

PENYULUHAN TENTANG KEPATUHAN IBU HAMIL DALAM MENGGONSUMSI TABLET FE

Dita Selvia Aditia¹, Septi Ristiyana², Iin Wahyuni³, Yuhelva Destri⁴

^{1,2,4} Program Kebidanan Program Diploma III STIKes Adila di Kota Bandar Lampung

³ Program Kebidanan Program Sarjana Universitas Aufo Royhan Padangsidempuan
(aditiaselvia@gmail.com; 082375770990)

ABSTRAK

Anemia pada kehamilan juga berhubungan dengan meningkatnya kesakitan ibu. Anemia karena defisiensi zat besi merupakan penyebab utama anemia pada ibu hamil dibandingkan dengan defisiensi zat gizi lain. Manfaat Mamfaat tablet Fe dalam kondisi kebutuhan zat besi tidak terpenuhi dari makanan, maka pilihan untuk memberikan zat besi guna mencegah atau menanggulangi anemia. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah bagaimana merubah cara pandang masyarakat mengenai mengkonsumsi Tablet Fe adalah suplemen zat gizi yang mengandung 60 mg besi elementar dan 0,25 mg asam folat (sesuai rekomendasi WHO). Peserta penyuluhan dalam kegiatan ini adalah ibu hamil karena peran ibu hamil sangat berpengaruh dalam usaha peningkatan derajat kesehatan dan upaya untuk menurunkan angka kematian pada ibu hamil, dan BBLR karena penyakit anemia pada ibu hamil. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan di Tiyuh Makarti Tulang Bawang Barat berupa penyampaian pentingnya kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet fe untuk mengurangi angka kejadian anemia pada ibu hamil.

Kata Kunci : Anemia, Tablet fe, ibu hamil.

ABSTRACT

Anemia in pregnancy is also associated with increased maternal morbidity. Anemia due to iron deficiency is the main cause of anemia in pregnant women compared to other nutritional deficiencies. Benefits The benefits of Fe tablets are in conditions where the need for iron is not met from food, so the choice is to provide iron to prevent or treat anemia. The purpose of this community service is how to change the public's perspective on consuming Fe tablets, which are nutritional supplements containing 60 mg of elemental iron and 0.25 mg of folic acid (according to WHO recommendations). Counseling participants in this activity were pregnant women because the role of pregnant women is very influential in efforts to improve health status and efforts to reduce mortality in pregnant women, and LBW due to anemia in pregnant women. The implementation of community service was carried out at Tiyuh Makarti Tulang Bawang Barat in the form of conveying the importance of pregnant women's compliance in consuming Fe tablets to reduce the incidence of anemia in pregnant women.

Keywords : Anemia, Fe tablets, Pregnant Women

1. PENDAHULUAN

Kehamilan adalah dikandungnya janin hasil pembuahan sel telur oleh sel sperma. Masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Lamanya hamil normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari pertama haid terakhir (Hanifa, 2008). Masalah yang sering dihadapi oleh ibu hamil adalah kejadian anemia yang masih tinggi. Badan kesehatan dunia (World Health Organization/WHO) melaporkan bahwa prevalensi ibu-ibu hamil yang mengalami defisiensi besi sekitar 35-75%, serta semakin meningkat seiring dengan pertambahan usia kehamilan.

Anemia adalah kondisi ibu dengan kadar haemoglobin (Hb) dalam darahnya kurang dari 12 gr%. Sedangkan anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar haemoglobin dibawah 11 gr% pada trimester I dan III atau kadar <10,5 gr% pada trimester II. Anemia dalam kehamilan yang disebabkan karena kekurangan zat besi.

Melalui penyuluhan yang dilakukan di Tiyuh Makarti Tulang Bawang Barat ini bertujuan untuk dapat mendukung dan memberikan pengetahuan kepada ibu hamil untuk dapat patuh dalam mengkonsumsi tablet fe dengan dosis yang ditentukan yaitu Pemberian preparat 60 mg/hari dapat menaikkan kadar Hb sebanyak 1 gr% perbulan. Saat ini program nasional menganjurkan kombinasi 60 mg zat besi dan 50 nanogram asam folat untuk profilaksis anemia (saifuddin, 2009). Pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini melalui pemaparan dan pengkajian ketepatan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet fe yang dilaksanakan secara mandiri dan dapat dilakukan secara berkesinambungan oleh seluruh pemangku kepentingan yang ada di lingkungan tersebut.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan ini di hadiri oleh 12 ibu hamil yang seluruhnya mendapatkan pendidikan terkait kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet fe. Adapun penyuluhan ini dilakukan pada:

Hari : Jumat
Tanggal : 16 April 2021
Tempat : di Tiyuh Makarti Tulang Bawang Barat
Pukul : 09.00 s/d selesai

Kegiatan ini melibatkan tim dalam penyuluhan terkait kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet fe yaitu: Septi Ristiyana, SST.,M.Kes, Iin Wahyuni, SST.,M.Tr.Keb., Yuhelva Destri, SKM.,M.Kes serta tim mahasiswa terdiri dari:

1. Ririn Novita Sari
2. Ramia Aprilia Widianti

Kegiatan penyuluhan ini terlaksana dengan sangat baik dan sesuai dengan jadwal kegiatan dan susunan acara sebagai berikut:

No	Jenis kegiatan	Alokasi Waktu
1	Persiapan	09.00 – 09.15
2	Pembukaan	09.15 – 09.30
3	Sosialisasi	09.30 – 10.00
4	Tanya jawab	10.00 – 10.30
5	Penutup	10.30 – 11.00

3 HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian hasil dan pembahasan menguraikan tentang kondisi saat kegiatan PKM berlangsung, hasil yang diperoleh dari pelaksanaan kegiatan PKM dan apakah terjadi perubahan sebelum dan setelah dilakukannya kegiatan PKM. Penulisan menggunakan Times New Roman, font 11 font dengan spasi 1. Paragraf diawali dengan kata yang menjorok ke dalam 5 digit dan tidak boleh menggunakan pengorganisasian penulisan ke dalam *sub-headings* untuk setiap variable.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Anemia adalah kondisi ibu dengan kadar haemoglobin (Hb) dalam darahnya kurang dari 12 gr%. Anemia dapat dicegah dengan mengkonsumsi makanan bergizi seimbang dengan asupan zat besi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh ibu selama masa kehamilan. Pelaksanaan kegiatan ini dihadiri oleh 12 ibu hamil dalam rangka Upaya pencegahan anemia pada ibu hamil melalui ketepatan mengkonsumsi tablet Fe. Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab antara ibu hamil dan pemateri terkait materi yang telah disampaikan.

Saran dalam kegiatan selanjutnya adalah perlu dilakukannya monitoring secara berkelanjutan terhadap kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet fe dengan melakukan pemeriksaan hb secara berkala sebagai bentuk penilaian pencapaian keberhasilan program pemerintah dalam menanggulangi anemia pada ibu hamil.

5. REFERENSI

Departemen Kesehatan RI. 2005. Program penanggulangan anemia gizi pada wanita hamil. Jakarta: Dirjen Binkesmas.

Depkes RI. 2007. Pedoman pemberian tablet besi-folat dan sirup besi bagi petugas. Jakarta: Direktorat Jenderal Pembinaan Kesehatan Masyarakat.

Saifuddin, Abdul Bari. 2009. "Ilmu Kebidanan". Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Wijaya, Y. 2007. Anemia Defisiensi Zat Besi.Surabaya : Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

Wiknjosastro, Hanifa. 2008. "Ilmu Kebidanan". Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Alwi, F., Setiawan, Asrizal. (2018). Quality of life of patients with wnd-stoma in Medan: A phenomenological study. *Belitung Nursing Journal*, 4(1), 8-12.

6. DOKUMENTASI KEGIATAN

