

Edukasi Tentang Anemia Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Untuk Pencegahan Anemia di Desa Tanjung Anom Tahun 2023

Education About Anemia To Increase Knowledge Of Pregnant Women For Prevention Anemia in Tanjung Anom Village In 2023

Lisda Eliani¹, Nurhayani Harahap²

¹⁻²Program Studi Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Columbia Asia, Medan

Author correspondence: lisda@stikescolumbiaasia.ac.id*

Article History:

Received: Februari 28, 2023

Accepted: Maret 15, 2023

Published: April 30, 2023

Keywords: Anemia,
Education, Pregnant women

Abstract. Anemia in pregnant women is a problem both globally and in Indonesia. The prevalence of anemia in pregnant women worldwide is 41.8%, while the prevalence of pregnant women according to the 2018 Basic Health Research (RISKESDAS) is higher than the WHO prevalence at 48.9%. Community service activities carried out by lecturers and students from a university aim to provide education about the importance of iron consumption for pregnant women in Dusun 1, Tanjung Anom Village. Through problem identification, program planning, program implementation, and evaluation, an educational program including counseling, workshops, and distribution of informative materials is conducted. The evaluation results show a significant improvement in knowledge and practices of iron consumption among pregnant women. This activity is expected to contribute to reducing the incidence of anemia and improving the health of pregnant women in the area through collaboration between universities, healthcare professionals, and the community.

Abstrak.

Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah pada ibu hamil baik di dunia maupun di Indonesia. Angka prevalensi anemia pada ibu hamil di dunia mencapai 41,8 % sedangkan prevalensi ibu hamil menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018 lebih besar dari prevalensi WHO yaitu 48,9 %. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan oleh dosen dan mahasiswa dari sebuah perguruan tinggi untuk memberikan edukasi tentang pentingnya konsumsi zat besi bagi ibu hamil di Dusun 1 Desa Tanjung Anom. Melalui identifikasi masalah, perencanaan program, pelaksanaan program, dan evaluasi, program edukasi yang mencakup penyuluhan, workshop, dan pembagian materi informatif diselenggarakan. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan praktik konsumsi zat besi pada ibu hamil. Kegiatan ini diharapkan dapat berkontribusi dalam mengurangi angka kejadian anemia serta meningkatkan kesehatan ibu hamil di wilayah tersebut melalui kolaborasi antara perguruan tinggi, tenaga kesehatan, dan masyarakat.

Kata kunci : Anemia, Edukasi, Ibu hamil

PENDAHULUAN

Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah pada ibu hamil baik di dunia maupun di Indonesia. Angka prevalensi anemia pada ibu hamil di dunia mencapai 41,8 % sedangkan prevalensi ibu hamil menurut hasil Riskesdas 2018 melebihi dari angka WHO yaitu 48,9 %. Prevalensi anemia yang cukup tinggi pada ibu hamil di Indonesia ini telah diupayakan dengan program pemberian tablet tambah darah kepada ibu hamil sebanyak 90 butir selama kehamilan. Cakupan pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil di Indonesia mencapai 73,2 % (Kemenkes RI, 2018).

Program yang telah dilakukan oleh pemerintah melalui Kemenkes RI selain pemberian

* Lisda Eliani, lisda@stikescolumbiaasia.ac.id

tablet tambah darah adalah dengan upaya peningkatan pengetahuan ibu hamil melalui media-media edukasi. Dirjen Kesehatan Masyarakat telah mengeluarkan beberapa buku sebagai media edukasi bagi ibu hamil. Pada Buku KIA ibu hamil ada upaya untuk memberikan contoh porsi makan dan menu untuk ibu hamil beserta jenis-jenis makanan yang baik bagi ibu hamil.

Upaya ini merupakan bentuk edukasi melalui media buku supaya ibu hamil mengonsumsi makanan yang cukup dan mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur karena di Buku KIA juga dicatat pemberian tablet tambah darah. Kemenkes RI juga telah mengeluarkan buku tentang Pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia untuk remaja dan Wanita Usia Subur (WUS) serta Buku Resep Makanan Lokal untuk Balita dan Ibu Hamil. Buku-buku tersebut bertujuan untuk meningkatkan pemahaman pada ibu hamil dalam upaya pencegahan anemia. Bagi kader posyandu juga ada buku bacaan bagi kader posyandu tentang kelas ibu hamil. Kader bisa berperan sebagai motivator atau penyuluh bagi ibu hamil untuk pencegahan anemia. Buku ini diharapkan bisa menambah wawasan kader posyandu tentang seluk beluk ibu hamil sebagai upaya pencegahan terjadi anemia maupun KEK (kurang energi kronis) pada ibu hamil (Kemenkes RI, 2020).

Upaya pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil dan media-media edukasi untuk meningkatkan pengetahuan telah diupayakan dengan baik. Namun demikian pengetahuan ibu hamil yang anemia dan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah masih kurang. Upaya edukasi melalui buku KIA telah dilakukan namun kemauan untuk mengonsumsi tablet tambah darah dengan teratur pada ibu hamil masih belum bisa mencapai 100 %.

Hasil penelitian Abas et al (2021) menunjukkan bahwa peran petugas kesehatan untuk memberikan edukasi tentang anemia dan manfaat tablet tambah darah berhubungan dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil. Penelitian Ali, S.A (2020) menunjukkan bahwa salah satu faktor determinan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil adalah pengetahuan tentang anemia yang kurang. Penelitian Noronha, J. A et al (2012) menunjukkan bahwa upaya pencegahan anemia pada ibu hamil tidak cukup dengan suplementasi besi tetapi dibutuhkan edukasi gizi yang berkesinambungan. Alasan ini yang mendorong penulis untuk mengkaji efek edukasi gizi tentang anemia terhadap pengetahuan ibu hamil untuk mencegah kejadian anemia.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode kaji tindak (Action Research) dengan pendekatan program tindak partisipatif (Participatory Action Program) yang melibatkan kelompok sasaran ibu hamil dan keluarga. Metode yang dipakai dalam menyampaikan materi adalah dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi.

Materi disampaikan dengan memberikan edukasi tentang pentingnya mengonsumsi tablet Fe pada ibu hamil dengan melibatkan mahasiswa. Tahapan kegiatan ini terdiri dari tahapan persiapan dan tahapan pelaksanaan. Tahapan persiapan meliputi identifikasi masalah, yang dilakukan dengan teknik wawancara dan observasi ke masyarakat, penyusunan materi edukasi. Tahapan pelaksanaan meliputi memberikan evaluasi awal pengetahuan sasaran dengan menggunakan Pretest penyampaian materi edukasi tentang pentingnya mengonsumsi Tablet Fe pada ibu hamil. Kemudian, evaluasi pengetahuan akhir sasaran dengan memberikan posttest.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di lapangan terbuka sesudah masyarakat selesai melaksanakan pengajian mingguan. Edukasi dilaksanakan selama 1 (satu) hari yaitu pada pukul 15.00 WIB sampai dengan selesai di Dusun 1 Desa Tanjung Anom. Sebelum materi edukasi disampaikan koordinator, tim terlebih dahulu memberikan pretest kepada sasaran yang hadir yaitu dan didapatkan hasil 45% pengetahuan mereka masih kurang mengenai pentingnya mengonsumsi tablet Fe.

Peserta yang hadir saat edukasi di lapangan antusias dengan adanya edukasi yang dilakukan terbukti dengan banyaknya yang bertanya setelah diadakan sesi tanya jawab. Mereka juga merasa senang dengan adanya kegiatan edukasi. Sesi evaluasi dilaksanakan setelah sesi pemberian materi dan tanya jawab. Pengetahuan ibu meningkat setelah diberikan edukasi dengan hasil 82 % setelah dilakukan uji posttest.

Penyuluhan tentang tablet Fe sangat efektif untuk mengatasi efek samping yang dirasakan setelah mengonsumsi tablet Fe. Keterlibatan keluarga juga untuk meningkatkan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe (Surtimanah, 2019). Oleh karena itu, perlunya tenaga kesehatan untuk melakukan penyuluhan secara rutin dengan memanfaatkan media informasi seperti leaflet yang ada disekitar puskesmas pada kelas ibu hamil dengan melibatkan dukungan keluarga untuk meningkatkan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe sebagai upaya pencegahan anemia defisiensi besi pada ibu hamil. Pada akhir intervensi dilakukan pengisian *posttest* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan ibu hamil

yang anemia. Hasil pretest dan posttest kemudian dibandingkan untuk mengetahui efek dari edukasi yang diberikan dengan menggunakan media pendidikan.

Intervensi yang diberikan pada penelitian Abd El-Hameed, H.S et al yaitu berupa edukasi dua kali dengan durasi dua jam tiap sesi. Intervensi dilaksanakan setelah subjek penelitian diberikan pretest dalam bentuk pertanyaan tertutup dan terbuka dengan durasi waktu mengerjakan selama 15 menit. Edukasi diberikan secara berkelompok yang dilaksanakan dua jam pada sore hari dengan metode edukasi yaitu ceramah, diskusi kelompok dan demonstrasi.

Isi materi edukasi sesuai dengan materi yang ditanyakan pada soal pretest yang meliputi pengertian anemia gizi besi, penyebab anemia gizi besi, tanda dan gejala anemia gizi besi, pengaruh anemia gizi besi terhadap ibu hamil dan janin dalam kandungan, pengukuran anemia gizi besi, faktor risiko anemia gizi besi, makanan sumber zat besi, manfaat tablet besi, efek samping tablet besi dan langkah-langkah untuk mengendalikan efek samping tablet besi. Media edukasi yang dilakukan peneliti menggunakan buku pedoman pendidikan gizi tentang anemia gizi besi.

Penyusunan pedoman ini mempertimbangkan juga hasil nilai pretest subjek penelitian. Tiga bulan setelah intervensi dilakukan posttest kepada subjek penelitian dengan pertanyaan yang sama pada saat pretest. Hasil uji analisis nilai rata-rata pretest dibandingkan dengan nilai rata-rata posttest dengan Paired T-test menunjukkan nilai p value = 0,0001, sehingga disimpulkan ada peningkatan nilai rata-rata yang signifikan pengetahuan subjek penelitian sebelum dan setelah intervensi (Abd ElHameed, H.S et al., 2012).

Intervensi yang diberikan pada penelitian Abd ElHameed, H.S et al yaitu berupa edukasi dua kali dengan durasi dua jam tiap sesi. Intervensi dilaksanakan setelah subjek penelitian diberikan pretest dalam bentuk pertanyaan tertutup dan terbuka dengan durasi waktu mengerjakan selama 15 menit. Edukasi diberikan secara berkelompok yang dilaksanakan dua jam pada sore hari dengan metode edukasi yaitu ceramah, diskusi kelompok dan demonstrasi. Isi materi edukasi sesuai dengan materi yang ditanyakan pada soal *pretest* yang meliputi pengertian anemia gizi besi, penyebab anemia gizi besi, tanda dan gejala anemia gizi besi, pengaruh anemia gizi besi terhadap ibu hamil dan janin dalam kandungan, pengukuran anemia gizi besi, faktor risiko anemia gizi besi, makanan sumber zat besi, manfaat tablet besi, efek samping tablet besi dan langkah-langkah untuk mengendalikan efek samping tablet besi. Media edukasi yang dilakukan peneliti menggunakan buku pedoman pendidikan gizi tentang anemia gizi besi. Penyusunan pedoman ini mempertimbangkan juga hasil nilai pretest subjek penelitian. Tiga bulan setelah intervensi dilakukan posttest kepada subjek

penelitian dengan pertanyaan yang sama pada saat *pretest*. Hasil uji analisis nilai rata-rata *pretest* dibandingkan dengan nilai rata-rata *posttest* dengan *Paired T-test* menunjukkan nilai p value = 0,0001, sehingga disimpulkan ada peningkatan nilai rata-rata yang signifikan pengetahuan subjek penelitian sebelum dan setelah intervensi (Abd ElHameed, H.S et al., 2012)

Pada penelitian yang dilakukan oleh Sunuwar, D.R et al diberikan intervensi individu kepada subjek penelitian pada kelompok intervensi dengan menggunakan pedoman edukasi gizi tentang anemia. Edukasi gizi pada kelompok intervensi meliputi penyebab anemia, akibat anemia pada kehamilan, makanan kaya zat besi, penambah dan penghambat penyerapan zat besi dan rencana diet berbasis makanan kaya zat besi. Setiap subjek penelitian diberikan poster untuk dibawa pulang. Konseling tentang anemia ditindaklanjuti setiap empat minggu selama masa intervensi pada saat kunjungan ANC. Setiap dua minggu sekali subjek penelitian ditelfon dengan durasi 3-5 menit untuk mengetahui kondisi ibu hamil dan menyampaikan pesan penting. Rencana menu sehari dibagi menjadi 5 kali makan yaitu sarapan, makan siang, kudapan, dan makan malam serta kudapan sebelum tidur dengan penekanan pada makanan kaya zat besi. Rencana diet pada kelompok intervensi ini dibuat pada saat pendaftaran untuk setiap wanita hamil dan tindak lanjut dilakukan setiap 4 minggu selama kunjungan ANC dan panggilan telepon. Pada kelompok kontrol dilakukan edukasi standar pada kunjungan ANC yang meliputi hygiene dan sanitasi, istirahat dan olah raga, tanda bahaya pada kehamilan. Tidak ada pemberian menu diet untuk ibu hamil pada kelompok kontrol.

Hasil uji statistik menunjukkan p -value = 0,002 yang menunjukkan ada perubahan kadar hemoglobin secara signifikan tinggi pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol. Hasil uji *independent sample t test* menunjukkan nilai p value < 0.001 yaitu ada perubahan yang signifikan skor pengetahuan gizi ibu tentang anemia dan makanan kaya zat besi tinggi pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi dua per tiga subjek penelitian mengalami peningkatan skor pengetahuan pada *posttest* dibandingkan dengan *pretest* sedangkan pada kelompok kontrol hanya seperempatnya saja yang meningkat. Yang ketiga nilai p value < 0,005 untuk konsumsi makanan kaya zat besi secara signifikan lebih tinggi pada kelompok intervensi (Sunuwar, D.R et al, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Nahrisah, P et al dilakukan pada kelompok intervensi dengan menggunakan *Pictorial Handbook* dengan menggunakan pendekatan *Health Belief Model* (HBM). Pada kelompok intervensi dilakukan kunjungan rumah sebanyak dua kali, jarak antara kunjungan pertama dan kedua adalah dua minggu. Edukasi diberikan selama durasi waktu 45-60 menit. Pada kunjungan pertama subjek penelitian diberikan edukasi mengenai

anemia dengan menggunakan *Pictorial Handbook* yaitu buku cerita bergambar dan berwarna sehingga memudahkan subjek penelitian untuk memahami isi buku. Kunjungan kedua dilanjutkan dengan konseling tentang makanan sumber Fe dan kepatuhan konsumsi tablet besi. Pada kelompok kontrol diberikan edukasi rutin saja pada saat kunjungan ANC ke puskesmas. Hasil uji analisis perbedaan pengetahuan menunjukkan p value $<0,001$ yaitu ada peningkatan pengetahuan yang signifikan pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol. Subjek penelitian di kelompok intervensi pada awal penelitian mempunyai pengetahuan yang sangat kurang tentang anemia dan pada akhir penelitian menunjukkan pengetahuan yang baik. Rata-rata frekuensi makan dan jumlah asupan tablet besi juga meningkat secara signifikan dengan nilai p value $< 0,001$ pada kelompok sedangkan rata-rata konsumsi makanan sumber Fe juga meningkat secara signifikan dengan nilai p value = 0,006. Nilai hemoglobin pada kelompok intervensi juga mengalami peningkatan yang signifikan dengan p value < 0.001 (Nahrisah, P et al, 2020).

Beberapa penelitian di atas menunjukkan bahwa intervensi berupa edukasi gizi dan pengetahuan tentang anemia sangat efektif serta dibutuhkan bagi ibu hamil yang anemia maupun yang tidak anemia. Penyuluhan secara rutin saja pada saat kunjungan ANC belum mampu untuk meningkatkan pengetahuan terutama tentang anemia dan cara pencegahannya. Penelitian yang dilakukan oleh Melku, M et al (2013), Asrie, F (2017) dan Berhe, B et al (2019) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kejadian anemia dengan tingkat pendidikan. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi gizi sangat dibutuhkan oleh ibu hamil yang anemia pada strata pendidikan apapun karena pengetahuan tentang anemia kemungkinan tidak pernah diberikan di bangku sekolah/kuliah. Ibu hamil juga tidak sekedar mendapatkan pengetahuan yang terbatas tentang anemia pada kunjungan ANC rutin dengan edukasi standar.

Penanganan anemia pada ibu hamil membutuhkan upaya khusus untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil yang anemia. Penelitian Aboud, S.A.E et al (2019) menyimpulkan bahwa upaya penanggulangan anemia pada ibu hamil dengan cara pemberian edukasi gizi sejak usia produktif atau pada wanita usia subur sebelum merencanakan kehamilan akan lebih efektif dibandingkan ketika ibu mulai hamil. Penelitian ini menunjukkan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan anemia adalah pengetahuan gizi dan pengetahuan anemia yang rendah. Upaya edukasi gizi ini membutuhkan juga media yang tepat diberikan kepada ibu hamil sebagai upaya untuk belajar dan pengingat bagi ibu hamil. Pengembangan media-media pembelajaran bagi ibu hamil yang anemia sangat dibutuhkan.

Penelitian Abujilban, S et al (2019) menunjukkan bahwa edukasi dengan menggunakan media baik berupa media video, animasi dan leaflet sangat membantu ibu hamil yang anemia

dalam peningkatan pengetahuan gizi dan anemia. Penggunaan media elektronik seperti handphone sebagai reminder juga sangat mendukung konseling tentang anemia sehingga mampu meningkatkan konsumsi tablet besi pada ibu hamil yang anemia (Sontakke, P et al, 2023). Penelitian Tegodan et all dan Yamashita et all (2021) juga menekankan pentingnya keterlibatan para penyedia layanan kesehatan untuk penyebaran informasi tentang tablet besi yang diimbangi dengan pemberian media edukasi untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet besi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Edukasi pada ibu hamil untuk pencegahan anemia maupun penanggulangan anemia sangat efektif jika diikuti dengan pemberian media edukasi yang tepat yaitu yang berguna sebagai media belajar dan pengingat bagi ibu hamil. Disarankan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan meningkatkan ketaatan dalam mengonsumsi tablet besi. Edukasi bisa diberikan dalam bentuk penyuluhan, diskusi kelompok dalam kelas ibu hamil atau secara individu (konseling) kepada ibu hamil. Edukasi ini tidak hanya dilakukan oleh petugas kesehatan seperti bidan tetapi juga bisa melibatkan dokter, ahli gizi, tenaga kesehatan bidang promosi Kesehatan maupun kader kesehatan.

DOKUMENTASI



DAFTAR PUSTAKA

Abas, I; Ramadhan, K; Manggasa, D.D; Rantesig, N(2021). Edukasi Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil. Madago Community Empowerment for Health Journal Volume 1, Nomor 1, Tahun 2021

Abd ElHameed, H.S; Mohammed, A.I and Abd El Hamee, L.T. (2012). *Effect of Nutritional Educational Guideline among Pregnant Women with Iron Deficiency Anemia at Rural*

Areas in Kalyobia Governorate. Life Science Journal, 9(2):1212-1217

- Aboud, H.S.A.E.; El Sayed, H.A.E.; Ibrahim, H.A.F. (2019). *Knowledge, Attitude and Practice Regarding Prevention of Iron Deficiency Anemia among Pregnant Women in Tabuk Region*. *International Journal of Pharmaceutical Research & Allied Sciences*, 8(2):87-97
- Abujilban, S., Hutamleh, R., Al-Shuqerat, S. 2019. *The impact of a planned health educational program on the compliance and knowledge of Jordanian pregnant women with anemia*. *Woman & Health*, Volume 59, Issue 7.
- Alem M, Enawgaw B, Gelaw A, Kena T, Seid M, Olkeba Y. (2013). *Prevalence of anemia and associated risk factors among pregnant women attending antenatal care in Azezo Health Center Gondar town, Northwest Ethiopia*. *J Interdiscipl Histopathol*. 1(3):137–144
- Asrie, F. (2017). *Prevalence of anemia and its associated factors among pregnant women receiving antenatal care at Aymiba Health Center, northwest Ethiopia*. *Journal of Blood Medicine* 2017:8 35–40.
- Berhe, B et al. (2019). *Prevalence of anemia and associated factors among pregnant women in Adigrat General Hospital, Tigray, northern Ethiopia, 2018*. *BMC Research Notes* (12):310.
- Ditjen kesehatan Masyarakat Kementrian Kesehatan RI. (2020). https://kesmas.kemkes.go.id/kategori_konten/903ce9225fca3e988c2af215d4e544d3/buku-pedoman
- Elsharkawy, N.B; Abdelaziz, E.M; Ouda, M.M; and Oraby, F.A. (2023). *Effectiveness of Health Information Package Program on Knowledge and Compliance among Pregnant Women with Anemia: A Randomized Controlled Trial*. *International Journal of Enviromental Research and Public Health*, 19(2724):1-12