



Penyuluhan Pentingnya Tablet Fe Untuk Ibu Hamil Di Desa Pattalassang Kabupaten Bantaeng

Nelly Nugrawati¹, Ayu Wijaya², Siti Alfah³, Andi Muhammad Adam⁴, dan Nur Ekawati⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi DIII Kebidanan, STIKES Amanah Makassar, Makassar, Indonesia

E-mail : nellyamanah@gmail.com¹,
ayuwijayadam@gmail.com², sitialfah81@gmail.com³,
andimuhammadadam546@gmail.com⁴,
ekha.nurekawati@gmail.com⁵

Abstract

Anemia is one of the causes of maternal death. The prevalence of pregnant women in Indonesia is 37.1%. The low level of knowledge of pregnant women affects If pregnant women experience nutritional and iron deficiencies during pregnancy it will cause problems, both for the mother and the fetus they contain, namely anemia, bleeding, and the mother's weight does not increase normally. Lack of nutrition can also affect the delivery process which can lead to difficult and long labor, premature birth, bleeding after delivery, lack of nutrition can also affect fetal growth and can cause miscarriage, abortion, congenital defects and low birth weight of the fetus. Fe becomes limited and has an impact on the occurrence of iron deficiency. The better the knowledge of pregnant women, the better in absorbing information, especially about Fe tablets. If pregnant women experience a lack of nutrients and iron during pregnancy, it will cause problems, both for the mother and the fetus they contain, namely anemia, bleeding, and the mother's weight does not increase normally. Giving Fe tablets is one of the most effective prevention and control strategies for anemia in increasing hemoglobin levels and can reduce the prevalence of anemia in pregnant women by 20-25%. The method used is counseling. Counseling about Fe tablets is very effective in overcoming the side effects that are felt after consuming Fe tablets. The results of the service showed an increase in knowledge and compliance of pregnant women in consuming Fe tablets as an effort to prevent iron deficiency anemia in pregnant women.

Keywords: *Pregnant Women, Counseling, Fe Tablets.*

Abstrak

Anemia menjadi salah satu penyebab kematian ibu. Prevalensi pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1%. Tingkat pengetahuan ibu hamil yang rendah mempengaruhi Bila ibu hamil mengalami kekurangan nutrisi dan zat besi selama hamil akan menimbulkan masalah, baik pada ibu maupun janin yang dikandungnya yaitu anemia, perdarahan, berat badan ibu tidak bertambah secara normal. Kurang nutrisi juga dapat mempengaruhi proses persalinan dimana dapat mengakibatkan persalinan sulit dan lama, prematur, perdarahan setelah persalinan, kurang nutrisi juga dapat mempengaruhi pertumbuhan janin dan dapat menimbulkan keguguran, abortus, cacat bawaan dan berat janin bayi lahir rendah.penerimaan informasi sehingga penerimaan tentang tablet fe menjadi terbatas dan berdampak pada terjadinya defisiensi zat besi. Semakin baik pengetahuan ibu hamil, maka dalam menyerap informasi semakin baik khususnya tentang tablet Fe. Bila ibu hamil mengalami kekurangan nutrisi dan zat besi selama hamil akan menimbulkan masalah, baik pada ibu maupun janin yang dikandungnya yaitu anemia, perdarahan, berat badan ibu tidak bertambah secara normal. Pemberian tablet Fe merupakan salah satu strategi pencegahan dan penanggulangan anemia yang paling efektif meningkatkan kadar hemoglobin dan dapat menurunkan prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 20-25%. Metode yang digunakan adalah penyuluhan. Penyuluhan tentang tablet Fe sangat efektif untuk mengatasi efek samping yang dirasakan setelah mengkonsumsi tablet Fe. Hasil pengabdian terdapat peningkatan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe sebagai upaya pencegahan anemia defisiensi besi pada ibu hamil

Kata Kunci: Ibu Hamil, Penyuluhan, Tablet Fe.

A. PENDAHULUAN

Anemia adalah kondisi dimana sel darah merah menurun sehingga kapasitas daya angkut oksigen untuk kebutuhan organ-organ vital pada ibu dan janin menjadi berkurang. Selama kehamilan, indikasi anemia adalah jika konsentrasi hemoglobin kurang dari 10,50 sampai dengan 11,00 gr/dl (Lubis et.al., 2017). Kematian ibu merupakan indikator penting dalam kualitas pelayanan kesehatan. Anemia merupakan salah satu masalah gizi yang sering terjadi di dunia dan diderita lebih dari 600 juta manusia, perkiraan prevalensi anemia secara umum sekitar 51%. (Nivedita, 2016).

Menurut data World Health Organization (WHO, 2010), prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Berdasarkan hasil (Depkes Ri, 2017) ibu hamil mengalami resiko kekurangan energi kronis sehingga sebaiknya mendapat suplai makanan yang lebih banyak. Penyebab terbesar prevalensi jumlah penderita anemia di Indonesia sebesar 21,7% adalah kekurangan zat gizi yang dikarenakan rendahnya kadar zat besi pada penderita anemia. Menurut badan kesehatan dunia atau World Health Organization (WHO) bahwa prevalensi ibu hamil yang mengalami anemia defisiensi besi sekitar 35-37% semakin meningkat

seiring pertambahan usia kehamilan. Dan World Health Organization tahun 2017 melaporkan bahwa secara global prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia adalah 41,8%. Diketahui, prevalensi anemia pada ibu hamil di Asia sebesar 48,2% berdasarkan hasil riset kesehatan dasar angka kejadian anemia di Indonesia masih tinggi terdapat 37,1% ibu hamil yang anemia (World Health Organization, 2017)

Indonesia sebagai salah satu negara berkembang menempati urutan AKI tertinggi se-Asia Tenggara pada tahun 2014 yaitu 214 per 100.000 KH, diikuti dengan Philipina 170, Vietnam 160, Thailand 44, Brunei 60, dan Malaysia 39 per 100.000 KH. Tingginya angka kemaian ini menggambarkan masih rendahnya derajat kesehatan masyarakat dan berpotensi menyebabkan kemunduran ekonomi dan sosial level rumah tangga, komunitas, dan nasional.

Bila ibu hamil mengalami kekurangan nutrisi dan zat besi selama hamil akan menimbulkan masalah, baik pada ibu maupun janin yang dikandungnya yaitu anemia, perdarahan, berat badan ibu tidak bertambah secara normal. Kurang nutrisi juga dapat mempengaruhi proses persalinan dimana dapat mengakibatkan persalinan sulit dan lama, prematur, perdarahan setelah persalinan, kurang nutrisi juga dapat mempengaruhi pertumbuhan janin dan dapat

menimbulkan keguguran, abortus, cacat bawaan dan berat janin bayi lahir rendah.

Ibu hamil yang mengalami anemia meningkatkan resiko mengalami keguguran, melahirkan sebelum waktunya, bayi lahir dengan berat tidak normal, perdarahan serta pada waktu melahirkan dan pada anemia berat dapat menimbulkan kematian ibu dan bayi. Anemia merupakan salah satu faktor resiko perdarahan post partum (Oktaviani, 2018). Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia adalah melalui pemberian informasi atau pendidikan kesehatan dari tenaga kesehatan (Sukmawati et al, 2019). Pendidikan kesehatan merupakan suatu kegiatan atau usaha menyampaikan informasi kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu dengan harapan informasi tersebut dapat meningkatkan pengetahuan menjadi lebih baik.

Tingkatan anemia pada ibu hamil menurut Tarwoto (2017), terbagi atas 3 trimester, yaitu kadar Hb < 11 gr% pada trimester I (0-12 minggu), kadar Hb < 10,5 gr% pada trimester II (13-28 minggu) dan kadar Hb < 11 gr% pada Trimester III. Salah satu upaya untuk deteksi dini penyakit anemia pada ibu hamil adalah dengan melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb). Pemeriksaan Hb merupakan salah satu pemeriksaan yang paling sering dilakukan di instalasi kesehatan. Hal inilah yang membuat kami tertarik untuk melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin sebagai upaya deteksi dini anemia pada ibu hamil.

Zat besi merupakan mineral yang dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah (hemoglobin). Selain itu, zat besi juga berperan sebagai salah satu komponen dalam membentuk mioglobin, kolagen, serta enzim (Kemenkes RI, 2015).

Pemberian tablet Fe adalah salah satu strategi pencegahan dan penanggulangan anemia gizi yang paling efektif meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Upaya ini direkomendasikan secara universal di negara-negara berkembang. Sejak tahun 1970an, program pemberian tablet Fe telah dibuktikan hasilnya di beberapa negara, dengan pemberian tablet Fe dapat menurunkan prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 20-25% (Septiani, 2017).

Menurut Permenkes No. 88 Tahun 2014 tentang standar tablet tambah darah bagi wanita usia subur dan ibu hamil, bahwa untuk melindungi wanita usia subur dan ibu hamil dari kekurangan gizi dan mencegah terjadinya anemia gizi besi maka perlu mengonsumsi tablet tambah darah.

Tingkat pengetahuan ibu hamil yang rendah mempengaruhi penerimaan informasi sehingga penerimaan tentang tablet Fe menjadi terbatas dan berdampak pada terjadinya defisiensi zat besi. Semakin baik pengetahuan ibu hamil, maka dalam menyerap informasi semakin baik khususnya tentang tablet Fe. Hal ini berdampak pada kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe karena ibu hamil dapat mengetahui pengertian, manfaat, efek samping dan kandungan tablet Fe. Tingkat pengetahuan juga dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti tingkat pendidikan, pengalaman, dan pengaruh dari orang lain (Martini, 2017).

Pemberian informasi melalui kegiatan penyuluhan kesehatan tentang pemberian tablet Fe merupakan salah satu upaya promotif untuk meningkatkan pengetahuan tentang tablet Fe dan preventif untuk pencegahan anemia defisiensi besi sehingga meningkatkan tingkat kepatuhan ibu hamil untuk mengonsumsi tablet Fe. Berdasarkan penjelasan di atas maka penulis tertarik mengambil judul “Penyuluhan Pentingnya Tablet Fe pada Ibu Hamil” sebagai upaya untuk mencegah anemia pada ibu hamil.

B. PELAKSAAAN DAN METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, sesuai dengan tahapan sebagai berikut:

1. Peningkatan pengetahuan dengan pre tes awal
Dengan melakukan pengukuran diawal dengan melaksanakan pretest dengan tujuan pada tahap ini dilakukan penilaian pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya tablet Fe menggunakan instrumen kuesioner menggunakan pertanyaan sederhana
2. Pelaksanaan kegiatan pemberian materi.
Pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan menggunakan metode ceramah sebagai pengantar untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman kesehatan mengenai pentingnya pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil, diskusi/tanya jawab digunakan baik pada saat dilaksanakannya penyuluhan atau pada saat diakhiri kegiatan memungkinkan peserta mengemukakan hal-hal yang belum dimengerti.
3. Peningkatan pengetahuan dengan post tes dan evaluasi
Dengan melakukan pengukuran diawal dengan melakukan post test dengan tujuan pada tahap ini dilakukan penilaian akhir setelah diberikan pengetahuan pentingnya tablet Fe untuk pencegahan dan penatalaksanaan anemia pada ibu hamil menggunakan instrumen kuesioner dengan pertanyaan sederhana.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan tentang pentingnya tablet Fe untuk ibu hamil telah dilaksanakan di kantor desa Pattalassang kab. Bantaeng dan disambut baik oleh masyarakat khususnya ibu hamil yang belum mengetahui manfaat zat besi pada kehamilan, karena itu pelaksanaan kegiatan ini sangat direspon dan diserap dengan sangat baik oleh peserta. Kegiatan ini dilakukan karena masih banyak masyarakat khususnya ibu hamil yang belum paham akan manfaat dari suplemen zat besi ini.



Gambar 1. Peserta Penyuluhan



Gambar 2. Pemateri Penyuluhan Tablet Fe

Kegiatan ini dilaksanakan dengan melibatkan peran serta dosen dan mahasiswa STIKES Amanah Makassar. Penyuluhan dalam pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan metode ceramah untuk menjelaskan ide, pengertian secara lisan disertai dengan diskusi dan tanya jawab sehingga ibu memahami apa yang diberikan dan disampaikan. Selain itu materi yang diberikan ditampilkan melalui media leaflet yang berisi informasi penting tentang tablet Fe disertai gambar-gambar menarik sehingga ibu dapat dengan mudah menangkap informasi yang diberikan. Selama kegiatan penyuluhan berlangsung disertai dengan pembagian leaflet ibu-ibu sangat antusias mendengarkan dan memberikan respon yang baik selama diskusi.

Pada awal penyuluhan materi disampaikan terlebih dahulu oleh kordinator yang berlangsung selama ± 25 menit. Para ibu hamil mendengarkan penyuluhan sangat berantusias dalam mengajukan pertanyaan pada saat sesi tanya jawab berlangsung sehingga dapat lebih menghidupkan suasana dalam

penyuluhan ini. Setelah sesi pemaparan materi dan proses tanya jawab berakhir maka diakhiri dengan sesi evaluasi yang pada intinya ibu hamil dapat menerima dan mengerti tentang materi penyuluhan yang telah disampaikan.

Setelah dilakukan penyuluhan tentang tablet Fe tim melalui posttes didapatkan hasil 85,7% ibu hamil mengerti tentang pengetahuan Fe, manfaat Fe dan ibu hamil mampu menguraikan efek samping tablet Fe, ibu hamil mampu menginformasikan dosis yang dibutuhkan selama kehamilan, mampu menerangkan waktu dan cara mengkonsumsi tablet Fe. serta mampu menguraikan bahan-bahan makanan yang mengandung zat besi.

Penyuluhan tentang tablet Fe sangat efektif untuk mengatasi efek samping yang dirasakan setelah mengkonsumsi tablet Fe. Keterlibatan keluarga juga untuk meningkatkan kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi 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 mengkonsumsi tablet Fe sebagai upaya pencegahan anemia defisiensi besi pada ibu hamil.

Menurut (WHO) World Health Organization tahun 2017 melaporkan bahwa secara global prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia adalah 41,8%. Diketahui, prevalensi anemia pada ibu hamil di Asia sebesar 48,2% dan kejadian anemia saat hamil berkisar antara 20% sampai 89% dengan menetapkan Hb 11 gr % sebagai dasarnya. Angka anemia kehamilan di Indonesia menunjukkan nilai yang cukup tinggi. Namun kejadian anemia diperkirakan terjadi pada ibu hamil bila kadar hemoglobin 11g/dl atau kurang, di Inggris negara dengan kesehatan umum dan nutrisi yang dianggap meningkat, terdapat beberapa area yang tidak menganggap seorang wanita mengalami anemia sampai kadar hemoglobinya 10 g/dl kurang (World Health Organization, 2017).

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini seluruh ibu hamil di Desa Pattalassang Kab. Bantaeng sudah paham dan mau minum tablet Fe, sehingga dapat menurunkan kejadian anemia di wilayah ini. Dari cakupannya dapat dilihat seluruh ibu hamil yang telah diberi pengarahan tentang pentingnya tambahan tablet Fe pada saat mulai kehamilan trimester pertama sampai ibu nifas. Setelah dilakukan evaluasi ternyata banyak ibu yang paham dan terus melanjutkan minum tablet Fe selama masa kehamilannya. Dan alhamdulillah kegiatan ini berjalan dengan yang diharapkan.

Demikian juga hasil penelitian (Solehati et al., 2018), didapatkan bahwa pendidikan kesehatan tentang deteksi dini dan pencegahan anemia dalam upaya menurunkan AKI berpengaruh dalam meningkatkan tingkat pengetahuan kader kesehatan. Sehingga diharapkan peran sertakader dalam upaya pencegahan dan penanganan anemia memberikan dukungan terhadap ibu hamil untuk mencari solusi dalam upaya pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil di masyarakat

D. PENUTUP

Simpulan

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan melalui penyuluhan tentang tablet Fe kepada ibu hamil di kelas ibu hamil mampu meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan untuk mengkonsumsi tablet Fe dalam upaya pencegahan anemia defisiensi besi pada ibu hamil.

Penyuluhan kesehatan yang dilakukan pada para ibu hamil memberikan motivasi untuk memenuhi kebutuhan zat besi selama hamil dengan mengkonsumsi sayuran hijau yang tinggi zat besi..

Saran

Diharapkan bagi para ibu agar dapat meningkatkan dan menerapkan apa yang telah diberikan oleh petugas kesehatan kedalam kehiduannya terus menjaga kesehatan bayi dan dirinya.

Disarankan kepada instansi yang terkait untuk lebih mengoptimalkan peran tenaga kesehatan dalam memberikan penyuluhan secara rutin tentang tablet Fe pada ibu hamil sehingga ibu hamil mengetahui dan patuh untuk mengkonsumsi tablet Fe.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kami haturkan kepada kepala Pattalassang Kab. Bantaeng serta masyarakat desa pattalassang yang terlibat dalam kegiatan penyuluhan ini.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Carolin, B. T., & Novelia, S. (2021). Penyuluhan dan Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Sebagai Upaya Deteksi Dini Anemia Pada Ibu Hamil. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(1), 245-248.
- F. Rizki, D. Atmono, A. Widodo, and P. Wulandari, "Faktor Risiko Penyakit Anemia Gizi Besi pada Ibu Hamil di Jawa Timur Menggunakan Analisis Regresi Logistik," *J. Sains dan Seni ITS*, 2015.
- Gebreweld, A., & Tsegaye, A. (2018). Prevalence and Factors Associated with Anemia among Pregnant Women Attending Antenatal Clinic at St. Paul's Hospital Millennium Medical College, Addis

- Ababa, Ethiopia. *Advances in Hematology*, 2018. <https://doi.org/10.1155/2018/3942301>
- Nivedita K, Fatima SN. Knowledge, Attitude and Practices of Pregnant Women Regarding Anemia, Iron Rich Diet and Iron Supplements and Its Impact on Their Hemoglobin Levels. *Int J Reprod Contracept Obstet Gynecol*. 2016;5(2):425–31.
- Kamau M, Kimani S, Mirie W. Counselling on Iron and Folic Acid Supplementation (IFAS) is Associated with Improved Knowledge Among Pregnant Women in a Rural County of Kenya: A CrossSectional Study[version 1; referees: awaiting peer review]. *AAS Open Research*. 2018;21(1): 1–11.
- Kementerian Kesehatan RI. 2016. Profil Kesehatan Indonesia 2015. Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
- Khoiriah, A., & Latifah, L. (2020). PEMBERIAN TABLET ZAT BESI (FE) PADA IBU HAMIL DI POSYANDU MAWAR BERDURI RT 05 KELURAHAN TUAN KENTANG KECAMATAN JAKABARING KOTA PELEMBANG. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 2(1), 1-8.
- Lubis, Z., Jumirah, J., & Fitria, M. (2017). Chronic Energy Malnutrition and Anemia in Pregnant Women in Medan. <https://doi.org/10.2991/phico-16.2017.15>
- Martini S, Oktaviana D. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Tablet Fe dengan Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Fe. *Jurnal Kesehatan Stikes An-Nur Purwodadi*. 2017;6(2):22–9.
- Oktaviani, O., Rarome, M.J. 2019. Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil tentang Anemia pada Kehamilan dengan Media Video dan Lembar Balik. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*. 12(1):56-62. <http://dx.doi.org/10.26630/jkm.v12i1>.
- Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 88 Tahun 2014. Standar Tablet Tambah Darah Bagi Wanita Usia Subur Dan Ibu Hamil.
- Septiani W. Pelaksanaan Program Pemberian Tablet Zat Besi (Fe) pada Ibu Hamil. *JOMIS*. 2017;1(2):86–92.
- 1784Sukmawati, S., Mamuroh, L.,Nurhakim, F. 2019. Pengaruh Edukasi Pencegahan Dan Penanganan Anemia Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil. *Jurnal Keperawatan BSI*. 7(1):42-47. <https://doi.org/10.31311/jk.v7i1.4689>
- Supernova, F. (2022). PENYULUHAN ANEMIA DAN PEMBAGIAN TABLET Fe PADA IBU HAMIL DIPUKESMAS TABA DI LUBUK LINGGAU. *Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS): Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(1), 49-52.
- Surtimanah T, Noviyanti E, Meliyanti M. Differences of Family Support and Iron Tablets Consumed Post Pregnant Women Classes and Midwives Counseling. *IJPHRD*. 2019; 10(3): 999–1006