

# UPAYA KEGIATAN PANDU DAN EDUKASI PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KARANGGEDE BOYOLALI

Guiding And Educational Activities to Prevent Anemia In Pregnancy In The Working  
Area Of Puskesmas Karanggede Boyolali

Nur Aida Oktasari<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Dokter Internship RSUD Simo Boyolali

Korespondensi: Nur Aida Oktasari, Alamat email: [nuraidaoktasari@gmail.com](mailto:nuraidaoktasari@gmail.com)

## ABSTRAK

*Anemia defisiensi besi merupakan anemia paling banyak ditemukan pada ibu hamil yang terkait dengan angka kematian ibu dan janin. Berdasarkan data yang didapat dari Pemerintah Kabupaten Boyolali didapatkan bahwa data cakupan capaian pemberian Fe30 yaitu 89% dan Fe90 mencapai 71% di wilayah kerja Karanggede Boyolali, akan tetapi masih banyak dijumpai kasus anemia pada Ibu hamil, oleh karena itu diperlukan upaya khusus untuk menurunkan angka kematian ibu hamil akibat anemia. Upaya kegiatan pandu edukasi bertujuan untuk mencegah anemia pada ibu hamil. Purposive sampling dilakukan pada 22 ibu hamil bulan November 2020 di Desa Klari. Terdapat 7 ibu hamil yang mengalami anemia. Edukasi menggunakan media leaflet, video, materi presentasi, pemberian buku saku diet gizi seimbang, pengisian buku food recall dan buku kepatuhan tablet Fe. Ibu hamil dengan anemia dilakukan pemeriksaan hemoglobin sebelum dilakukan intervensi. Evaluasi pengisian buku food recall dan buku kepatuhan konsumsi tablet Fe secara rutin dilakukan 1 minggu sekali melalui kunjungan rumah. Sedangkan pemeriksaan kadar hemoglobin dilakukan setelah 1 bulan intervensi dengan hasil uji paired T- test menunjukkan hasil peningkatan yang signifikan dengan nilai p: 0.007. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pandu edukasi pencegahan anemia pada ibu hamil berhasil meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dan menurunkan angka anemia pada ibu hamil.*

**Kata Kunci:** Anemia, Kehamilan, Edukasi

## ABSTRACT

*Iron deficiency anemia is the most common type of anemia found in pregnant women, associated with maternal and fetal mortality rates. Based on data obtained from the Boyolali District Government, it was found that the coverage of Fe30 provision reached 89% and Fe90 reached 71% in the Karanggede Boyolali working area. However, many cases of anemia in pregnant women are still encountered, hence specific efforts are needed to reduce maternal mortality due to anemia. Educational outreach efforts aim to prevent anemia in pregnant women. Purposive sampling was conducted on 22 pregnant women in November 2020 in Klari Village. Seven pregnant women were found to have anemia. Anemia prevention was carried out through education using leaflets, videos, presentation materials, provision of balanced nutrition pocket books, filling out food recall books, and Fe tablet adherence books. Pregnant women with anemia underwent hemoglobin testing before intervention. Evaluation of food recall book and Fe tablet adherence book filling was routinely done weekly through home visits. Meanwhile, hemoglobin level examination was conducted after 1 month of intervention, with paired T-test results showing a significant increase with a p-value of 0.007. This indicates that the guided education activities for anemia prevention in pregnant women successfully increased their knowledge regarding the consumption of iron-rich foods and adherence to regular Fe tablet consumption.*

**Keyword :** Anemia, Pregnancy, Education

## PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) masih menjadi salah satu masalah kesehatan di Indonesia. AKI di *Association of South East Asian Nation* (ASEAN) sebesar 235/100.000 kelahiran hidup (ASEAN Secretariat, 2020). Berdasarkan Data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) AKI di Indonesia pada tahun 2012-2015 mencapai angka 305/100.000 kelahiran hidup dan jumlah kematian ibu pada tahun 2019 mencapai sebanyak 4.221 kasus. Sementara itu, Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJM) pada tahun 2024 menargetkan AKI sebesar 183/100.000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2019). Berdasarkan data tersebut perlu adanya upaya untuk menurunkan AKI di Indonesia agar dapat mencapai target sesuai RPJM pada tahun 2024.

Anemia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi AKI khususnya pada ibu hamil dengan kadar hemoglobin kurang dari 11,0 g/dL dapat meningkatkan komplikasi kehamilan dan persalinan berupa partus prematur, perdarahan antepartum dan postpartum, gangguan pertumbuhan janin, berat badan bayi lahir rendah, hingga kematian ibu dan janin. Anemia defisiensi besi merupakan anemia yang terbanyak baik di negara dengan pendapatan

tinggi maupun negara dengan pendapatan rendah dan menengah (Hoffbrand & Pettit, 2013). Beberapa faktor yang dapat menyebabkan anemia dalam kehamilan diantaranya adalah jumlah kehamilan, umur, paritas, tingkat pendidikan, status ekonomi, dan kepatuhan konsumsi tablet Fe (Keisnawati, 2015).

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI No 88. 2014, panduan pemberian tablet tambah darah oleh tenaga kesehatan dalam upaya mencegah dan menanggulangi anemia akibat kekurangan zat besi dan atau asam folat. Tablet tambah darah diberikan kepada wanita usia subur dan ibu hamil guna mencegah terjadinya anemia. Wanita usia subur diberikan sebanyak 1 (satu) kali seminggu dan 1 (satu) kali sehari selama haid dan untuk ibu hamil diberikan setiap hari selama masa kehamilannya atau minimal 90 (sembilan puluh) tablet (Permenkes, 2014).

Berdasarkan survei tahun 2012 di Kabupaten Boyolali, jumlah ibu hamil yang mengalami anemia mencapai 56,7%. Berdasarkan data kunjungan KIA puskesmas karanggede bulan Januari-November 2020 didapatkan 579 ibu hamil yang diperiksa kadar hemoglobin didapatkan hasil 151 (26,1%) ibu hamil mengalami anemia. Data pemeriksaan hemoglobin pada 35 ibu hamil pada bulan

November 2020 di 16 desa di kecamatan Karanggede sebanyak 40% (n= 14) ibu hamil menderita anemia. Data ibu hamil Januari 2021 wilayah kerja Puskesmas Karanggede didapatkan hasil ibu dengan anemia terbanyak berada di Desa Klari.

Distribusi tablet Fe kepada ibu hamil ditujukan untuk mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil. Angka cakupan pemberian Fe-30 di wilayah kerja Puskesmas Karanggede mencapai 89% dan capaian pemberian Fe90 mencapai 71% akan tetapi masih banyak dijumpai Ibu hamil dengan anemia. Masih tingginya kasus anemia pada Ibu hamil di wilayah Karanggede membutuhkan upaya khusus.

#### **TUJUAN DAN MANFAAT**

Kegiatan pandu dan edukasi pencegahan anemia pada ibu hamil ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat khususnya ibu hamil di wilayah kerja puskesmas Karanggede Boyolali terkait pentingnya diet gizi seimbang untuk ibu hamil dan ketaatan konsumsi suplementasi tambah darah sebagai pencegahan anemia dan komplikasinya pada kehamilan. Manfaat dari kegiatan ini juga bisa menjadi salah satu upaya

program kerja puskesmas untuk menurunkan angka anemia pada kehamilan.

#### **METODE PELAKSANAAN KEGIATAN**

Kegiatan pandu dan edukasi pencegahan anemia pada Ibu hamil dilakukan di Desa Klari wilayah kerja puskesmas Karanggede Boyolali. Penyuluhan dilakukan dengan sasaran seluruh ibu hamil di Desa Klari, Intervensi lebih lanjut dilakukan pada ibu hamil yang menderita anemia. Metode yang digunakan untuk menentukan jumlah sampel yaitu secara *purposive sampling*. Kriteria inklusi dalam kegiatan ini yaitu ibu hamil di Desa Klari yang sudah terdiagnosa anemia berdasarkan data pemeriksaan kadar hemoglobin di Puskesmas Karanggede. Pada kegiatan ini kriteria eksklusi yaitu ibu hamil dengan kadar hemoglobin normal dan ibu hamil menderita anemia yang menolak menjadi responden.

Edukasi dilakukan oleh kader kesehatan, dan bidan desa dengan beberapa media seperti pembagian *leaflet*, penjelasan materi anemia melalui presentasi dan pemutaran video yang berisikan penjelasan anemia pada kehamilan dan terapinya. Selanjutnya, seluruh peserta penyuluhan diberikan buku saku diet gizi seimbang khusus ibu hamil yang berisikan sumber makanan tinggi zat besi dan contoh menu

diet gizi seimbang. Buku saku tersebut digunakan sebagai panduan untuk mencukupi kebutuhan gizi harian sehingga terhindar dari anemia pada kehamilan. Setelah kegiatan penyuluhan selesai dilakukan pengambilan darah untuk melihat kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia.

Kegiatan selanjutnya yaitu pemberian dan pengisian buku *food recall* kepada ibu hamil yang menderita anemia dengan tujuan pengawasan *intake* sehari-hari gizi seimbang ibu hamil dan kepatuhan konsumsi suplemen tablet Fe. Monitoring dan *follow up* pengisian buku *food recall* secara berkala dilakukan dengan kunjungan rumah ibu hamil penderita anemia satu minggu sekali. Hal ini dilakukan untuk pemantauan pengawasan dalam upaya menunjang program pengisian buku *foodrecall* sesuai contoh menu gizi seimbang ibu hamil dan dilakukan *follow up* kepatuhan konsumsi suplemen tambah darah & vitamin C.

Ibu hamil dengan anemia kembali menjalani pengambilan sampel darah untuk menilai kadar hemoglobin 1 bulan paska intervensi. Data yang diperoleh dilakukan uji normalitas data dengan *Kolmogorov-Smirnov* sedangkan analisis keberhasilan dilakukan dengan uji *sampel paired*

*t-test* untuk membandingkan kadar hemoglobin sebelum dan setelah dilakukan intervensi.

## HASIL DAN DISKUSI

Kegiatan pandu edukasi pencegahan anemia pada ibu hamil dilakukan pada hari Sabtu 16 Januari 2021 di Desa Klari wilayah kerja Puskesmas Karanggede Boyolali dengan peserta sebanyak 22 ibu hamil dan 7 ibu hamil diketahui sudah menderita anemia. Kegiatan pertama adalah penyuluhan anemia pada kehamilan dengan media *leaflet*, video, presentasi materi dan pembagian buku saku menu diet gizi seimbang untuk ibu hamil.



**Gambar 1. Sesi Penyuluhan Materi**

Acara dilanjutkan dengan pemilihan ibu hamil dengan anemia secara *purposive sampling*. Didapatkan 7 ibu hamil sebagai subjek intervensi. Pada sesi kedua dilakukan edukasi pengisian buku *foodrecall* yang berisi tabel menu makanan yang dikonsumsi dan cek list kepatuhan minum tablet Fe. Pemantauan pengisian dilakukan oleh kader desa, bidan dan dokter melalui *home visit*.



**Gambar 2. Home Visit Evaluasi Food Recall**

Selanjutnya 7 ibu hamil yang sudah terdiagnosis anemia menjalani pengambilan darah dengan tujuan memeriksa kadar hemoglobin 1 bulan setelah intervensi. Berdasarkan evaluasi sebelum dan setelah dilakukan intervensi didapatkan hasil perubahan kadar hemoglobin pada Tabel 1.

Hasil distribusi data yang diperoleh secara purposive sampling dan dilakukan Uji normalitas data menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* didapatkan hasil data terdistribusi normal  $p: 0,2$  ( $p > 0,05$ ).

Analisis inferensial dilakukan dengan uji *Sample paired T-test*. Hasil rerata nilai hemoglobin sebelum intervensi 10,20 g/dL dan setelah intervensi yaitu 11,90 g/dL dengan nilai  $p: 0,007$  ( $p < 0,05$ ). Hal tersebut menandakan bahwa terdapat perbedaan signifikan pada kenaikan kadar hemoglobin ibu hamil sebelum dan setelah dilakukan intervensi.

**Tabel 1. Data Kadar Hemoglobin (Hb)**

Nama	Tanggal Pemeriksaan	Usia Kehamilan (Minggu)	Hb (g/dL)	
Ny. I	Pre-Intervensi	02/02 /2021	19	9,8
	Post-Intervensi	08/02 /2021	24	11,8
Ny. W	Pre-Intervensi	30/12 /2020	23	10,8
	Post-Intervensi	29/02 /2021	31	12,8
Ny. A	Pre-Intervensi	29/12 /2020	36	10,0
	Post-Intervensi	08/02 /2021	39	11,7
Ny. K	Pre-Intervensi	29/12 /2020	12	10,1
	Post-Intervensi	08/02 /2021	19	10,9
Ny. S	Pre-Intervensi	05/01 /2021	30	10,2
	Post-Intervensi	08/02 /2021	36	13,2
Ny. D	Pre-Intervensi	02/01 /2021	19	9,6
	Post-Intervensi	08/02 /2021	24	12,3
Ny. W	Pre-Intervensi	02/01 /2021	23	10,9
	Post-Intervensi	08/02 /2021	28	10,6

Pedoman gizi untuk mencegah anemia pada kehamilan dapat dilakukan dengan konsumsi rutin suplemen zat besi setiap hari, mengatur pola diet gizi seimbang dengan konsumsi makanan kaya akan sumber zat besi, membatasi makanan yang mengganggu penyerapan zat besi dan meningkatkan konsumsi makanan yang mampu menambah penyerapan zat besi (Simbolon, 2018)

Adanya kegiatan pandu dan edukasi di Desa Klari Kabupaten Boyolali dinilai cukup berhasil dengan media *leaflet*, pemutaran video, presentasi materi anemia dan pembagian buku

saku diet gizi seimbang bagi ibu hamil. Intervensi bagi Ibu hamil dengan anemia menunjukkan perkembangan pengisian *food recall* dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah secara rutin. Konsumsi diet gizi seimbang menu makanan kaya akan sumber zat besi dan konsumsi tablet Fe secara rutin signifikan menaikkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

### SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pandu edukasi pencegahan anemia pada ibu hamil di Desa Klari secara signifikan berhasil meningkatkan kadar hemoglobin dan menurunkan angka anemia pada ibu hamil. Kegiatan ini merupakan bentuk upaya dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil untuk konsumsi menu makanan kaya zat besi dan kepatuhan dalam konsumsi tablet Fe secara rutin.

Tenaga kesehatan diharapkan untuk terus memberikan edukasi dan pemantauan pada ibu hamil tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe secara teratur dan memberikan contoh diet

menu gizi seimbang menu makanan tinggi zat besi guna meningkatkan kadar Hemoglobin yang lebih optimal.

### DAFTAR PUSTAKA

- Anfiksyar, K., Aryana, M. B., Surya, I. G., & Manuaba, I. B. (2019). Karakteristik Anemia Pada Kehamilan Di Poliklinik Kebidanan Rsup Sanglah Tahun 2016-2017. *Jurnal Medika Udayana*, 1-6.
- ASEAN Secretariat. (2020). ASEAN Annual Report 2020-2021.
- Hoffbrand, A., & Pettit, J. (2013). *Kapita Selekta : Hematologi (Essential Haematology) Edisi 2*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Keisnawati, Desi Ari Yanti, Apri Sulistianingsih. 2015. Faktor-faktor terjadinya Anemia Pada Ibu Hamil Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Tahun 2015.
- Kemenkes. (2019). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018. In Short Textbook of Preventive and Social Medicine.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019.
- Permenkes. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Ri No 88 2014 tentang standar tablet tambah darah bagi wanita usia subur dan ibu hamil*.
- Simbolon, D., Jumiyati, & Rahmadi, A. (2018). Pencegahan dan Penanggulangan Kurang Energi (KEK) dan Anemia Pada Ibu Hamil. CV Budi Utama.