

**PENGABDIAN MASYARAKAT
“CAP BUMIL” CEGAH ANEMIA PADA IBU HAMIL UNTUK ANTSIPASI KELAHIRAN
STUNTING DI POSYANDU DAHLIA, DESA CICADAS, KECAMATAN CIAMPEA**

**Ety Nurhayati^{1*}, Nada Salsabila², Nugroho Budhisantosa³, Witri Zuama
Qomariana⁴, Vanny Idris⁵**

¹⁻⁵Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Esa Unggul

Email Korespondensi: ety.nurhayati@esaunggul.ac.id

Disubmit: 22 Juli 2024

Diterima: 17 Agustus 2024

Diterbitkan: 01 September 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i9.16389>

ABSTRAK

Anemia defisiensi besi pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan yang cukup besar di Indonesia karena prevalensinya yang tinggi. Kejadian anemia pada masa kehamilan dapat mempengaruhi kehamilan karena dapat menurunkan daya tahan tubuh ibu hamil yang kemudian berujung pada kematian janin, keguguran, cacat lahir, dan BBLR (berat badan lahir rendah). Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mendeteksi anemia secara dini dengan melakukan skrining Hb dan penyuluhan kesehatan tentang anemia pada ibu hamil. Waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah pada hari Kamis, 3 Agustus 2023, dimulai dari jam 13.00 sampai dengan selesai. Sasaran kegiatan dan lokasi pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini adalah pada ibu hamil di wilayah Posyandu Dahlia, Desa Cicadas, Kecamatan Ciampea, Kabupaten Bogor, Provinsi Jawa Barat. Bentuk kegiatan ini sendiri terdiri dari pemeriksaan HB dan penyuluhan Kesehatan tentang pencegahan anemia pada ibu hamil untukantisipasi kelahiran stunting. Hasil pemeriksaan Hb menunjukkan bahwa sebagian ibu hamil tidak mengalami anemia namun ada sebagian juga yang ternyata mengalami anemia selama kehamilan baik anemia ringan maupun sedang dengan 11 orang yang tidak mengalami anemia dengan kadar HB > 11 gr%, 4 orang mengalami anemia ringan dengan kadar HB 9-10 gr%, dan 2 orang mengalami anemia sedang dengan kadar HB 7-8 gr%.

Kata Kunci: Ibu Hamil, Anemia, HB

ABSTRACT

Iron deficiency anemia in pregnant women is a health problem in Indonesia due to its high prevalence. The incidence of anemia during pregnancy can affect pregnancy because it can reduce the immune system of pregnant women which leads to fetal death, birth defects, and LBW (low birth weight). The purpose of this activity is to detect anemia early with Hb screening and counseling about anemia in pregnant women. The time for implementing this community service is Thursday, August 3, 2023, starting at 13.00 until completion. The target of this activity and location of this activity are pregnant women in the Posyandu Dahlia area, Cicadas Village, Ciampea District, Bogor Regency, West Java Province. The form of this activity consists of HB checks and health counseling on the prevention of anemia in pregnant women to anticipate stunting births.

The results of Hb examination showed that some pregnant women did not experience anemia but there were also some who experienced anemia during pregnancy both mild and moderate anemia with 11 people not experiencing anemia with HB levels > 11 gr%, 4 people experienced mild anemia with HB levels of 9-10 gr%, and 2 people experienced moderate anemia with HB levels of 7-8 gr%.

Keywords: *Pregnant Woman, Anemia, HB*

1. PENDAHULUAN

Kehamilan memberikan perubahan yang besar terhadap tubuh seorang ibu hamil. Salah satu perubahan yang besar yaitu pada sistem hematologi. Ibu hamil sering kali mengalami anemia selama masa kehamilan. Anemia fisiologis merupakan istilah yang sering digunakan untuk menyebut penurunan kadar hemoglobin (Hb) yang terjadi selama kehamilan normal.

Tingginya AKI (Angka Kematian Ibu) terjadi salah satunya karena anemia dalam kehamilan. Ibu hamil dan balita merupakan kelompok rawan terhadap masalah kesehatan dan kekurangan gizi. Masalah itu antara lain Anemia Defisiensi Besi (ADB) dan Kekurangan Energi Kronis (KEK). Anemia dan KEK pada ibu hamil meningkatkan risiko terjadinya Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR), kelahiran prematur, kematian ibu dan bayi dan stunting (anak pendek) Pertumbuhan dan perkembangan janin pada ibu dengan anemia dan KEK tidak akan optimal dan dapat menyebabkan IUGR (Intra Uterine Growth Retardation) dan BBLR.

Apabila tidak ada perbaikan terjadinya IUGR dan BBLR, maka akan menimbulkan permasalahan stunting. Stunting memerlukan perhatian khusus karena meningkatkan risiko terhambatnya pertumbuhan motorik dan mental, penurunan kemampuan intelektual, produktivitas serta peningkatan risiko obesitas dan penyakit tidak menular/degeneratif seperti diabetes, hipertensi, jantung, stroke dan kanker yang berdampak pada kualitas SDM secara umum di masa mendatang (Eka Kusuma & Nuryanto, 2013).

Anemia selama kehamilan dapat mempengaruhi kehamilan karena anemia dapat melemahkan sistem kekebalan tubuh yang kemudian dapat menyebabkan bayi lahir mati, keguguran, cacat lahir, dan berat badan lahir rendah (BBLR). Dampak anemia pada masa kehamilan juga dapat menimbulkan akibat dalam persalinan yaitu insersia uteri, yang dapat menyebabkan kelemahan pada ibu dan kemudian menimbulkan partus (Manuaba, 2002). Pada masa nifas dapat terjadi perdarahan dan pada kondisi ini tubuh tidak dapat mentolerirnya seperti halnya ibu yang sehat tanpa anemia. Hal ini menyebabkan morbiditas, mortalitas, dan mortalitas perinatal yang jauh lebih tinggi (Manuaba, 2002). Faktor yang berhubungan dengan timbulnya anemia pada ibu hamil antara lain umur, jumlah kelahiran, tingkat pendidikan, status sosial ekonomi, dan kepatuhan minum tablet Fe (Handayani, 2016). Berbagai upaya telah dilakukan untuk mencegah dan mengobati anemia pada ibu hamil, namun prevalensi anemia belum menurun secara signifikan.

Salah satu cara untuk mengatasi masalah anemia defisiensi besi pada ibu hamil adalah pemerintah melalui Kementerian Kesehatan melaksanakan program pemberian tablet besi. Ketidakepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi suplementasi zat besi merupakan salah satu penyebab tingginya prevalensi anemia (Purwaningsih, 2004). Terdapat faktor-faktor

yang mempengaruhi tingkat kepatuhan berobat setiap individu ibu hamil yaitu faktor tenaga medis, faktor bidan, faktor obat dan faktor pasien. Salah satu faktor yang berhubungan dengan pasien adalah kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang anemia. Berdasarkan latar belakang diatas, penulis memandang perlunya diadakan kegiatan pengabdian masyarakat yang berupa pemeriksaan kadar Hb pada ibu hamil dan penyuluhan tentang pencegahan anemia pada ibu hamil di wilayah posyandu Dahlia, Rt.0 Rw.06 Desa Cicadas, Kecamatan Ciampea Bogor tahun 2023. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mendeteksi anemia pada ibu hamil secara dini dan meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang bagaimana cara pencegahan anemia.

2. MASALAH

Penanggulangan anemia pada ibu hamil di Kabupaten Bogor, Kecamatan Ciampea, Desa Cicadas, melibatkan upaya edukasi, suplementasi zat besi dan asam folat, serta peningkatan akses pelayanan kesehatan. Edukasi kepada ibu hamil dan masyarakat mengenai pentingnya polamakan seimbang dan gizi yang baik menjadi langkah awal yang penting dalam pencegahan dan penanggulangan anemia. Suplementasi zat besi dan asam folat yang direkomendasikan oleh tenaga medis juga perlu diberikan kepada ibu hamil untuk memenuhi kebutuhan nutrisi yang optimal. Selain itu, peningkatan akses dan pemberian pelayanan kesehatan yang baik, termasuk deteksi dini, diagnosis, dan penanganan yang tepat, dapat membantu mengurangi tingkat anemia pada ibu hamil di Desa Cicadas.

3. KAJIAN PUSTAKA

Stunting adalah permasalahan gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam rentang yang cukup waktu lama, umumnya hal ini karena asupan makan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Permasalahan stunting terjadi mulai dari dalam kandungan dan baru akan terlihat ketika anak sudah menginjak usia dua tahun. Adanya stunting menunjukkan status gizi yang kurang dalam jangka waktu yang lama. Pada wanita hamil anemia bisa menjadi salah satu penyebab masalah stunting.

Kurang darah atau anemia adalah gangguan darah yang ditandai dengan jumlah sel darah merah yang rendah atau ketika sel darah merah tidak berfungsi dengan baik.

Sel darah merah memiliki kandungan protein ber-zat besi yang disebut hemoglobin, hemoglobin berfungsi untuk mengikat dan menyalurkan oksigen untuk sel-sel tubuh. Pada kondisi anemia jumlah sel darah merah dan hemoglobin berkurang sehingga oksigen tidak tersuplai dengan baik dan penderita mengeluh lemas dan pucat. Normalnya, orang dewasa menderita anemia apabila kadar hemoglobin darahnya di bawah 14 gram per desiliter pada laki-laki dan 12 gram per desiliter untuk wanita.

4. METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan metode presentasi, tanya jawab dan pemeriksaan kesehatan. Dalam pelaksanaan kegiatan ini, tim akan bekerja sama dengan pihak kader setempat. Sebelum melakukan pemberian materi, terlebih

dahulu dilakukan pengisian kuesioner oleh peserta ibu hamil, kemudian dilanjutkan dengan pembagian leaflet dan pemeriksaan HB. Kemudian dilakukan pemaparan materi. Setelah sesi pemaparan materi selesai dilanjutkan dengan sesi tanya jawab, pembagian souvenir dan diakhiri dengan foto bersama.

Waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan pada hari Kamis, 3 Agustus 2023, jam 13.00 sampai dengan selesai. Sasaran kegiatan dan lokasi pelaksanaan pengabdian masyarakat yaitu kepada ibu hamil di wilayah Posyandu Dahlia, Desa Cicadas RT/RW 02/06, Kecamatan Ciampea, Kabupaten Bogor, Provinsi Jawa Barat. Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat terdiri dari beberapa kegiatan yaitu Pembagian leaflet berisi materi anemia, pemeriksaan HB dan Tekanan darah pada ibu hamil, pengisian kuesioner yang dilakukan oleh peserta ibu hamil, pemberian penyuluhan dan edukasi/Pendidikan kesehatan mengenai pengetahuan tentang anemia dan pencegahan anemia pada ibu hamil, diskusi dan tanya jawab, dan kemudian diakhiri dengan pemberian doorprize souvenir dan dokumentasi.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat ini dilakukan secara tatap muka yang dihadiri oleh 18 orang ibu hamil, kader kesehatan wilayah setempat dan tim pengabdian masyarakat Universitas Esa Unggul, Jakarta. Pendidikan dan penyuluhan kesehatan dilaksanakan sebanyak 1 kali pertemuan. Peserta yang mengikuti penyuluhan dan pendidikan kesehatan dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Ibu Hamil/Peserta

Antusias peserta sangat baik ditunjukkan dengan keaktifan ibu-ibu hamil yang ingin menjawab ketika diberi pertanyaan seputar tentang materi penyuluhan yang telah diberikan.

Table 1. Karakteristik Peserta

| Karakteristik Peserta | Jumlah |
|-----------------------|-----------|
| Umur | |
| <20 Tahun | 1 |
| 20-35 Tahun | 14 |
| >35 Tahun | 3 |
| Trimester | |
| Trimester I | 5 |
| Trimester II | 6 |
| Trimester III | 6 |
| Total | 17 |



Gambar 2. Pemeriksaan HB

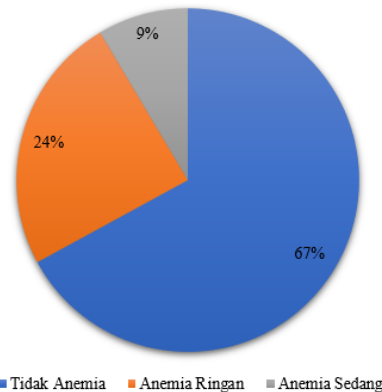


Diagram 1. Hasil Pemeriksaan Kadar HB Ibu Hamil

Hasil pemeriksaan kadar HB pada ibu hamil ini didapatkan bahwa dari 17 orang ibu hamil yang telah diperiksa, sebagian ibu hamil diketahui tidak mengalami anemia namun ada beberapa juga ibu hamil yang ternyata mengalami anemia yang dimana dari anemia ringan sampai dengan anemia sedang. Diketahui terdapat 11 orang (67%) ibu hamil yang tidak mengalami anemia dengan kadar HB > 11 gr%, kemudian ada 4 orang (24%) ibu hamil yang mengalami anemia ringan dengan kadar HB 9-10 gr%, dan terakhir terdapat 2 orang (9%) ibu hamil yang diketahui mengalami anemia sedang yaitu dengan kadar HB 7-8 gr%. Anemia kehamilan ialah kondisi ibu dengan kadar Hemoglobin di bawah 11% pada trimester 1 dan 3 kadar < 10,5% pada trimester II. Nilai batas tersebut dan perbedaannya dengan kondisi wanita

tidak hamil terjadi karena hemodilusi, terutama pada trimester 2 (Susilawati & Khasanah, 2019). Anemia adalah penurunan kuantitas sel-sel darah merah dalam sirkulasi, abnormalitas kandungan hemoglobin sel darah merah, atau ke duanya (Siantar, Rostianingsih, Ismiati & Bunga, 2022).

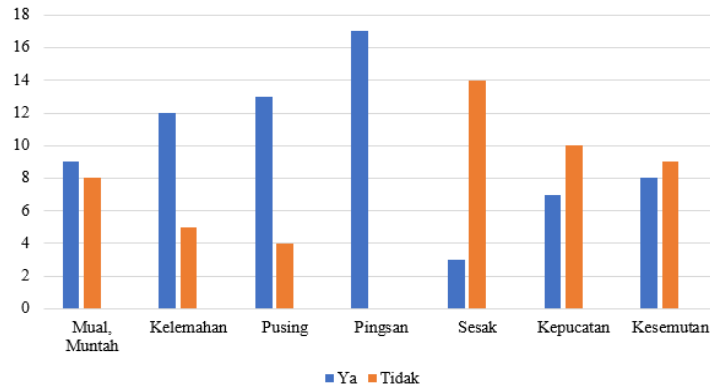


Diagram 2. Diagram Masalah Kesehatan Pada Ibu Hamil

Saat kegiatan pengabdian masyarakat ini, kami juga telah membagikan kuesioner kepada para peserta. Salah satu topik pertanyaan dalam kuesioner tersebut adalah mengenai masalah kesehatan yang dialami ibu hamil selama masa kehamilan. Dari pengisian kuesioner tersebut, diketahui bahwa dari 17 orang ibu hamil, untuk masalah mual dan muntah 9 orang menjawab iya dan mengalami mual dan muntah, dan 8 orang lainnya menjawab tidak. Selanjutnya ke masalah kelemahan seperti lemah, letih, lesu, dan lemas 12 orang menjawab mengalami masalah tersebut dan 5 orang lainnya menjawab tidak mengalami. Untuk gejala pusing saat hamil, cukup banyak ibu hamil yang mengalami hal tersebut dengan 13 orang menjawab iya dan sering merasa pusing sedangkan 4 orang lainnya menjawab tidak. Untuk kondisi pingsan sendiri, semua ibu hamil serentak menjawab tidak pernah mengalami hal tersebut. Kemudian selanjutnya untuk kesesakan atau sesak nafas, 3 orang menjawab iya dan mengalami hal tersebut dan 14 orang lainnya menjawab tidak. Selanjutnya ke masalah kepuccatan yang dimana hal ini termasuk pada kepuccatan kulit dan membran mukosa, 7 orang menjawab iya dan mengalami atau pernah mengalami kepuccatan selama masa kehamilannya dan 10 orang lainnya menjawab tidak mengalami kepuccatan. Dan terakhir untuk kesemutan seperti contohnya pada kaki, 8 orang ibu menjawab pernah mengalami hal ini sedangkan 9 orang lainnya menjawab tidak mengalami kesemutan.



Gambar 3. Pengisian kuesioner

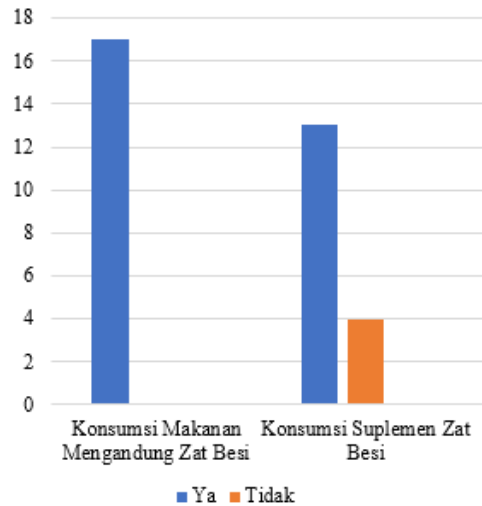


Diagram 3. Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi makanan dan Suplemen Zat Besi

Selanjutnya topik lainnya dari kuesioner yang telah dijawab oleh peserta ibu hamil adalah tentang konsumsi makanan yang mengandung atau kaya akan zat besi seperti daging merah, hati, bayam, kacang-kacangan dan konsumsi suplemen zat besi atau suplemen penambah darah. Setelah para peserta ibu hamil telah menjawab kuesioner, didapatkan bahwa untuk konsumsi makanan yang kaya akan zat besi seluruh ibu hamil serentak menjawab iya dan rutin mengonsumsi makanan yang telah disebutkan diatas. Kemudian untuk konsumsi suplemen zat besi, 14 orang menjawab mengonsumsi suplemen tersebut selama masa kehamilan namun ternyata terdapat 4 orang yang menjawab tidak mengonsumsi suplemen zat besi.

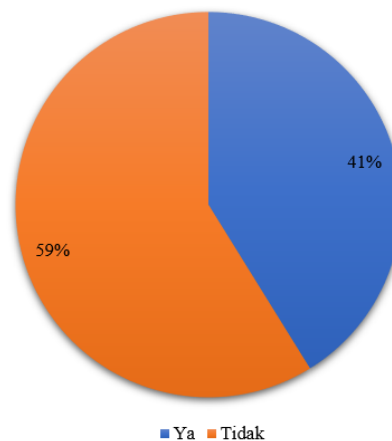
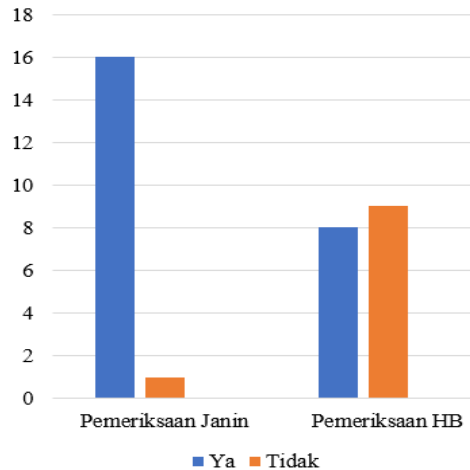


Diagram 4. Riwayat Anemia

Kemudian selanjutnya yaitu mengenai riwayat anemia yang mungkin pernah dialami oleh peserta ibu hamil sebelumnya. Dari pengisian kuesioner didapatkan data bahwa dari 17 orang ibu hamil, 7 orang (41%) ibu hamil menjawab iya bahwa mereka memiliki riwayat terkena anemia sebelumnya, sedangkan untuk 10 orang (59%) lainnya menjawab tidak memiliki riwayat terkena penyakit anemia sebelumnya.



Diadram 5. Pemeriksaan Kesehatan Dan Kehamilan

Dan yang terakhir yaitu mengenai rutusnya ibu hamil melakukan pemeriksaan kesehatan ke fasilitas kesehatan terdekat. Dari jawaban kuesioner oleh peserta, didapatkan data bahwa dari 17 orang, untuk pemeriksaan janin atau kehamilan rutin hampir semua peserta ibu hamil menjawab iya dan rutin melakukan pemeriksaan kehamilan ke fasilitas kesehatan terdekat, namun ternyata terdapat 1 orang ibu yang menjawab tidak melakukan pemeriksaan secara rutin. Sedangkan untuk pemeriksaan kadar HB 8 orang menjawab iya dan pernah melakukan pemeriksaan kadar HB sebelumnya, dan untuk 9 orang lainnya menjawab tidak atau bahkan ada yang menjawab bahwa terakhir kali mereka melakukan pemeriksaan kadar HB adalah sekitar beberapa tahun yang lalu. Dan juga untuk yang menjawab iya, waktu terakhir kali mereka melakukan pemeriksaan kadar HB cukup bervariasi antara 2 minggu sampai dengan 6 bulan sebelumnya.

6. KESIMPULAN

Hasil pemeriksaan Hb menunjukkan bahwa sebagian peserta ibu hamil tidak mengalami anemia namun ada sebagian juga yang ternyata mengalami anemia selama kehamilan baik anemia ringan maupun sedang dengan 11 orang (67%) yang tidak mengalami anemia dengan kadar HB > 11 gr%, 4 orang (24%) mengalami anemia ringan dengan kadar HB 9-10 gr%, dan 2 orang (9%) mengalami anemia sedang dengan kadar HB 7-8 gr%. Untuk masalah kesehatan selama kehamilan, sebagian besar ibu hamil mengalami masalah kesehatan yang biasanya muncul saat kehamilan seperti mual dan muntah, gejala kelelahan, pusing, sesak, pucat dan kesemutan namun tidak ada yang mengalami pingsan. Untuk konsumsi makanan yang kaya akan zat besi semua ibu hamil menjawab iya dan mengkonsumsi makanan yang kaya akan zat besi seperti daging merah, bayam, dan lain-lain, tetapi untuk suplemen zat besi terdapat 4 orang yang menjawab tidak mengkonsumsi suplemen tersebut dan 13 orang lainnya menjawab mengkonsumsi suplemen zat besi. Selanjutnya untuk riwayat penyakit anemia 7 orang menjawab memiliki riwayat anemia dan 10 orang lainnya menjawab tidak. Dan untuk pemeriksaan rutin janin atau kehamilan, 16 orang menjawab rutin melakukan pemeriksaan kehamilan dan 1 orang menjawab tidak. Terakhir untuk riwayat pemeriksaan kadar HB, 8 orang ibu menjawab iya dan pernah melakukan pemeriksaan

kadar HB sebelumnya, dan 9 orang lainnya menjawab tidak atau belum pernah.

Ibu hamil yang mengikuti penyuluhan Kesehatan merasakan manfaat atas kegiatan penyuluhan tersebut. Terdapat beberapa ibu hamil yang aktif ingin menjawab ketika diberi pertanyaan seputar materi penyuluhan. Disarankan kepada tenaga Kesehatan tetap rutin memberikan konseling kepada ibu hamil tentang pentingnya pencegahan anemia selama kehamilan dan juga pentingnya untuk selalu menjaga kesehatan tubuh selama kehamilan, seperti mengkonsumsi makanan yang kaya akan zat besi seperti daging merah, hati, kacang-kacangan, dan bayam beserta yang paling penting yaitu patuh mengkonsumsi tablet zat besi atau penambah darah dan rutin melakukan pemeriksaan kehamilan ke fasilitas kesehatan terdekat untuk mengetahui dan memantau perkembangan janin.

Ucapan Terima Kasih

Sebelumnya kami mengucapkan terima kasih kepada tim yang terlibat, serta kader dan pengurus di Posyandu Dahlia, Desa Cicadas, Kecamatan Ciampea yang telah banyak membantu sehingga dapat terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Corwin, E.J. (2009). *Buku Saku Patofisiologis*. EGC: Jakarta.
- Deswati, D. A., Suliska, N., & Maryam, S. (2019). Pola Pengobatan Anemia Pada Ibu Hamil di Salah Satu Rumah Sakit Ibu dan Anak. *Family Edu: Jurnal Pendidikan Kesejahteraan Keluarga*, 5(1).
- Devi, D., Lumentut, A. M., & Suparman, E. (2021). Gambaran Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil dalam Pencegahan Anemia pada Kehamilan di Indonesia. *e-CliniC*, 9(1).
- Handayani, S. (2016). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Sambutan Kota Samarinda, 1(li), 126-138.
- Novelia, S., Dewi, A., Melinasari, S., Widowati, R., & Carolin, B. T. (2020). Iron and Orange Extract on Hemoglobin among Anemic Pregnant Women in Nusa Tenggara Barat in 2018. *Asian Community Health Nursing Research*, 8-8.
- Siantar, R. L., Rostianingsih, D., Ismiati, T., & Bunga, R. (2022). Buku ajar asuhan kebidanan kegawatdaruratan maternal dan neonatal. *Rena Cipta Mandiri. Jurnal Peduli Masyarakat*, Volume 5 No 2, Juni 2023 Global Health Science Group 264.
- Shinta, N. & Rukmaini. (2023). Pencegahan anemia pada ibu hamil dengan penyuluhan dan pemeriksaan hb di wilayah kerja puskesmas kecamatan bojong gede kabupaten bogor. *Jurnal Peduli Masyarakat. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM)*. 5(2), Juni 2023, Jakarta.
- Sulistiyawati, W., & Khasanah, N. A. (2019). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Dan Faktor Yang Melatarbelakangi. In *Prosiding Seminar Nasional* (pp. 201-207).
- Waryono. (2010). *Gizi Reproduksi*, Pustaka Rihama: Yogyakarta.
- Yunadi, F. D., & Septianingsih, R. (2020). Pemberdayaan Kader Dalam Upaya Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Ibu Hamil. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Irsyad (JPMA)*, 2(2), 144-153.