

PEMERIKSAAN HB DAN PEMBERIAN TABLET FE GRATIS SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI POSYANDU OGAN JAYA

Era Mardia Sari¹, Helni Anggraini², Siti Amallia³, Anur Rohmin⁴, Nelly Mariyam⁵,
Meta Rosdiana⁶, Yulia⁷, Ramesia Ratnawati⁸

Program Studi D-III Kebidanan, STIK Siti Khadijah, Palembang, Indonesia
Email : eramardiasari@gmail.com, nelnianggraini589@gmail.com, azesilia.89@gmail.com,
rohminanur01@gmail.com, nellymariyam88@gmail.com, rosdiana.meta76@gmail.com

Abstrak

Ibu hamil sangat rentan terhadap komplikasi pada kehamilan salah satunya adalah anemia. Anemia dalam kehamilan sebagian besar disebabkan oleh kekurangan zat besi yang dikarenakan kurangnya masukan unsur besi dalam makanan, atau karena terlampau banyaknya besi keluar dari tubuh, misalnya pada perdarahan. Angka kejadian anemia pada ibu hamil dapat diturunkan dengan bermacam cara salah satunya adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan pada ibu hamil tentang anemia. Dampak anemia pada ibu hamil menyebabkan berbagai masalah termasuk risiko kelahiran anak stunting. Stunting yaitu kondisi dimana tinggi badan seorang anak lebih pendek dari standar usianya karena kekurangan gizi yang berkelanjutan. Tujuan kegiatan ini adalah untuk mengetahui kadar haemoglobin ibu hamil dan memberikan tablet fe gratis pada ibu-ibu hamil sebagai upaya pencegahan anemia pada masa kehamilan di Posyandu. Metode yang digunakan adalah dengan melakukan pemeriksaan haemoglobin dan pembagian tablet fe gratis. Kegiatan ini dilaksanakan di Posyandu Ogan Jaya pada tanggal 25 Oktober 2024 yang diikuti sebanyak 12 orang ibu hamil. Hasil yang didapatkan dari 12 orang ibu hamil sebanyak 7 orang ibu yang kadar haemoglobinnya normal dan sebanyak 5 orang yang kadar haemoglobinnya dalam kategori anemia ringan, serta sudah dibagikannya tablet Fe pada ibu hamil sebanyak 10 tablet. Diharapkan dengan adanya kegiatan ini ibu hamil mengetahui kadar haemoglobin dan mendapatkan tablet fe sebagai upaya pencegahan anemia pada masa kehamilan di Posyandu.

Kata Kunci : Kadar Haemoglobin, Anemia, Tablet Fe

Abstract

Pregnant women are highly susceptible to pregnancy complications, such as anemia. Anemia in pregnancy is largely caused by iron (Fe) deficiency due to insufficient dietary Fe intake or excessive Fe loss from the body, for example through bleeding. The incidence of anemia in pregnant women can be reduced in various ways, one of which is by providing health education to pregnant women about anemia. The impact of anemia on pregnant women causes various problems, including the risk of giving birth to stunted children. Stunting is a condition where a child's height is shorter than the standard for their age due to ongoing malnutrition. The purpose of this activity was to determine the hemoglobin levels of pregnant women and provide free Fe tablets to pregnant women as an effort to prevent anemia during pregnancy at the Integrated Health Post (Posyandu). The method used was hemoglobin testing and distribution of free iron tablets. This activity was held at the Ogan Jaya Integrated Health Post (Posyandu) on October 25,

2024, with 12 pregnant women participating. The results obtained from 12 pregnant women included 7 with normal hemoglobin levels and 5 with mild anemia. Ten iron tablets were distributed to the pregnant women. This activity is expected to help pregnant women understand their hemoglobin levels and receive Fe tablets as a preventative measure for anemia during pregnancy at the Integrated Health Post (Posyandu).

Keywords: Hemoglobin Level, Anemia, Fe Tablets

PENDAHULUAN

Kadar hemoglobin merupakan salah satu parameter hematologi yang mengalami perubahan pada masa kehamilan (Cakmak et al., 2018). Pada masa kehamilan, volume plasma akan meningkat kira-kira 40-45% yang dimulai secara progresif pada minggu ke-6-8 kehamilan dan mencapai puncaknya pada minggu ke-32-34. Secara bersamaan, eritropoetin ginjal juga akan meningkatkan jumlah sel darah merah, yakni sebanyak 20-30%. Namun, peningkatan jumlah sel darah merah tidak sebanding dengan peningkatan volume plasma, sehingga terjadilah hemodilusi dan penurunan kadar hemoglobin (Prawirohardjo, 2016).

Penurunan ringan kadar hemoglobin selama kehamilan dijumpai pada wanita normal yang tidak mengalami defisiensi zat besi atau asam folat. Hal ini disebabkan oleh ekspansi volume plasma yang lebih besar dari pada peningkatan massa hemoglobin dan volume sel darah merah yang terjadi pada kehamilan normal. Centers for Disease Control and Prevention (CDC) mendefinisikan anemia sebagai kadar hemoglobin yang lebih rendah dari 11 gr/dl pada trimester pertama dan ketiga dan kurang dari 10.5 gr/dl pada trimester kedua. Nilai hemoglobin yang rendah berhubungan dengan masalah klinis seperti anemia. Anemia adalah kondisi dengan kadar hemoglobin dalam darah kurang dari 12 gr/dl (Baharutan dkk, 2014)

Ibu hamil sangat rentan terhadap komplikasi pada kehamilan salah satunya adalah anemia. Anemia dalam kehamilan sebagian besar disebabkan oleh kekurangan zat besi yang dikarenakan kurangnya masukan unsur besi dalam makanan, atau karena terlampau banyaknya besi keluar dari tubuh, misalnya pada perdarahan. Angka kejadian anemia pada ibu hamil dapat diturunkan dengan bermacam cara salah satunya adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan pada ibu hamil tentang anemia.

Dampak anemia pada ibu hamil menyebabkan berbagai masalah termasuk risiko kelahiran anak stunting. Stunting yaitu kondisi dimana tinggi badan seorang anak lebih pendek dari standar usianya karena kekurangan gizi yang berkelanjutan. Menurut data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa ada 23% bayi yang lahir di Indonesia dalam keadaan stunting. Salah satu upaya untuk menekan angka stunting, dengan memastikan kebutuhan nutrisi serta zat besi sejak bayi dalam kandungan, ibu melahirkan dan menyusui (Kemenkes, 2023). Dampak lain yang terjadi yaitu bayi lahir prematur, bayi dengan cacat bawaan, berat bayi lahir rendah (BBLR), intra uterine growth retardation (IUGR), dan peningkatan risiko kematian janin dalam kandungan.

Anemia sering terjadi pada trimester ketiga. Rata-rata prevalensi anemia pada trimester ketiga lebih dari 30%. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Jwa et al. (2015) didapatkan 4,5% ibu menderita anemia pada trimester satu, 44,1% pada trimester kedua dan 45,7% pada trimester ketiga. Pada trimester ketiga terjadi hemodilusi dan penurunan kadar hemoglobin yang dimulai sejak usia kehamilan 6-8 minggu dan mencapai puncaknya pada usia kehamilan 32-34 minggu. Pada kehamilan lanjut kadar hemoglobin dibawah 11,0 gr/dl merupakan keadaan abnormal dan tidak berhubungan dengan peningkatan volume darah (hipervolemia) yang terjadi sebagai suatu adaptasi fisiologis dalam kehamilan (Prawirohardjo, 2016).

Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1% jumlah tertinggi di wilayah pedesaan yaitu 37,8% dan terendah di wilayah perkotaan sebesar 36,4%. Sementara ditahun 2018 meningkat menjadi 48,9%. Jumlah tertinggi kasus anemia pada ibu hamil masih didominasi di wilayah pedesaan yaitu 49,5% dan diperkotaan sebesar 48,3%⁵.

Pada laporan kinerja instansi pemerintahan Provinsi Sumatera Selatan mentargetkan 47% ibu hamil anemia dengan capaian target 4.73%, yang artinya ada penurunan kejadian anemia pada ibu hamil. Data jumlah anemia pada ibu hamil di Kota Palembang sebanyak 1.993 ibu hamil dari 30.309 ibu hamil yang melakukan pemeriksaan haemoglobin. (LKIP Sumatera Selatan, 2023)

Faktor-faktor yang mempengaruhi kadar hemoglobin dalam kehamilan sangat bervariasi. Hoffbrand dan Moss (2005) dalam Sumiyarsi (2018) menyimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi kadar hemoglobin pada masa kehamilan dibagi menjadi beberapa kelompok faktor, yaitu faktor dasar (pengetahuan, pendidikan dan sosial budaya); faktor langsung (konsumsi tablet Fe, status gizi, penyakit infeksi dan perdarahan); dan faktor tidak langsung (usia, paritas, jarak kehamilan dan frekuensi ANC). Faktor usia, paritas dan jarak kehamilan merupakan faktor yang berkaitan dengan faktor risiko kehamilan risiko tinggi yang dikenal dengan istilah empat terlalu. Empat terlalu yang dimaksud yaitu terlalu muda untuk melahirkan (35 tahun), terlalu sering melahirkan (>3 anak) dan terlalu rapat jarak melahirkan (<2 tahun). Faktor-faktor tersebut dapat menyebabkan kehamilan yang semula normal menjadi tidak normal serta terjadi peningkatan risiko komplikasi dalam kehamilan, yang mana didalamnya termasuk anemia.

Berdasarkan uraian di atas untuk itu kami mengajukan usulan penelitian dengan judul Pemeriksaan Hb Dan Pemberian Tablet Fe Gratis Sebagai Upaya Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Di Posyandu Ogan Jaya.

MASALAH

Ibu hamil sangat rentan terhadap komplikasi pada kehamilan salah satunya adalah anemia. Anemia dalam kehamilan sebagian besar disebabkan oleh kekurangan zat besi yang dikarenakan kurangnya masukan unsur besi dalam makanan, atau karena terlampaui banyaknya besi keluar dari tubuh.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu dalam bentuk pemeriksaan kadar haemoglobin dan pembagian tablet fe kepada ibu hamil. Sasaran kegiatan adalah ibu hamil yang melakukan kunjungan posyandu sebanyak 12 orang. Peralatan yang digunakan adalah alat untuk memeriksa haemoglobin dan tablet fe. Tahapan kegiatan yang dilakukan yakni survei lokasi, perizinan kegiatan, kegiatan inti pemeriksaan haemoglobin dan pembagian tablet fe dan dokumentasi kegiatan. Kegiatan ini dilaksanakan di Posyandu Ogan Jaya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Posyandu ogan Jaya didapatkan dari 12 orang ibu hamil yang dilakukan pemeriksaan haemoglobin terdapat 7 orang yang kadar haemoglobinnnya normal dan 5 orang yang kadar haemoglobinnnya dalam kategori anemia ringan. Kadar haemoglobin yang rendah dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan ibu dan janin. Pemeriksaan kadar haemoglobin dilakukan untuk mengetahui kadar haemoglobin seseorang kemudian dapat dilakukan pencegahan apabila hasilnya rendah. Pemeriksaan haemoglobin pada ibu hamil seharusnya dilakukan

minimal dua kali, yaitu pada saat trimester I dan trimester III. Apabila ibu hamil memiliki kadar haemoglobin rendah, maka dilakukan pencegahan dengan pemberian Fe (Manuaba, 2017).

Ibu hamil yang datang ke Posyandu juga dibagikan tablet Fe sebanyak 10 tablet. Zat besi berfungsi sebagai pembentuk hemoglobin dan sistem pertahanan tubuh. Kebutuhan ibu hamil terhadap zat besi meningkat dua kali lipat dari kebutuhan sebelum hamil. Hal ini disebabkan adanya peningkatan volume darah hingga 50% akibat pengenceran darah untuk pembentukan plasenta dan janin. Ibu hamil yang mengonsumsi tablet Fe dapat meningkatkan kadar Hb. Namun, apabila ibu hamil tidak patuh mengonsumsi tablet Fe, maka risiko ibu mengalami anemia semakin tinggi¹⁷. Ibu hamil dianjurkan untuk minum minimal 90 tablet Fe selama hamil (Buku Kedokteran EGC dalam Ani, Dkk)

KESIMPULAN

Kesimpulan dari hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu diketahuinya kadar haemoglobin ibu hamil dan telah diberikannya tablet Fe secara gratis kepada ibu hamil. Diharapkan dengan kegiatan ini ibu-ibu hamil mengetahui kadar haemoglobin dan lebih memperhatikan asupan besi baik melalui pemenuhan nutrisi maupun konsumsi tablet Fe.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih sebanyak-banyaknya kepada pihak yang telah membantu dan memfasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Astutik, R. Y., & Ertiana, D. (2018). *Anemia Dalam Kehamilan*. CV. Pustaka Abadi.
- Ani, Luh Sari. *Anemia Defisiensi Besi : Masa Prahamil dan Hamil* Buku Saku. Jakarta : Buku Kedokteran EGC. 2013
- Cakmak, B.D., U.A. Turker, S. Oztas, M. Arik, and E. Ustunyurt. 2018. The Effect of First Trimester Hemoglobin Levels on Pregnancy Outcomes. *Turkish Journal of Obstetrics and Gynecology* 15(3):165-170
- Hariati, Alim, A., & Thamrin, A. I. (2019). Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. 1(1), 8–17. <https://doi.org/10.36590/jika>
- Manuaba, I.B.G, Chandranita Manuaba dan Fajar Manuaba. *Pengantar Kuliah Obstetri*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC. 2007
- Laia, T. J. 2019. Faktor yang Mempengaruhi Anemia pada Ibu Hamil di Klinik Siti Hajar Tahun 2019.
- Laporan Kinerja Instansi Pemerintahan (LKIP). 2023. Laporan Kinerja Instansi Pemerintahan (LKIP) provinsi Sumatera Selatan.
- Prawirohardjo S. 2016. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono 83 Prawirohardjo
- Proverawati, A. 2018. *Anemia dan Anemia Kehamilan*. Penerbit Buku Nuha Medika.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf – Diakses Juni 2024.
- Sumiyarsi, I., dkk. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III. *Placentum Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 6(2), 20–25.