini menjadikan komplikasi potensial yang terkait dengan malaria adalah anemia. Mereka yang berniat mengunjungi daerah yang banyak terdapat malaria harus mencari nasihat medis mengenai perlunya pengobatan pencegahan dan cara untuk meminimalkan paparan nyamuk (Astutik & Ertiana, 2018).

SIMPULAN

Kegiatan penyuluhan tentang anemia dapat meningkatkan pengetahuan pencegahan kejadian anemia pada ibu hamil dan ibu menyusui. Dengan meningkatnya pengetahuan akan sangat membantu mengurangi resiko beberapa komplikasi yang membahayakan ibu hamil dan janin seperti abortus, berat badan lahir rendah dan persalinan prematuritas. Sehingga secara tidak langsung dapat menekan terjadinya kegawatdaruratan maternal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Apresiasi diberikan kepada seluruh pihak untuk berjalannya Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat, khususnya Universitas Malahayati dan Puskesmas Kemiling Kota Bandar Lampung.

DAFTAR PUSTAKA

- Abas, I., Ramadhan, K., Manggasa, D. D., & Rantesigi, N. (2021). Edukasi Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil: Anemia Prevention Education among Pregnant. *Madago Community Empowerment for Health Journal*, 1(1), 26-31.
- Ariandini, S., & Ramadani, F. N. (2023). Edukasi Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil dengan Pemberian Tablet Fe. *Jurnal Abdi Mahosada*, 1(1), 24-27.

Aryanti Wardiyah*, Eka Yudha Chrisanto, Zulhaida, Khoirul Nadira, Ladin Juliawan, Monica Bela Dwi Sintia, Ida Rahmatika, Ni Wayan Oktavia Anjani, Mia Putri, Idfy Dwi Prayogo, Yunidha Puspita Sari

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis : Aryanti Wardiyah. *E-mail: aryanti@malahayati.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v4i3.445>

- Astuti, R. Y., & Ertiana, D. (2018). Anemia dalam kehamilan. Pustaka Abadi.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2023). Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2022. Diakses dari: <https://dinkes.lampungprov.go.id/download/profil-kesehatan-tahun-2023/>
- Fauzia, V. N., Sutrisminah, E., & Meiranny, A. (2024). Hubungan Anemia pada Ibu Hamil dengan Kejadian BBLR: Literature Review. Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI), 7(4), 795-804.
- Irmawati, S., & Rosdiana, R. (2020). Effect of Dates Extract on Increasing Hb Levels in Pregnant Women. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 9(2), 1063-1069.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Diakses dari: <https://layanandata.kemkes.go.id/katalog-data/riskesdas/ketersediaan-data/riskesdas-2018>
- Pratiwi, L., Liswanti, Y., Nawangsari, H., Dayaningsih, D., Fitriani, H., Alfiani, F., & Yulistianingsih, A., (2022). Anemia Pada Ibu Hamil. CV Jejak (Jejak Publisher).
- World Health Organization. (2021). Prevalence of anaemia in pregnant women (aged 15-49) (%). The Global Health Observatory. Diakses dari: [https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/prevalence-of-anaemia-in-pregnant-women-\(-\)](https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/prevalence-of-anaemia-in-pregnant-women-(-))
- Wulandari, A., Siwi, R. P. Y., Retnaningtyas, E., Mukarromah, A., & Lende, F. K. (2023). Edukasi Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil. Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia, 2(4), 11-14.

Aryanti Wardiyah*, Eka Yudha Chrisanto, Zulhaida, Khoirul Nadira, Ladin Juliawan, Monica Bela Dwi Sintia, Ida Rahmatika, Ni Wayan Oktavia Anjani, Mia Putri, Idfy Dwi Prayogo, Yunidha Puspita Sari

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis : Aryanti Wardiyah. *E-mail: aryanti@malahayati.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v4i3.445>