KREATIF: Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara
Vol. 3, No. 1 Maret 2023
e-ISSN: 2774-7107; p-ISSN: 2774-3349, Hal 20-25

Edukasi Tablet Tambah Darah Selama Kehamilan Di Puskesmas Kecamatan Sumbawa Unit II

Luh Putu Sri Yuliastuti[1], Galuh Permatasari[2], Gladeva Yugi Antari[3]
[1,2,3]Program Studi D3 Kebidanan STIKES Griya Husada Sumbawa
Korespondensi penulis: luhputu.stikesghs@gmail.com

Article History:
Received: 2 januari 2023
Revised: 5 Februari 2023
Accepted: 2 Maret 2023

Keywords*: blood supplement tablets, anemia, pregnancy, knowledge*

Abstract

Anemia in pregnant women is a condition where the hemoglobin level in the body is less than 11 g/%. Causes of anemia include iron deficiency, folic acid, mineral and vitamin deficiencies such as vitamin B12, vitamin C and the presence of infectious diseases. During pregnancy, the first prevention and treatment of anemia is to give iron tablets. The purpose of this activity is to assist midwifery students in educating pregnant women about how to take iron tablets at the Sumbawa Unit II Health Center. The plan for this community service activity is carried out by direct education to pregnant women who carry out pregnancy checks. The implementation of this activity is in accordance with the objectives, namely to increase pregnant women's knowledge about iron supplement tablets and increase student competence in conducting counseling. With this activity it is hoped that in the long run it can reduce complications in mothers and babies due to diseases or conditions that can be prevented by taking iron tablets.

Abstrak

Anemia pada ibu hamil adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin dalam tubuh kurang dari 11 gr/%. Penyebab anemia antara lain kekurangan zat besi, asam folat, kekurangan mineral dan vitamin seperti vitamin B12, vitamin C dan adanya penyakit infeksi. Selama kehamilan, pencegahan dan penanganan pertama pada anemia adalah dengan memberikan tablet tambah darah. Tujuan kegiatan ini yaitu mendampingi mahasiswa kebidanan dalam memberikan edukasi ibu hamil tentang cara minum tablet tambah darah di Puskesmas Kecamatan Sumbawa Unit II. Rencana kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan edukasi langsung pada ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan. Pelaksanaan kegiatan ini sesuai tujuan yaitu dapat menambah pengetahuan ibu hamil tentang tablet tambah darah serta menambah kompetensi mahasiswa dalam melakukan penyuluhan. Dengan kegiatan ini diharapkan dalam jangka panjang dapat mengurangi komplikasi pada ibu dan bayi oleh karena penyakit atau kondisi yang dapat dicegah dengan konsumsi tablet tambah darah.

Kata kunci: tablet tambah darah, anemia, kehamilan, pengetahuan

Received: 2 januari 2023 Revised: 5 Februari 2023 Accepted: 2 Maret 2023
* Luh Putu Sri Yuliastuti, luhputu.stikesghs@gmail.com

LATAR BELAKANG

Kehamilan merupakan proses yang alamiah dan normal. Perubahan yang terjadi pada wanita hamil bersifat fisiologis, bukan patologis. Walau tidak dipungkiri dalam beberapa kasus mungkin dapat terjadi komplikasi sejak awal karena kondisi tertentu atau komplikasi tersebut terjadi kemudian. Ibu hamil juga perlu merasakan adanya tanda-tanda bahaya kehamilan. Apabila tanda-tanda bahaya dalam kehamilan ini tidak dilaporkan atau terdeteksi, dapat mengancam jiwanya (Katrinalit, 2020).

Rendahnya kesadaran masyarakat tentang kesehatan ibu hamil menjadi faktor penentu angka kematian meskipun ada faktor lain yang mempengaruhinya, seperti perdarahan, keracunan kehamilan yang disertai kejang, aborsi, dan infeksi. Perdarahan menempati persentase tertinggi penyebab kematian ibu yaitu sebesar 28% sedangkan penyebab utama terjadinya perdarahan pada ibu hamil adalah anemia (Apriliani, 2019).

Anemia pada ibu hamil adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin dalam tubuh kurang dari 11 gr/% di mana penyebabnya antara lain kekurangan zat besi, asam folat, kekurangan mineral dan vitamin seperti vitamin B12, vitamin C dan adanya penyakit-penyakit kronik seperti TBC paru, infeksi cacing usus (Pradana, 2014). Dampak dari anemia pada ibu hamil akan mengakibatkan perdarahan, menghambat pertumbuhan janin, meningkatkan resiko keguguran dan pada bayi akan lahir secara premature dan bayi lahir dengan berat rendah BBL (Mandang, 2014).

Dalam masa pandemi ini, pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada ibu hamil merupakan salah satu pelayanan gizi yang harus tetap dilakukan. Hal ini untuk mencukupi kebutuhan zat besi selama kehamilan yang diperlukan untuk pertumbuhan janin, plasenta dan pencegahan pendarahan saat persalinan. Selain itu, kebutuhan zat besi pada ibu hamil meningkat 25% dibandingkan ibu tidak hamil. Kebutuhan tersebut sangat sulit dipenuhi hanya dari makanan saja, apalagi makanan yang dikonsumsi sehari-hari seringkali tidak cukup mengandung zat besi (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Berdasarkan laporan ibu hamil anemia di Kabupaten Sumbawa pada tahun 2021 ada 219 ibu hamil yang mengalami anemia dari 4.983 kunjungan kehamilan dari seluruh pukesmas yang ada di kabupaten Sumbawa. Puskesmas Unit II Sumbawa dipilih karena memiliki wilayah dengan penduduk yang padat, dengan rata-rata kunjungan pemeriksaan kehamilan mencapai 100 kunjungan setiap bulan. Oleh karena itu tujuan pengabdian ini adalah mendampingi

mahasiswa kebidanan dalam memberikan edukasi ibu hamil tentang cara minum tablet tambah darah di UPT Puskesmas Unit II Sumbawa.

KAJIAN TEORITIS

Anemia pada ibu hamil adalah keadaan tubuh di mana kadar hemoglobin kurang dari 11 gr/% yang disebabkan karena kekurangan zat besi, asam folat, kekurangan mineral dan vitamin serta penyakit infeksi. Penyebab anemia selama kehamilan antara lain: 1) pola makan yang tidak adekuat atau kurang makan makanan bergizi, 2) infeksi, termasuk infeksi cacing, malaria dan lain lain, 3) pendarahan saat melahirkan, menstruasi malasorbsi dan lain lain (Pradana, 2014).

Menurut Manuaba (2010) dalam (Fatkhiyah, 2018) Anemia pada kehamilan akan mengakibatkan komplikasi pada ibu dan bayi. Komplikasi pada ibu hamil diantaranya seperti perdarahan, menghambat pertumbuhan janin, meningkatnya resiko keguguran memperlambat proses penyembuhan luka pada uterus, terganggunya transpormasi hemoglobin, terganggu suplay oksigen ke uterus plasenta dan janin. Sedangkan komplikasi pada bayi antara lain seperti bayi lahir secara prematur, bayi lahir dengan berat yang rendah (BBLR).

Beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mencegah anemia pada ibu hamil secara umum menurut Kementerian Kesehatan RI (2020) antara lain: kontrol kehamilan sesuai standar, konsumsi tablet zat besi dan konsumsi makan bernutrisi. Tablet Tambah Darah (TTD) yang mengandung zat besi dan asam folat diberikan minimal 90 (sembilan puluh) tablet selama kehamilan. Tablet tambah darah sebaiknya diminum pada malam hari sebelum tidur untuk mengurangi mual. Tablet tambah darah dapat dikonsumsi bersama makanan dan minuman yang mengandung vitamin C untuk memaksimalkan penyerapan zat besi. Tidak dianjurkan untuk mengonsumsi Tablet tambah darah bersama teh, kopi, susu dan sejenisnya karena akan menggangu proses penyerapan, berikan jarak 1-2 jam sebelum dan sesudah mengonsumsi tablet tambah darah.

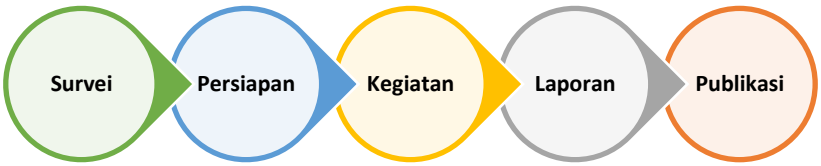
Selai tablet tambah darah, makanan yang dikonsumsi sehari-hari juga berpengaruh terhadap kondisi kehamilan ibu. makanan yang ada di sekitar ibu seperti bayam, daun ubi jalar ungu, hati, daging merah dan lainnya dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin sehingga mencegah anemia dalam kehamilan. Menurut penelitian yang dilakukan Yuliastuti (2022), konsumsi daun ubi jalar ungu terbukti efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin

dalam darah. Sehingga, daun ubi jalar ungu baik untuk dikonsumsi sehari-hari khususnya pada ibu hamil sebagai pendamping dari tablet tambah darah

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Puskesmas Kecamatan Sumbawa Unit II yang dilaksanakan selama 1 minggu pada bulan Desember dengan sasaran ibu hamil yang memeriksakan kehamilan. Materi yang diberikan antara lain: fungsi tablet tambah darah, waktu konsumsi tablet tambah darah, cara konsumsi tablet tambah darah, jumlah tablet tambah darah selama hamil serta makanan yang mengandung zat besi dan asam folat. Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan ini dapat dilihat dalam gambar dibawah ini:

Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Pengabdian Kepadan Masyarakat



Berdasarkan gambar di atas, pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan tahapan sebagai berikut: 1) melakukan survei pengambilan data awal/ pendahuluan ke lokasi, 2) menyiapkan alat, bahan dan instrument yang akan dipakai untuk melakukan pengabdian, 3) melaksanakan kegiatan pengabdian di lokasi yang telah ditentukan, 4) menyusun laporan hasil pengabdian, serta 5) melakukan publikasi hasil pengabdian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan dengan cara edukasi langsung pada ibu hamil yang memeriksakan diri ke Puskesmas Kecamatan Sumbawa Unit II. Kegiatan ini dilaksanakan selama 1 minggu dari tanggal 12 Desember sampai dengan 16 Desember 2022. Hasil kegiatan Pengabdian secara garis besar mencakup beberapa hal diantaranya mahasiswa masing-masing mendapat kesempatan memberikan edukasi pada ibu hamil dan ketercapaian materi yang telah direncanakan. Materi yang disampaikan antara lain

fungsi tablet tambah darah, waktu konsumsi tablet tambah darah, cara konsumsi tablet tambah darah, dan jumlah tablet tambah darah selama hamil.

(a)

(b)

Gambar 1. (a) Persiapan Penyuluhan (b) Pemberian Edukasi

Target peserta penyuluhan adalah ibu hamil yang memeriksakan kehamilan ke Puskesmas Kecamatan Sumbawa Unit II. Dalam pelaksanaannya, mahasiswa sejumlah 16 orang masing-masing mendapat kesempatan memberikan edukasi pada ibu hamil, sehingga dapat dikatan bahwa target telah tercapai. Ketercapaian materi secara umum sudah baik, dilihat dari evaluasi yang dilakukan pada peserta. Peserta yang sebelumnya tidak mengetahui atau hanya mengetahui beberapa poin pertanyaan, setelah dilakukan penyuluhan sebagian besar dapat menjawab pertanyaan yang diberikan setelah penyuluhan.

Kegiatan pengabdian serupa yang berjudul "Penyuluhan Anemia Dan Pemeriksaan Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester I" juga pernah dilakukan di di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Labuhan Sumbawa. Pada pengabdian ini memiliki sasaran 10 ibu hamil trimester I yang diberi penyuluhan tentang anemia dan dilakukan pemeriksaan hemoglobin sebagai deteksi dini anemia selama kehamilan (Yuliastuti & Widiarta, 2022)

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu edukasi tablet tambah darah selama kehamilan di Puskesmas Kecamatan Sumbawa Unit II dapat menambah pengetahuan ibu hamil tentang tablet tambah darah serta menambah kompetensi mahasiswa dalam melakukan penyuluhan.

Dengan kegiatan ini diharapkan dalam jangka panjang dapat mengurangi komplikasi pada ibu dan bayi oleh karena penyakit atau kondisi yang dapat dicegah dengan konsumsi tablet tambah darah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kepada pihak yang terlibat dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini yakni LPPM STIKES Griya Husada Sumbawa, Kepala Puskesmas Kecamatan Sumbawa Unit II beserta jajarannya, teman-teman anggota pengabdian kepada masyarakat yang telah bersedia membantu dalam proses kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dan para ibu hamil yang telah bersedia ikut berpatisipasi untuk menjadi peserta penyuluhan sehingga kegiatan pengabdian ini dapat berjalan dengan baik.

DAFTAR REFERENSI

Apriliani, R. (2019). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Ny 'N' Dengan Kekurangan Energi Kronik Di Puskesmas Tanjung Karang.* Mataram: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram.

Fatkhiyah. (2018). Faktor Resiko Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil (Studi Di Wilayah Kerja Puskesmas Slawi Kabupaten Tegal). *E-Journal STIKES Bhakti Mandala Husada Kecamatan Slawi Kabupaten Tegal Vol. 2 No.2*.

Katrinalit, M. (2020). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya Kehamilan Dengan Kepatuhan Kunjungan Kehamilan Di Puskesmas Banjar Serasan Kota Pontianak. *E-Journal Akademi Kebidanan Panca Bhakti Pontianak Vol. 10 No. 1*.

Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Ibu Hamil Pada Masa Pandemi Covid-19.* Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.

Mandang, J. (2014). *Asuhan Kebidanan Kehamilan.* Bogor: In Media.

Pradana, R. (2014). *Analisis Kecacingan Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Gatak.* Surakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Surakarta.

Yuliastuti, L. P., & Widiarta, I. M. (2022). Penyuluhan Anemia dan Pemeriksaan Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Labuhan Sumbawa. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 349-354.

Yuliastuti, L. P., Agustikawati, N., & Setianingsih, F. (2022). Efektivitas Konsumsi Daun Ubi Jalar Ungu Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Darah Ibu Hamil Trimester Pertama. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 62-68.