

Pemberian Tablet Fe Disertai Dengan Penyuluhan Pentingnya Tablet Tambah Darah Pada Ibu Hamil Di Desa Pesuloang Kecamatan Pamboang Kabupaten Majene Tahun 2025

Ariani1)*, Sri Ariati Arta2), Nur Anisa Fauziah Ilham3), Haerani4).

^{1,2,3,4}Program Studi DIII Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Bangsa
Majene Email*: arianimegarezky@gmail.com

Abstrak

WHO mengatakan bahwa 40% wanita hamil berada dalam kondisi anemia. Menurut data dari Riskesdas pada tahun 2018, prevalensi kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia yaitu sebesar 48,9% yang terdiri dari ibu hamil usia 15-24 sebesar 84,6%, ibu hamil usia 23-34 sebesar 33,7%, ibu hamil usia 35-44 sebesar 33,6% dan terakhir yaitu pada 45-54 sebesar 24%. Jika ditinjau melalui data yang ada maka terlihat adanya peningkatan yaitu sebesar 37,1% pada ibu hamil dengan anemia semenjak tahun 2013 (Kemenkes RI, 2018). Menurut Dinkes Propinsi Sulawesi Barat (2024) angka kejadian anemia yang terjadi pada ibu hamil di Sulawesi barat yaitu sebesar 41,7%. Adapun angka kejadian anemia pada ibu hamil di kabupaten Majene adalah sebesar 38% (Dinkes Kabupaten Majene, 2023). Prevalensi anemia yang tinggi berakibat negatif seperti gangguan dan hambatan pada pertumbuhan, baik sel tubuh maupun sel otak. Berkurangnya konsentrasi hemoglobin selama masa kehamilan mengakibatkan suplai oksigen keseluruhan jaringan tubuh berkurang sehingga menimbulkan tanda dan gejala anemia seperti lemah, mengantuk, pusing, lelah, sakit kepala, nafsu makan turun, mual dan muntah, konsentrasi hilang dan nafas pendek (pada anemia yang parah) (Caroline, 2021). Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia serta pemberian tablet Fe sebagai upaya pengobatan anemia. Kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan tentang anemia dan pemberian tablet Fe. Berdasarkan kegiatan terdapat 93,2% orang terkena anemia, program penanganan anemia sebesar 95%, sebagian besar pendidikan berada pada tingkat SMP sebesar 40,9%, terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang anemia sebesar 23,4. Dengan adanya pengetahuan yang meningkat di harapkan terdapat perubahan perilaku pada kesehatan terutama pada konsumsi tablet Fe dan pola makan yang baik.

Keywords: Ibu Hamil, Anemia, Tablet Fe

Abstract

WHO said that 40% of pregnant women are in anemic condition. According to data from Riskesdas in 2018, the prevalence of anemia in pregnant women in Indonesia was 48.9% consisting of pregnant women aged 15-24 at 84.6%, pregnant women aged 23-34 at 33.7%, pregnant women aged 35-44 at 33.6% and finally at 45-54 at 24%. If reviewed through the existing data, there is an increase of 37.1% in pregnant women with anemia since 2013 (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2018). According to the West Sulawesi Provincial Health Office (2024), the incidence of anemia in pregnant women in West Sulawesi is 41.7%. The incidence of anemia in pregnant women in Majene Regency is 38% (Majene Regency Health Office, 2023). The high prevalence of anemia has negative consequences such as disruption and inhibition of growth, both body cells and brain cells. Reduced hemoglobin concentration during pregnancy reduces the oxygen supply to all body tissues, causing signs and symptoms of anemia such as weakness, drowsiness, dizziness, fatigue, headaches, decreased appetite, nausea and vomiting, loss of concentration and shortness of breath (in severe anemia) (Caroline, 2021). This community service aims to increase the knowledge of pregnant women about anemia and the

provision of Fe tablets as an effort to treat anemia. The activities carried out were in the form of counseling about anemia and the provision of Fe tablets. Based on the activities, 93.2% of people had anemia, the anemia treatment program was 95%, most of the education was at the junior high school level of 40.9%, there was an increase in the knowledge of pregnant women about anemia by 23.4. With increased knowledge, it is hoped that there will be changes in health behavior, especially in the consumption of Fe tablets and good eating patterns.

Keywords: Pregnant Women, Anemia, Fe Tablets

PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam sel darah merah lebih rendah dari standar yang seharusnya. Ibu hamil dikatakan anemia apabila kandungan Hb < 11 gr/dl. Anemia merupakan masalah gizi yang perlu mendapat perhatian khusus. Upaya yang dilakukan oleh pemerintah untuk mengatasi masalah tersebut telah menunjukkan penurunan yang signifikan meskipun prevalensinya masih relatif tinggi. Dalam dua dekade terakhir prevalensi anemia pada ibu hamil cenderung menurun secara bermakna. Berdasarkan data SKRT, prevalensi anemia sebesar 63,5% (1992), kemudian menurun menjadi 50,9% (1995) dan 40% (2001). Menurut Riskesdas 2013, prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 37,1%. Prevalensi anemia ini masih lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata prevalensi anemia di negara-negara maju, karena itu di Indonesia masalah anemia pada ibu hamil masih merupakan masalah kesehatan masyarakat karena prevalensinya lebih dari 20% (WHO, 2021). Hasil Riskesdas 2018, prevalensi anemia secara nasional untuk semua kelompok umur adalah 21,7%. Prevalensi anemia pada perempuan relatif lebih tinggi (23,9%) dibanding laki-laki (18,4%). Berdasarkan lokasi tempat tinggal, prevalensi anemia di perdesaan lebih tinggi (22,8%) dibandingkan di perkotaan (20,6%).

Anemia dapat disebabkan oleh berbagai hal, antara lain defisiensi zat besi, defisiensi vitamin B12, defisiensi asam folat, penyakit infeksi, faktor bawaan dan perdarahan. Di negara sedang berkembang 40% anemia disebabkan karena defisiensi zat besi (The World Bank, 2018) yang dikenal dengan istilah anemia gizi besi. Pola makan yang miskin zat gizi besi, tingginya prevalensi kecacingan, dan tingginya prevalensi malaria di daerah endemis merupakan faktor-faktor yang sering dikaitkan dengan tingginya defisiensi besi di negara berkembang. Khusus untuk ibu hamil, kebutuhan tambahan zat besi selama kehamilannya adalah lebih kurang 1000 mg, yang diperlukan untuk pertumbuhan janin, plasenta dan perdarahan saat persalinan yang mengeluarkan rata-rata 250 mg besi.

Anemia pada ibu hamil berisiko terhadap terjadinya hambatan pertumbuhan janin sehingga bayi lahir dengan berat badan lahir rendah (BBLR), perdarahan pada saat persalinan dan dapat berlanjut setelah persalinan yang dapat menyebabkan kematian ibu dan bayinya (WHO, 2021). Prevalensi BBLR di Indonesia pada kurun waktu tahun 2022 sampai tahun 2018 cenderung tetap yakni sebesar 11% (Riskesdas 2007 dan 2010). Berdasarkan data laporan rutin tahun 2018, sekitar 32% kematian ibu disebabkan karena perdarahan.

Anemia gizi besi sebenarnya tidak perlu terjadi bila asupan makanan sehari-hari mengandung cukup zat besi, terutama pangan hewani yang kaya akan zat besi, seperti pada hati, ikan dan daging. Zat besi pada pangan hewani disebut besi heme (hemeiron), yang mudah diserap tubuh. Pangan hewani masih kurang terjangkau oleh kebanyakan masyarakat di Indonesia karena harganya yang relatif mahal, oleh karena itu dapat

dipahami mengapa prevalensi anemia di Indonesia tinggi untuk semua kelompok umur. Data BPS (2018) menunjukkan tingkat konsumsi pangan hewani baru mencapai 62,1% dari angka kecukupan gizi (AKG). Alternatif lain sumber zat besi adalah pangan nabati seperti daun singkong, kangkung dan sayuran berwarna hijau lainnya, namun zat besi dalam pangan tersebut yang disebut non-heme lebih sulit diserap. Selain itu, kebutuhan zat besi pada wanita hamil meningkat 25% dibandingkan wanita yang tidak hamil. Kebutuhan tersebut sangat sulit dipenuhi hanya dari makanan saja. Oleh karena itu, diperlukan Tablet Tambah darah (TTD) untuk mencegah dan menanggulangi anemia gizi besi.

Bahaya anemia pada kehamilan dapat dibedakan menjadi dua yaitu bahaya terhadap kehamilan dan bahaya terhadap janin. Bahaya terhadap kehamilan diantaranya berupa ibu dapat mengalami abortus, persalinan premature, hambatan tumbuh kembang janin dalam rahim, mudah mengalami infeksi, resiko terjadi dekompensasi kardis pada Hb kurang dari 6 gr%, terjadi mola hidatidosa, hyperemesis gravidarum, perdarahan antepartum dan ketuban pecah dini. Adapun bahaya terhadap janin adalah berat badan lahir rendah (BBLR) (Proverawati, 2018).

Zat besi merupakan unsur penting dalam pembentukan Hemoglobin pada sel darah merah. Hemoglobin berfungsi untuk mengikat oksigen dan menghantarkan oksigen ke seluruh sel jaringan tubuh, termasuk otot dan otak. Bila seorang ibu hamil kekurangan hemoglobin, maka ibu hamil dikatakan mengalami anemia atau kurang darah.

Zat besi merupakan zat yang sulit untuk diserap oleh tubuh. Oleh karena itu, pemberian tablet Fe saja kurang efektif untuk meningkatkan kadar hemoglobin apalagi bila ibu tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe. Sehingga diperlukan bantuan untuk penyerapan zat besi itu sendiri. Vitamin C salah satu kombinasi yang baik untuk membantu penyerapan zat besi. Tablet besi sebaiknya tidak diminum bersama teh atau kopi, karena akan mengganggu penyerapan. (Guyton, 2013).

Proporsi ibu hamil yang mengalami anemia Ada hubungan yang signifikan dengan faktor tidak langsung dan faktor langsung yang mempengaruhi kejadian anemia. Faktor Langsung adalah faktor yang mempengaruhi kadar hemoglobin pada ibu hamil meliputi Konsumsi tablet Fe, Status Gizi, infeksi (Minasi, 2021). Faktor tidak langsung adalah tingkat pengetahuan, umur, paritas, frekuensi ANC dan lain-lain.

Masalah

Berdasarkan data yang di peroleh dari Puskesmas, bahwa kejadian anemia di daerah Sumurkondang masih tinggi dalam beberapa tahun terakhir. Kejadian anemia ini di pengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya adalah tingkat pengetahuan. Tingkat pengetahuan yang rendah tentang kesehatan dapat berakibat terhadap pola perilaku terhadap kesehatan yang rendah juga dan sangat berpengaruh terutama bagi perempuan di masa kehamilan persalinan dan nifas.

METODE

a. Tahap persiapan

Tahap persiapan dari kegiatan ini adalah diawali dengan melakukan koordinasi dengan Bidan Poskesdes Desa untuk pelaksanaan kegiatan, lokasi

kegiatan, persiapan materi yang akan di sampaikan saat kegiatan serta persaiapan alat dan bahan yang dibutuhkan.

- b. Tahap pelaksanaan
 - 1) Penjelasan kegiatan.
 - 2) Pelaksanaan pretest kepada seluruh peserta penyuluhan.
 - 3) Pemberian penyuluhan berupa pengetahuan kepada ibu hamil tentang pengertian anemia, klasifikasi, tanda gejala, penyebab, dampak dari anemia, serta makanan yang meningkatkan hemoglobin.
 - 4) Pelaksanaan posttest kepada seluruh peserta penyuluhan.
 - 5) Pemberian tablet Fe

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Jumlah ibu hamil

Kategori	F	%
Anemia	37	90,2
Tidak anemia	3	9,8
Total	40	100

Pada tabel 1 di atas, terdapat 41 (90,2%) ibu hamil yang terkena anemia, sedangkan sisanya hanya 9,8% saja yang tidak terkena anemia

Tabel 2. Program penanganan anemia

Program Penanganan Anemia	Target	Pencapaian	Kesenjangan
Peberian tablet darah (Fe)	100%	94%	0,5%
Kelas ibu hamil	100%	98,1%	0,9%

Berdasarkan tabel 2 di atas, pemberian tablet Fe masih belum mencapai standar, masih kurang sekitar 0.5%, sedangkan untuk kelas ibu hamil kurang 0.9%.

Tabel 3. Tingkat pendidikan

Pendidikan	F	%
SD	10	31.8
SMP	17	40.5
SMA	11	23.1
PT	2	4.6
Total	40	100

Berdasarkan tabel 3. Sebagian besar responden berada pada tingkat pendidikan SMP yaitu sebanyak 17 (40.5%).

Tabel 4. Hasil Pre Test dan Post Test

Kategori	Rata-rata
Prettest	65,3
Posttest	88,7
Selisih	23,4

Pada tabel 4. Terlihat adanya selisih yang meningkat dari pritest ke posttest sebanyak 23,4.

Berdasarkan tabel 1. Yang menunjukkan jumlah ibu hamil sebagian besar ibu mengalami anemia, yaitu sebanyak 90,2%. Anemia merupakan suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin di dalamnya lebih rendah dari biasanya (Chendriani, 2020). Berdasarkan hasil literature review yang dilakukan, menyimpulkan bahwa penyebab terjadinya anemia pada ibu hamil di bedakan menjadi dua, yaitu faktor langsung dan tidak langsung. Faktor langsung adalah faktor yang mempengaruhi kadar hemoglobin pada ibu hamil meliputi Konsumsi tablet Fe, Status Gizi, infeksi (Minasi, 2021). Faktor tidak langsung adalah faktor yang mempengaruhi kadar hemoglobin pada ibu hamil yang meliputi Frekuensi ANC, Paritas, Riwayat Obstetri Umur Ibu hamil, Jarak Kehamilan, status sosial ekonomi, Pendidikan, budaya. Faktor-faktor ini akan mempengaruhi kehamilan yang semula normal menjadi tidak normal serta terjadi peningkatan risiko komplikasi dalam kehamilan sampai masa nifas, yang dimana didalamnya termasuk kondisi ibu dengan anemia (Sumiyarsi, 2018). Jika di lihat tabel 2 tentang program penanganan yang telah dilakukan, capaian untuk pemberian tablet Fe belum 100%. Inilah salah satu yang menyebabkan daerah Sumurkondang ini banyak yang mengalmai anemi.

Selain pemberian tablet Fe kepatuhan dalam meminum tablet Fe juga ikut berperan besa dalam terjadinya anemia. Kepatuhan mengkonsumsi tablet besi didefinisikan sebagai perilaku ibu hamil yang mentaati semua petunjuk yang dianjurkan oleh petugas kesehatan dalam mengkonsumsi tablet besi. Kepatuhan konsumsi tablet besi diperoleh melalui perhitungan tablet yang tersisa. Ibu hamil dikategorikan patuh apabila angka kepatuhannya mencapai 90%. Sebaliknya ibu hamil dikatakan tidak patuh apabila angka kepatuhannya <90% (Kurniawati, 2023).

Selain itu, jika dilihat tabel 3 tentang tingkat pendidikan, sebagian besar tingkat pendidikan ibu hamil ini berada pada tingkat SMP. Pendidikan yang tinggi berpengaruh terhadap kemampuan berfikir. Semakin tinggi pendidikan ibu maka semakin luas wawasan berfikir, sehingga keputusan yang akan diambil lebih realistis dan rasional. Ibu hamil dengan pendidikan tinggi akan lebih mampu merespon dengan cepat terhadap gejala penyakit yang muncul, sehingga mendorong ibu untuk mencari upaya yang bersifat preventif (Anashrin, 2022).

Selain pembahasan di atas, hasil pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan penyuluhan berupa pengetahuan kepada ibu hamil tentang pengertian anemia, klasifikasi, tanda gejala, penyebab, dampak dari anemia, serta makanan yang meningkatkan hemoglobin. Adapun sebelum kegiatan penyuluhan dilakukan, ibu hamil diberikan pretest terdahulu dan di akhir sesi, ibu hamil kembali diberikan posttest. Berdasarkan tabel 4 tentang hasilnya adalah menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan. Selisih nilai yang ada adalah 23,4. Dengan meningkatnya pengetahuan

ibu tentang penyakit anemia diharapkan akan terjadi perubahan perilaku ke arah yang mendukung kesehatan (Notoatmodjo, 2007). Pengetahuan-pengetahuan tersebut dapat merefleksikan sebagai bentuk upaya pencegahan terhadap anemia dalam kehidupannya terutama dalam masa kehamilan ini.

Adapun anemia sendiri tentunya akan berdampak pada janin seperti kematian intrauterin, cacat bawaan, dan berat badan lahir rendah. Pada kehamilan diantaranya dapat terjadi seperti abortus, hambatan tumbuh kembang janin dalam rahim dan ketuban pecah dini. Dampak anemia saat persalinan seperti gangguan kekuatan his, perdarahan postpartum maupun atonia uteri. Adapaun saat nifas dapat menyebabkan anemia saat nifas dan terjadi subinvolusi uteri menimbulkan perdarahan postpartum (Proverawati, 2009).

Salah satu upaya untuk mencegah atau mengatasi anemia dapat dilakukan dengan mengatur pola makan yaitu dengan mengkombinasi dan mengkonsumsi menu makanan yang kaya akan zat besi dan mengandung vitamin C untuk meningkatkan kadar hemoglobin. Manfaat makanan ini dapat kita peroleh dari buah kurma (Susilowati, 2017). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fauziah tahun 2021, menyebutkan bahwa pemberian buah kurma sebanyak 75 gr/hari selama 10 hari berturut-turut terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III pada ibu hamil yang terkena anemia (Fauziah, 2021). Selain itu hasil penelitian lain juga menyebutkan pemberian terapi Jus buah Naga sebanyak 200 gram atau 1 gelas sehari yang diminum selama 2 minggu bersamaan dengan tablet Fe dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil (Chendriani, 2020).

Sebagai upaya pencegahan dan pengobatan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil di Desa Pesoloang ini, maka di akhir sesi pengabdian kepada masyarakat ini, adanya pemberian tablet Fe sebanyak 10 butir untuk semua ibu hamil yang datang.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang didapatkan adalah :

- a. Terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil terkait anemia
- b. Semua ibu hamil yang datang mendapatkan tablet Fe sebagai upaya pengobatan dan pencegahan terhadap anemia

SARAN

Perlu diadakan program yang berkesinambungan sebagai upaya pendeteksian terjadinya anemia dengan melibatkan peran serta masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Anashrin, P. A., Aryanti, D., & Februanti, S. (2022). Implementasi Pendidikan Kesehatan Penanganan Anemia Kehamilan Pada Ibu Hamil di Tasikmalaya. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 2(2), 148-153.
- Carolin, B. T., & Novelia, S. (2021). Penyuluhan dan Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Sebagai Upaya Deteksi Dini Anemia Pada Ibu Hamil. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(1), 245-248.

- Chendriany, E. B., Kundaryanti, R., & Lail, N. H. (2021). Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Anemia Di UPTD Puskesmas Taktakan Serang-Banten Tahun 2020. *Journal for Quality in Women's Health*, 4(1), 56-61.
- Depkes Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018. Jakarta Depkes RI. 2018
- Dinas Kesehatan Kabupaten Karawang. 2018. Profil Kesehatan Kabupaten Karawang Tahun 2018. DINKES KAB KARAWANG. Karawang
- Fauziah, N. A., & Maulany, N. (2021). Konsumsi Buah Kurma untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Dengan Gangguan Anemia. *Majalah Kesehatan Indonesia*, 2(2), 49-54.
- Guyton, (2013), Buku Ajar Fisiologis Kedokteran (11 ed.),EGC, Jakarta Kurniawati, S., Pasiriani, N., & Arsyawina, A. (2023). Pengaruh Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dan Pola Makan Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester II Di Wilayah Kerja Puskesmas Long Ikis. *Journal of Comprehensive Science (JCS)*, 2(1), 368-376.
- Minasi, A., Susaldi, S., Nurhalimah, I., Imas, N., Gresica, S., & Candra, Y. (2021). Faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 1(2), 57-63.
- Notoatmodjo, S. (2007). Promosi kesehatan dan ilmu perilaku. Jakarta: Rineka Cipta, 20.
- Proverawati. (2009). Anemia dan Anemia Kehamilan. Yogyakarta : Nuha Medika Sumiyarsi I, Nugraheni A, Mulyani S, Cahyanto EB. Faktor-faktor yang mempengaruhi hemoglobin ibu hamil trimester III. *PLACENTUM J Ilm Kesehat dan Apl*. 2018;6(2):20–5
- Susilowati, D. A., Suyani. (2017) Pengaruh Pemberian Buah Kurma Pada Ibu Hamil TM III Dengan Anemia Terhadap Kadar Hemoglobin Di BPM Tri Rahayu Setyaningsih Cangkringan Sleman Yogyakarta. Skripsi thesis, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.