



PENYULUHAN TENTANG PENTINGNYA MENGGUNAKAN TABLET FE PADA IBU HAMIL

Yenny Aulya*, Febry Mutiariami Dahlan

Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional Jakarta, Jl. Sawo Manila No.61, Pejaten Barat, Ps. Minggu, Jakarta Selatan, Jakarta 12520, Indonesia

*yenny.aulya@civitas.unas.ac.id

ABSTRAK

Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah kadar Haemoglobin dalam darah kurang dari normal yaitu 11 gr% pada trimester I dan II, dan kadar Hb < 10,5 gram% pada trimester II. Anemia defisiensi besi merupakan salah satu gangguan yang paling sering terjadi selama kehamilan. Zat besi merupakan zat penting untuk tubuh yang sangat diperlukan dalam proses sintesa hemoglobin. Data Riskesdas tahun 2018 didapat jumlah ibu hamil dengan anemia di Indonesia mencapai 48,9%. Jumlah ibu hamil dengan anemia di Kota Depok pada tahun 2020 sebanyak 3496 dengan cakupan pemberian tablet tambah darah sebesar 92,87%. Untuk mengetahui pengaruh promosi kesehatan menggunakan poster terhadap motivasi ibu hamil dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah. Promosi kesehatan terbukti dapat meningkatkan motivasi pada ibu hamil dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah. Diperuntukkan kepada para bidan agar dapat memberikan promosi kesehatan menggunakan media poster guna meningkatkan motivasi ibu hamil dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah di pelayanan kesehatan seluruh Indonesia.

Kata kunci: ibu hamil; motivasi; promosi kesehatan; tablet fe

HEALTH PROMOTION ABOUT THE IMPORTANCE OF CONSUMPTING FE TABLETS IN PREGNANT WOMEN

ABSTRACT

Anemia is a condition in which the total hemoglobin level in the blood is less than normal, namely 11 g% in the first and second trimesters, and the Hb level is <10.5 g% in the second trimester. Iron deficiency anemia is one of the most common disorders during pregnancy. Iron is an important substance for the body that is needed in the process of hemoglobin synthesis. Riskesdas data in 2018 the number of pregnancy women with anemia in Indonesia reached 48.9%. The number of pregnancy women with anemia in Depok City in 2020 is 3496 with a coverage of giving blood tablets of 92.87%. To determine the effect of health promotion using posters on the motivation of pregnancy women in consume Blood Add Tablets. Health promotion has been shown to increase motivation in pregnant women in consuming Blood Add Tablets. Intended for midwives to be able to provide health promotion using poster media to increase the motivation of pregnant women in consuming Blood Add Tablets in health services throughout Indonesia.

Keywords: blood adding tablets; health promotion; motivation; pregnant women

PENDAHULUAN

Zat besi adalah makro elemen esensial bagi tubuh yang sangat diperlukan dalam proses sintesa hemoglobin dimana untuk mengonsumsi tablet Fe sangat berkaitan dengan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Anemia defisiensi zat besi yang banyak dialami ibu hamil disebabkan oleh kepatuhan mengonsumsi tablet Fe yang tidak baik ataupun cara mengonsumsi yang salah sehingga menyebabkan kurangnya penyerapan zat besi pada tubuh (Anggraeni, 2018).

Dari data *World Health Organization* (2019) melaporkan bahwa prevalensi anemia ibu hamil di seluruh dunia sebesar 36,5%, dengan jumlah prevalensi yang berbeda beda setiap wilayah negara, seperti di Afrika selatan 30,8%, di Asia sebesar 49,4%, Eropa sebesar 26,1%, dan di Amerika sebesar 28,1 %. Di Negara berkembang ada sekitar 40 % kematian ibu disebabkan oleh yang berkaitan dengan anemia dalam kehamilan. Kejadian anemia ini kebanyakan terjadi di sebabkan oleh defisiensi besi serta perdarahan akut, bahkan kedua permasalahan tersebut saling berinteraksi. Tingginya prevalensi ini menjadi salah satu masalah yang tengah di hadapi oleh pemerintah Indonesia (Astapani, et.al, 2020).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 Prevalensi kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia mencapai 48,9%. Dengan anemia yang terjadi pada ibu hamil paling tinggi di usia 15–24 tahun yaitu 84,6%, dan usia 25-44 tahun 48,2%, dan usia 45-54 tahun 24% (Kemenkes RI, 2018). Prevalensi anemia ibu hamil di Provinsi Jawa Barat tahun 2020 sebanyak 63.246 orang dengan cakupan pemberian tablet Fe sebesar 95,3% (Dinkes Jabar,2020). Dari data Dinas Kesehatan Kota Depok dari tahun 2020 di dapatkan bahwa prevalensi kejadian anemia pada ibu hamil sebanyak 3496 dengan cakupan pemberian tablet Fe sebesar 92,87, dari data berikut menunjukkan adanya penurunan sebesar 2,42% dari presentase tahun 2019 sebesar 95,29%.

Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah kadar Haemoglobin dalam darah kurang dari normal yaitu 11 gr% pada trimester I dan II , dan kadar Hb < 10,5 gram% pada trimester II. Anemia defisiensi besi merupakan salah satu gangguan yang paling sering terjadi selama kehamilan. Anemia yang terjadi Pada trimester II diakibatkan karena adanya proses hemodilusi atau pengenceran darah ibu hamil. Proses pengenceran darah ini terjadi sejak kehamilan 10 minggu dan mencapai puncaknya di usia kehamilan 32-36 minggu⁵. Kejadian anemia defisiensi zat besi ini dapat membahayakan ibu maupun janin, dampak yang akan terjadi jika ibu hamil mengalami anemia diantaranya : terjadinya keguguran (abortus), persalinan kurang bulan (premature), hambatan tumbuh kembang janin dalam rahim, kehamilan anggur (mola hidatidosa), bayi baru lahir rendah (BBLR), rentan terkena infeksi, perdarahan antepartum, ketuban pecah dini (KPD), gangguan his saat proses persalinan, Kala I memanjang, subinvolusi uteri (Fatimah & Pratiwi, 2019).

Salah satu langkah yang dapat ditempuh untuk mencegah terjadinya anemia yaitu dengan mengkonsumsi tablet Fe dan memperbaiki menu makanan yang di konsumsi ibu hamil (Fatimah & pratiwi, 2019). Pemerintah melakukan upaya untuk mengatasi anemia defisiensi besi pada ibu hamil yaitu pemberian tablet Fe sebanyak 90 tablet selama kehamilan agar di konsumsi setiap hari berturut-turut selama masa kehamilan. Dan tablet Fe ini diberikan ketika pelaksanaan pelayanan kunjungan ibu hamil (*antenatal care*) (Kemenkes RI, 2020). Namun masih banyak ibu hamil yang masih saja malas dalam mengkonsumsi tablet Fe ini, sebagai petugas kesehatan yang mengayomi masyarakat merupakan salah penggiat utama yang bisa memberikan asuhan kebidanan Ante Natal care (ANC) pada ibu hamil secara maksimal. Petugas kesehatan diharapkan mampu memberikan pengaruh serta memberikan perubahan perilaku pada masyarakat khususnya ibu hamil dalam mengatasi anemia ini. Seperti dapat memberikan promosi kesehatan mengenai tablet Fe agar ibu hamil memiliki motivasi yang tinggi dalam mengkonsumsi tablet Fe dengan teratur (Riskerdas, 2018). Kelompok sasaran dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah ibu hamil di Klinik Lala Medicare Depok.

METODE

Lokasi pengabdian kepada masyarakat berada di wilayah kerja Kecamatan Sawangan Depok. Waktu yang dibutuhkan untuk pengabdian kepada masyarakat ini yaitu sampai bulan Desember 2022. Alat yang digunakan yaitu materi penyuluhan, kamera, pulpen. Cara kerja pengabdian kepada masyarakat yaitu dengan menyiapkan materi penyuluhan, lalu melakukan penyuluhan secara langsung setelah itu memberikan ibu hamil tablet fe .

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap Perencanaan

Tahap perencanaan dimulai dengan mengajukan proposal. Selanjutnya pembuatan surat izin kegiatan. Sebelum memulai kegiatan, tim pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat melakukan kunjungan awal ke lokasi tempat kegiatan.

Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dimulai dengan menyiapkan materi penyuluhan dan bahan. Setelah diberikan materi penyuluhan, tim pengabdian masyarakat membagikan tablet fe kepada ibu hamil.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan

Tahap Evaluasi

Setelah tahap pelaksanaan selesai, dilakukan evaluasi untuk menilai seberapa besar dampak dari hasil pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat tersebut. Evaluasi dilakukan dengan diskusi atau tanya jawab. Berdasarkan hasil pelaksanaan penyuluhan pengabdian kepada masyarakat diikuti sebanyak 20 peserta hingga akhir kegiatan. Kegiatan ini dilakukan bersama dengan tim. Para peserta begitu aktif selama kegiatan dengan adanya sesi tanya jawab. Para peserta pun bersedia menerima tablet fe. Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah terselenggara dengan baik dan berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun.

Tablet Fe atau tablet tambah darah merupakan suatu tablet yang berisi mineral yang sangat dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah (Haemoglobin) didalam tubuh. Menurut Citrakesumasari (2012) zat besi merupakan mineral mikro yang penting dalam proses pembentukan sel darah merah didalam tubuh. Zat besi mempunyai beberapa fungsi esensial di dalam tubuh, yaitu sebagai alat angkut oksigen dari paru-paru ke jaringan tubuh, sebagai alat angkut elektron di dalam sel, dan sebagai bagian terpadu berbagai reaksi enzim di dalam jaringan tubuh (kemenkes RI, 2017). Promosi Kesehatan adalah kegiatan pendidikan kesehatan, yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak hanya sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau, termotivasi dan bisa melakukan suatu anjuran

yang ada hubungannya dengan kesehatan (Azwar, 2016). Hasil pengabdian kepada masyarakat ini didukung penelitian yang dilakukan oleh Sikumbang (2018) yang berjudul pengaruh penyuluhan kesehatan dengan poster terhadap pengetahuan, sikap, motivasi ibu hamil dalam konsumsi tablet Fe yang mengatakan bahwa ada peningkatan skor rata-rata setelah di berikan penyuluhan kesehatan, maka terdapat pengaruh positif penyuluhan kesehatan tentang tablet Fe terhadap motivasi, pengetahuan, dan sikap ibu hamil di puskesmas Aras kab Deli Serdang tahun 2018.

Ibu hamil yang menderita anemia berisiko mengalami keguguran, bayi lahir sebelum waktunya, bayi berat lahir rendah, serta perdarahan sebelum saat dan setelah melahirkan. Pada anemia sedang dan berat, perdarahan dapat menjadi lebih parah sehingga berisiko terhadap terjadinya kematian ibu dan bayi. Dampak terhadap anak yang dilahirkan oleh ibu yang anemia menyebabkan bayi lahir dengan persediaan zat besi yang sangat sedikit didalam tubuhnya sehingga berisiko mengalami anemia pada usia dini, yang dapat mengakibatkan gangguan atau hambatan pertumbuhan dan perkembangan anak. Pemberian tablet penambah darah untuk ibu hamil sebagai salah satu upaya pencegahan anemia yang berkelanjutan. Selain itu peserta merasa senang dan berharap kegiatan pengabdian masyarakat seperti ini dapat dilaksanakan secara berkesinambungan sehingga dapat menambah pengetahuan ibu hamil.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa penyuluhan tentang pentingnya mengkonsumsi tablet fe untuk ibu hamil dapat bermanfaat untuk ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, D. D. (2018). Faktor Predisposisi Ibu Hamil dan Pengaruhnya terhadap Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Besi (FE) dan Anemia pada Ibu Hamil. *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(1), 9-22.
- Astapani, N., Apriyanti, F., & Harahap, D. A. (2020). Hubungan Cara Konsumsi Tablet Fe dan Peran Petugas Kesehatan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Desa Baru Wilayah Kerja Puskesmas Siak Hulu III Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 1(2), 69-75.
- Dinkes Depok., (2020), Profil Kesehatan Kota Depok 2020, Dinas Kesehatan Kota Depok, Depok.
- Dinkes Jabar., (2020), Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2020, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, Bandung
- Fatimah., dan Pratiwi, M. A., (2019), Patologi Kehamilan Memahami Berbagai Penyakit dan Komplikasi Kehamilan, Pustaka Baru Press, Yogyakarta.
- Kemendes R.I.d, (2020), Profil Kesehatan Indonesia 2020, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Putri, D. S. S., (2017), Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia terhadap Kepatuhan dalam Mengonsumsi Tablet Fero Sulfat di Wilayah Kerja Puskesmas Sematang

Borang Palembang Tahun 2016, Skripsi, Fakultas Ilmu Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. Palembang.

Riskesdas., 2018, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.

Rumintang, B. I. & Setiawati, A. (2018). Pengaruh pendidikan kesehatan tentang tablet tambah darah (TTD) pada kelas ibu hamil terhadap motivasi ibu dalam mengkonsumsi tablet tambah darah di UPT blud puskesmas meninting tahun 2018. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 2684-8511.

Sarah, S., & Irianto, I. (2018). Pengaruh Tingkat Kepatuhan Minum Tablet Fe Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Pejeruk Tahun 2017. *Jurnal Kedokteran Yarsi*, 26(2), 075-085.

Sardiman, A.M., (2016), *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, PT. Raja Grafindo, Jakarta.

Sikumbang, S. R. (2018). pengaruh penyuluhan kesehatan dengan poster terhadap pengetahuan, sikap, motivasi ibu hamil dalam konsumsi tablet Fe. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 2684-8511

Susetyowati., (2016), *ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*, EGC, Jakarta.

Susilowati, D., (2016), *Promosi Kesehatan, Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan*, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.

Sutanto, & Fitriana., (2017), *Kebutuhan Dasar Manusia Teori dan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan*, Pustaka Baru Press, Yogyakarta.

Suwatno., & Priansa, D. J., (2016), *Manajemen SDM dalam Organisasi Publik dan Bisnis*, Alfabeta, Bandung

