



Media *Pocket Book* dan Pemberian Tablet Fe dalam Menurunkan Anemia pada Ibu Hamil

Vina Dwi Wahyunita¹, Marlynda Happy Nurmalita Sari²

¹Poltekkes Kemenkes Maluku

²Poltekkes Kemenkes Semarang

Email korespondensi: vinawahyunita@gmail.com



Article history:

Received: 16-02-2021

Accepted: 26-05-2021

Published: 06-08-2021

Kata Kunci;

Kehamilan, anemia, *pocket book*, tablet Fe

Keywords :

Pregnancy, anemia, *pocket book*, iron supplements (Fe tablets)

ABSTRAK

Studi pendahuluan di Puskesmas Lorulun angka kejadian anemia masih cukup tinggi 77,7% dari 27 ibu hamil. Hal ini terjadi karena pengetahuan ibu hamil yang kurang mengenai anemia sehingga banyak ibu hamil yang tidak mengkonsumsi tablet Fe secara teratur. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan pendidikan kesehatan tentang anemia di Puskesmas Lorulun dengan media *Pocketbook*, screening Hb dan pemberian tablet Fe sehingga dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan mencegah anemia yang akhirnya dapat menurunkan kejadian anemia ibu hamil. Metode pengabdian dilakukan dengan pendidikan kesehatan, pemberian tablet Fe dan screening Hb. Pendidikan kesehatan yang diberikan terkait dengan anemia kehamilan seperti pengertian, penyebab, tanda gejala, akibat, pencegahan anemia dalam kehamilan, dan kebutuhan zat besi pada kehamilan. Hasil dan luaran yang didapatkan adalah pengetahuan ibu hamil tentang anemia di Puskesmas Lorulun yaitu dari 26 ibu hamil yang semula hasil pretest pengetahuan yang cukup 15,4% dan pengetahuan kurang 84,6% saat posttest mengalami peningkatan yaitu pengetahuan baik 73,1% dan pengetahuan cukup 26,9%. Diharapkan Kader dan bidan puskesmas membekali ibu hamil lainnya dengan *pocket book* dan modul pencegahan anemia dalam kehamilan dengan keterlibatan Puskesmas dalam menjalankan program *antenatal care*.

ABSTRACT

A preliminary study at the Lorulun Health Center, the incidence of anemia is still quite high, 77.7% of 27 pregnant women. This happens because pregnant women lack knowledge about anemia, so that many pregnant women do not consume Fe tablets regularly. The purpose of this activity is to provide health education about anemia at Lorulun Public Health Center using *Pocketbook* media, Hb screening and Fe tablets so that it can increase the knowledge of pregnant women and prevent anemia which in turn can reduce the incidence of anemia in pregnant women. The service method was carried out by health education, giving Fe tablets and Hb screening. Health education provided was related to anemia during pregnancy, including definition, causes, signs, symptoms, effects, prevention, and iron requirements in pregnancy. The outcomes obtained were the knowledge of pregnant women about anemia at Lorulun Public Health Center, namely from 26 pregnant women who initially had sufficient knowledge of 15.4% of pretest results and less knowledge of 84.6% during the post test had an increase, namely good knowledge of 73.1% and sufficient knowledge of 26.9%. Finally, healthcare workers are advised to always provide education to pregnant women about anemia by giving them the module and *pocket book*.



PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses yang normal, alamiah yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan janin intrauterin dan sejak konsepsi sampai dengan persalinan (Sunarsih dan Dewi, 2011). Perubahan fisiologis yang sering terjadi pada ibu hamil yaitu terjadinya hemodinamik, hal tersebut menyebabkan komplikasi perdarahan dan thrombosis akibat ketidakseimbangan faktor-faktor proagulasi dan hemostatis (Prawirohardjo, 2010). Pada masa kehamilan tubuh seorang ibu membutuhkan asupan makan yang baik untuk kecukupan dirinya baik jasmani dan rohani, karena pada masa kehamilan biasanya ibu mempunyai kondisi tubuh yang menurun, dengan gejala yang sering dialami yaitu sering letih disertai dengan wajah yang pucat. Ciri-ciri tersebut merupakan indikasi bahwa wanita hamil merupakan kelompok yang berisiko mengalami anemia, meskipun anemia yang dialami umumnya merupakan anemia relatif akibat perubahan fisiologis tubuh selama kehamilan (Balitbangkes Kemenkes RI, 2013)

Menurut World Health Organisation (WHO) penduduk dunia yang mengalami anemia diperkirakan sebanyak 1,62 milyar dan sebanyak 56,4 juta dari penderita anemia tersebut merupakan wanita hamil. WHO memperkirakan di Asia Tenggara jumlah perempuan yang mengalami anemia saat hamil sejumlah 18,1 juta, dengan angka kejadian paling tinggi dibandingkan dengan negara Afrika, Amerika, Eropa, Asia Pasifik Dan Mediterania Timur (WHO, 2005). Sedangkan di Indonesia angka kejadian anemia kehamilan terjadi peningkatan 11,8% di tahun 2018, dengan angka kejadian anemia kehamilan sebelumnya pada tahun 2013 sebesar 37,1%, serta ibu hamil yang belum mendapatkan tablet penambah darah sebanyak 26,8%, dan cakupan ibu hamil yang mendapatkan tablet penambah darah kurang dari 90 butir sebanyak 61,9% (Kemenkes RI, 2018).

Menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Kepulauan Tanimbar, kejadian anemia ibu hamil di tahun 2018 prevalensinya mengalami peningkatan sebesar 5,3% dari 9,7% di tahun 2017, serta pada tahun 2014 cakupan Fe1 2.427, angka tersebut menurun bila dibandingkan tahun 2013 sebesar 2.824, sedangkan Fe3 tahun 2014 sebanyak 2.278, angka tersebut juga menurun bila dibandingkan tahun 2013 sebanyak 2.521 (Dinas Kesehatan Maluku Tenggara, 2015), sedangkan di Puskesmas Lorulun pada tahun 2017 angka cakupan tablet Fe sebesar 98%, dengan angka kejadian anemia sebanyak 77,7% dari 27 ibu hamil (Puskemas Lorulun, 2017), angka tersebut menunjukkan hal yang sangat memprihatinkan karena pemerintah Indonesia sudah melakukan program penanggulangan anemia pada ibu hamil dengan memberikasn tablet Fe sebanyak 90 tablet dengan target capaian 100% pada ibu hamil selama periode kehamilan, dengan tujuan untuk menurunkan kejadian anemia pada ibu hamil (Balitbangkes Kemenkes RI, 2013).

Umumnya ibu hamil dianggap mengalami anemia jika kadar haemoglobin dibawah 11g/dl atau hematokrit kurang dari 33%. Keadaan anemia pada ibu hamil salah satunya disebabkan karena adanya proses hemodilusi terutama pada trimester ke 2 (Cunningham, F G, 2005), selain itu anemia pada ibu hamil sering terjadi karena adanya defisiensi nutrisi, defisiensi besi dengan angka kejadian sekitar 75%. Kebanyakan ibu hamil yang menderita anemia tidak menyadari bahwa dirinya sedang menderita anemia, bahkan ketika mengetahui bahwa dirinya mengalami anemia menganggap bahwa itu adalah masalah yang kecil, padahal akibat atau dampak yang ditimbulkan pada ibu maupun janin sangat lah besar. Dampak negatif yang ditimbulkan terhadap janin yang dikandung dari ibu dalam keadaan anemia antara lain lahirnya

janin dengan berat badan lahir (BBLR), partus prematurus, abortus, perdarahan postpartum, partus lama dan terjadi syok (Prawirohardjo, 2010), dari hasil studi pendahuluan bulan Mei 2019 didapatkan informasi bahwa ibu hamil di wilayah Puskesmas Lorulun sudah mendapatkan penyuluhan tentang anemia dan pentingnya konsumsi tablet Fe dalam menurunkan kejadian anemia, akan tetapi hasilnya belum optimal dilihat dari ibu hamil tidak mengkonsumsi tablet Fe secara teratur dan sesuai dengan instruksi dari tenaga kesehatan dikarenakan dengan alasan tertentu (Puskesmas Lorulun, 2017).

Pendidikan kesehatan dengan curah pendapat (*brain storming*) dimulai dengan memberikan suatu masalah kemudian peserta memberikan jawaban atau tanggapan, kemudian tanggapan tersebut ditampung dan ditulis dalam *flipchart* (Aldini, 2017)(Sari et al., 2017). Pendidikan kesehatan yang diberikan oleh tenaga kesehatan sangat menentukan tujuan yang ingin dicapai, oleh karena itu dalam menyampaikan informasi diharapkan tidak semata-mata hanya menyampaikan isi pesan yang ada, akan tetapi diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil sehingga akan merubah perilaku ke arah yang lebih positif, ada banyak cara dalam pendidikan kesehatan yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan dalam merubah pengetahuan dan perilaku yang diinginkan salah satunya yaitu melalui pemilihan media pembelajaran yang tepat dengan menggunakan media hasil teknologi audio visual seperti video, dan media hasil teknologi cetak seperti *pocketbook* atau buku saku, yang dapat menjadi alternatif media yang dapat dimanfaatkan untuk mendukung kelancaran pendidikan kesehatan didalam pelayanan kesehatan, desain dari *pocketbook* itu sendiri berukuran kecil dan praktis untuk dibawa kemana-mana selain dirancang sedemikian rupa dengan variasi gambar, huruf dan warna yang membuat seseorang yang diberikan motivasi merasa tertarik sehingga tujuan dari pendidikan kesehatan dapat tercapai yaitu meningkatkan pengetahuan seseorang dan mengubah perilaku seseorang kearah yang lebih baik (Azadirachta & Sumarmi, 2017)(Rahmawati, Nugraheni, & Mawarni, 2015)(Yuli Anggraeni, 2016). Adapun tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan pendidikan kesehatan ibu hamil di Puskesmas Lorulun mengenai anemia melalui media *Pocketbook*, memberikan tablet Fe dan screening Hb sehingga dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil yang akhirnya berdampak pada penurunan kejadian anemia ibu hamil.

METODE

Metode pengabdian kepada masyarakat berupa pendidikan kesehatan tentang anemia dan pemeriksaan kadar Hb Ibu hamil. Kegiatan ini diselenggarakan pada bulan September – November 2019, di Puskesmas Lorulun Kecamatan Wer Tamrian Kab. Kepulauan Tanimbar. Sasaran berjumlah 26 orang ibu hamil, dua orang kader, seorang bidan dan Kepala Puskesmas Lorulun.

Kerangka pemecahan masalah pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Lorulun yang kurang menyebabkan masih tingginya kejadian anemia. Perlunya pendidikan kesehatan mengenai anemia pada ibu hamil dengan media yang sesuai (*Pocketbook*) untuk meningkatkan pengetahuan, screening (pemeriksaan) Hb juga diperlukan untuk mencegah kejadian anemia. Diharapkan dengan peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai anemia dapat memberikan kesadaran dan perubahan perilaku untuk meningkatkan kadar Hb dengan teratur mengkonsumsi tablet Fe dan melakukan pemeriksaan Hb.

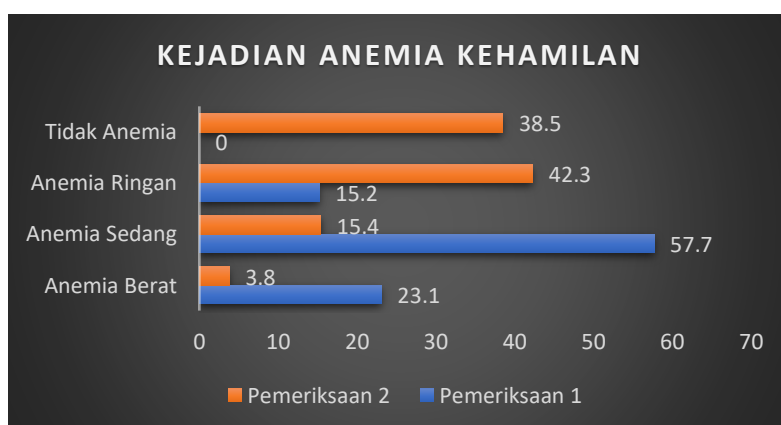
Metodologi pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini sebagai berikut: 1) Penyusunan materi dalam bentuk Modul Pencegahan Anemia Pada Kehamilan dan *Pocket*

book Pencegahan Anemia Kehamilan di Puskesmas Lorulun; 2) Melakukan evaluasi awal pengetahuan dan kadar Hb Ibu hamil di Puskesmas dengan *pretest*. Kuesioner yang digunakan untuk evaluasi pengetahuan ibu hamil tentang anemia adalah kuesioner dari penelitian pengabdian sebelumnya, terdapat 10 item pertanyaan dengan skala gauttman yaitu berisi jawaban benar dengan skor 1 dan salah dengan skor 0; 3) Pendidikan kesehatan pencegahan anemia dalam kehamilan di Puskesmas terkait dengan anemia kehamilan seperti pengertian anemia, penyebab anemia dalam kehamilan, tanda gejala anemia, akibat anemia dalam kehamilan, pencegahan anemia dalam kehamilan, dan kebutuhan zat besi pada kehamilan; 4) Melakukan evaluasi akhir pengetahuan dan pemeriksaan kadar Hb ibu hamil terhadap kejadian anemia kehamilan di Puskesmas serta dengan pemberian *posttest* dilaksanakan 1 bulan setelah dilakukan intervensi.

Alat yang digunakan untuk penyuluhan adalah pocket book, papan flip chart. Penilaian keberhasilan peningkatan pengetahuan salah satunya dilihat dari skor atau nilai pre dan *posttest* yang mengalami peningkatan. Peningkatan pengetahuan tersebut dapat memberikan perubahan perilaku ibu hamil untuk lebih teratur mengkonsumsi tablet Fe sehingga diharapkan menurunnya angka kejadian anemia yang dapat dilihat dari pemeriksaan kadar Hb ibu hamil sebelum dilakukan perlakuan dan setelah dilakukan perlakuan. Nomor etik 056/EA/KEPK-POLTEKKES MALUKU/VIII/2019

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Pengabdian kepada Masyarakat ini berupa peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan Pendidikan kesehatan dan dilakukan pemeriksaan kadar Hb. Peningkatan pengetahuan dapat dilihat dari skor atau nilai pre dan *posttest* para peserta. Adanya peningkatan pengetahuan mengenai anemia pada kehamilan diharapkan dapat merubah perilaku ibu hamil untuk teratur mengkonsumsi tablet Fe sehingga menurunnya angka kejadian anemia pada kehamilan di Puskesmas Lorulun yang dapat dilihat melalui pemeriksaan kadar Hb.



Gambar 1. Grafik kejadian anemia kehamilan pada peserta pengabdian kepada masyarakat (Pemeriksaan 1 pada tanggal 2 Oktober 2019 dan pemeriksaan 2 pada tanggal 11 November 2019).

Gambar 1 menunjukkan angka kejadian anemia berat pada ibu hamil peserta pengabdian kepada masyarakat terjadi penurunan sebesar 19,2%. Penurunan kejadian anemia pada ibu hamil merupakan hasil dari Pendidikan kesehatan dan pemberian tablet Fe yang merupakan agenda pengabdian kepada masyarakat. Pendidikan kesehatan dengan menggunakan metode *brain storming* atau curah

pendapat merupakan agenda pengabdian kepada masyarakat yang diberikan kepada peserta. Metode pendidikan kesehatan dengan curah pendapat efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan mengubah sikap perilaku terutama dalam konsumsi vitamin atau obat yang sesuai dengan instruksi dari tenaga kesehatan (Aldini, 2017) (Sari et al., 2017)

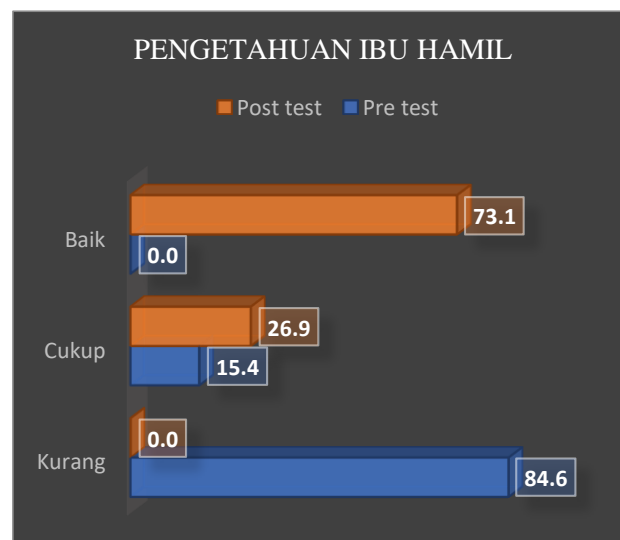


Gambar 2. Pemeriksaan HB



Gambar 3. Kegiatan peserta mengisi lembar evaluasi untuk mengukur pengetahuan.

Materi pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini disajikan dengan bahasa yang sederhana dan materi yang disampaikan diberikan dalam bentuk *pocket book* yang bisa di bawa pulang oleh pasien setelah kegiatan pendidikan kesehatan dengan desain yang menarik sehingga peserta tertarik untuk membaca kembali setiap saat. *Pocket book* itu sendiri berukuran kecil dan praktis untuk dibawa kemana-mana selain dirancang sedemikian rupa dengan variasi gambar, huruf dan warna yang membuat seseorang yang diberikan motivasi merasa tertarik sehingga tujuan dari pendidikan kesehatan dapat tercapai yaitu meningkatkan pengetahuan seseorang dan mengubah perilaku seseorang kearah yang lebih baik (Azadirachta & Sumarmi, 2017) (Rahmawati et al., 2015) (Yuli Anggraeni, 2016)



Gambar 4. Grafik kejadian anemia pada ibu hamil sesuai usia kehamilan pada peserta pengabdian kepada masyarakat kehamilan di Puskesmas Lorulun

Gambar 4 menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta terhadap pencegahan anemia pada kehamilan setelah kegiatan pengabdian kepada

masyarakat. Peningkatan pengetahuan tentang anemia pada kehamilan dipengaruhi oleh metode pembelajaran yang menarik yang disesuaikan dengan kondisi masyarakat setempat. Hasil pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa telah terjadi perubahan pengetahuan seperti yang diharapkan dari kegiatan ini. Pencegahan anemia kehamilan ditunjukkan dari hasil peningkatan kadar Hb. Penelitian Asyirah (2012) menunjukkan responden yang mendapatkan penyuluhan tentang kegunaan zat besi dan gizi akan menunjukkan kadar Hb yang semakin meningkat karena tingkat pengetahuan yang semakin tinggi, dibandingkan dengan responden yang tidak mendapatkan penyuluhan.

SIMPULAN DAN SARAN

Pendidikan kesehatan dengan curah pendapat (*brain storming*) disertai dengan pemberian *pocket book* dan tablet Fe pada Ibu hamil di Puskesmas Lorulun efektif dalam mengurangi angka kejadian anemia pada kehamilan. Keberlanjutan kegiatan program kemitraan masyarakat ini adalah penanggungjawab kader dan bidan perlu membekali ibu hamil lainnya dengan *pocket book* dan modul anemia pada kehamilan di Puskesmas yang telah diberikan serta keterlibatan Puskesmas dalam menjalankan program *antenatal care*.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldini, D. Y. (2017). Pengaruh Metode Brainstorming Terhadap Tingkat Pengetahuan dan rasionalitas penggunaan Obat Swamedikasi 2017. *SKRIPSI. UNAIR*. <http://repository.unair.ac.id/76631/>
- Asyirah, S. (2012). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Bajeng kecamatan Bajeng kabupaten Gowa tahun 2012. *Karya Tulis Ilmiah Strata Satu, Universitas Indonesia, Jakarta, 42*. <https://library.ui.ac.id/detail?id=20314687&lokasi=lokal>
- Azadirachta, F. L., & Sumarmi, S. (2017). *Pendidikan Gizi Menggunakan Media Buku Saku*. 107–115.
- Balitbangkes Kemenkes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Balitbangkes. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%202013.pdf>
- Cunningham, F G, dkk. (2005). *Obstetri Williams Volume I*. Jakarta: EGC.
- WHO (2005). *Global anaemia prevalence and number of individuals affected*. https://www.who.int/vmnis/anaemia/prevalence/summary/anaemia_data_status_t2/en/
- Dinas Kesehatan Maluku Tenggara. (2015). *Profil Kesehatan Kabupaten Maluku Tenggara*. Available at: http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KAB_KOTA_2014/8102_Maluku_Kab_Maluku_Tenggara_2014.pdf.
- Kemenkes RI. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta. <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesdas/>
- Prawirohardjo, S. (2010). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Puskesmas Lorulun. (2017). *Profil Puskesmas Lorulun Tahun 2018*.
- Rahmawati, N. I., Nugraheni, S. A., & Mawarni, A. (2015). *Pengaruh Penggunaan Buku Saku oleh Motivator terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Motivator dalam Mengatasi Permasalahan Pemberian ASI (di Kecamatan Sewon Kabupaten Bantul) 2015*. 3(2), 64–70. <https://ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI/article/view/158>
- Sari, E., & Sudarmiati, S. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya Kehamilan di Puskesmas Karangdoro 2017. *Tesis. UNDIP*. <http://eprints.undip.ac.id/52725/>
- Sunarsih dan Dewi. (2011). *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.

<https://onesearch.id/Record/IOS2726.slims-60659>

Yuli Anggraeni. (2016). *Pengembangan Media Pembelajaran Berbentuk Pocket Book Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Praktik Akutansi Manual (PAM) Kelas XI Akutansi SMK YPKK 1 Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta 2016. SKRIPSI. UNY.* <https://eprints.uny.ac.id/30517/>