

Sosialisasi Pentingnya Tablet Fe Untuk Mencegah Anemia pada Kehamilan di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Jabi Kota Batam

Indah Mastikana^{1*}, Yulinda Laska², Erika Fariningsih³, Nurul Fajar Rina⁴

^{1,2,3,4}Program Studi D3 Kebidanan, Universitas Awal Bros, Indonesia.

indahmst2@gmail.com, yulinda2laska@gmail.com, rika_fn@yahoo.com, nurulfajarrina@gmail.com

Abstrak: Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan ilmu pengetahuan dan sikap dalam kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dalam upaya mencegah anemia pada kehamilan. Metode yang digunakan dalam pengabdian pada masyarakat ini adalah mensosialisasikan dalam bentuk penyuluhan tentang pentingnya tablet Fe secara rutin sebagai upaya mencegah terjadinya anemia dan mencegah terjadinya kasus kegawatdaruratan kehamilan akibat anemia, sekaligus melakukan pemeriksaan kadar Hemoglobin (Hb) secara langsung untuk mengetahui kondisi peserta saat ini. Peserta dalam kegiatan ini adalah seluruh ibu yang sedang hamil masuk trimester I, II, dan III sebanyak 15 orang. Evaluasi dari kegiatan ini adalah peserta dapat memahami materi yang disampaikan, terbukti peserta antusias bertanya dan bersedia dilakukan pemeriksaan kadar Hb secara langsung. Hasil dari kegiatan ini adalah terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap antusias peserta dengan mengikuti sosialisasi penyuluhan pentingnya mengkonsumsi tablet Fe dengan benar, dilihat dari hasil jawaban dari pertanyaan setelah dilakukannya penyuluhan didapatkan dengan peserta yang memiliki ilmu pengetahuan baik sebanyak 13 orang dari 15 orang. Berdasarkan hasil pemeriksaan Hb didapatkan 2 orang memiliki Hb <9 gr/dL. Sebagian besar para peserta berumur 25-33 tahun, dengan tingkat pendidikan terakhir di SMA, dengan seluruh para peserta yang hadir mayoritas sebagai ibu rumah tangga.

Kata kunci: Pengetahuan; Sikap; Tablet Fe; Pencegahan Anemia

Abstract: The purpose of this activity is to improve knowledge and attitudes in adherence to consuming Fe tablets in an effort to prevent anemia in pregnancy. The method used in this community service is to disseminate information in the form of counseling about the importance of Fe tablets on a regular basis as an effort to prevent anemia and prevent emergency pregnancy cases due to anemia, as well as to check Hemoglobin (Hb) levels directly to determine the current condition of participants. Participants in this activity were all 15 pregnant women entering the first, second, and third trimesters. The evaluation of this activity is that participants can understand the material presented, it is proven that participants are enthusiastic about asking questions and are willing to have their Hb levels checked directly. The result of this activity is that there is an increase in the knowledge and enthusiasm of the participants by participating in the socialization of the importance of consuming Fe tablets correctly, seen from the results of the answers to questions after the counseling were obtained with participants who have good knowledge as many as 13 people out of 15 people. Based on the results of the Hb examination, it was found that 2 people had Hb <9 g/dL. Most of the participants were aged 25-33 years, with the last education level in high school, with all participants attending the majority as housewives.

Keywords : Knowledge; Attitude; Fe Tablets; Anemia Prevention



Article History:

Received: 13-06-2022

Revised : 26-07-2022

Accepted: 28-07-2022

Online : 30-07-2022



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license

A. Pendahuluan

Kehamilan menjadi proses dan pengalaman yang membahagiakan bagi seorang wanita. Namun, beberapa kehamilan dapat mengakibatkan dampak bagi seorang wanita tersebut. Secara fisik ibu hamil akan merasakan letih, lemah, lesu, dan sebagainya, sehingga sering bergantung pada orang yang berada disekitarnya. Secara psikologis, ibu hamil akan merasakan kecemasan dengan kehamilannya. Ibu hamil juga dapat bersiko mengalami kasus anemia terutama pada anemia dengan kekurangan zat besi (Siswosuharjo & Chakrawati, 2010). Secara global prevalensi kasus anemia pada ibu hamil yang ada di seluruh dunia adalah sebesar 41,8 %. Prevalensi kasus anemia pada ibu hamil dapat diperkirakan di Asia sebesar 48,2 %, di Afrika sebesar 57,1 %, di Amerika sebesar 24,1 %, dan di Eropa sebesar 25,1 % (WHO, 2018).

Anemia adalah terjadinya penurunan pada kapasitas darah dalam membawa oksigen dikarenakan jumlah sel darah merah yang kurang dari normal. Anemia pada ibu hamil adalah kondisi dimana kadar hemoglobin berada di bawah 11gr/dL pada trimester I dan III, atau di bawah 10,5 gr/dL pada trimester II (Rizki, dkk 2018). Anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil disebabkan oleh karena ketidak patuhan pada ibu hamil untuk mengonsumsi tablet Fe, sehingga dapat mengakibatkan kurangnya penyerapan zat besi pada tubuh ibu (Khoiriah & Latifah, 2020).

Angka kejadian kasus anemia pada ibu hamil di Indonesia masih terbilang tinggi, 48,9% (Kemenkes, 2020). Kementerian Kesehatan menyampaikan agar ibu hamil dianjurkan untuk mengonsumsi paling sedikit 90 tablet Fe penambah darah selama proses kehamilan. Namun berdasarkan survei data nasional menunjukkan bahwa pemberian tablet Fe di Indonesia pada tahun 2018 ada 26,8% ibu hamil yang tidak mendapat tablet Fe penambah darah dan terdapat baru sekitar 73,2% ibu hamil yang mendapat tablet tambah darah. Dari jumlah 73,2% tersebut ada 24 dari 100 ibu hamil yang mendapatkan tablet Fe penambah darah \geq 90 butir (38,1%) dan 76 dari 100 ibu hamil mendapatkan tablet Fe penambah darah $<$ 90 butir (61,9%) (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2020). Kondisi anemia tersebut dapat meningkatkan resiko kematian ibu pada saat melahirkan, BBLR, infeksi, keguguran, dan bayi lahir prematur (Sudikno & Sandjaja, 2016).

Zat besi diproses secara alami diperoleh dari bahan makanan, jika manusia mengalami kekurangan pada zat besi maka dapat menyebabkan anemia pada gizi (Kementerian Kesehatan, 2018). Zat besi adalah mikroelemen yang esensial bagi tubuh dan dibutuhkan dalam proses pembentukan darah yaitu sintesis hemoglobin (Hb). Hemoglobin merupakan oksigen yang mengantarkan sel darah merah yang sangat penting bagi tubuh. Hemoglobin tersebut terdiri dari Fe (zat besi), protoporfirin dan globin. Fungsi zat besi tersebut adalah sebagai alat angkut oksigen dari paru-paru ke jaringan tubuh, sebagai alat angkut elektron di dalam sel, dan sebagai bagian terpadu berbagai reaksi enzim dalam jaringan tubuh. Zat besi tersebut diperoleh dari daging ayam maupun ikan, telur, kacang-kacangan dan sayuran hijau, serta beberapa jenis buah-buahan (Susiloningtyas, 2012).

Minimal pemberian 90 tablet Fe pada ibu hamil selama kehamilan merupakan salah satu indikator keberhasilan dalam mencegah anemia gizi besi pada ibu hamil. Pada tahun 2017 menerangkan bahwa sasaran ibu hamil yang ada di kota Batam yang akan mendapatkan tablet Fe 3 (90 tablet) sebanyak 31.75 jiwa, dan hasil yang dicapai untuk Fe 1 (30 tablet) sebesar 99,09% serta Fe 3 (90 tablet) sebanyak 91,92% (Dinas Kesehatan Kota Batam, 2018).

Berdasarkan hasil pengumpulan data yang dilakukan, ibu hamil tidak rutin mengonsumsi tablet Fe dikarenakan pengetahuannya kurang mengenai pentingnya mengonsumsi secara rutin tablet Fe dalam upaya mencegah anemia, dan juga dampak yang ditimbulkan apabila ibu hamil mengalami anemia.

Menyikapi hal ini, upaya promosi kesehatan dapat digalakkan dan dipromosikan tentang pentingnya konsumsi tablet Fe saat masa hamil, dan juga dampak dari anemia kepada ibu hamil dengan menganjurkan ibu untuk mengkonsumsi 90 tablet Fe secara rutin dan teratur serta mengatur pola nutrisi yang baik. Menjadikan tantangan bagi tenaga kesehatan untuk lebih bekerja keras dalam menciptakan perilaku hidup sehat kepada masyarakat dengan menumbuhkan kesadaran akan pentingnya mengkonsumsi secara teratur vitamin tablet Fe sebagai upaya pencegahan anemia bagi ibu hamil.

B. Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode penyuluhan pendidikan kesehatan pada masyarakat berupa materi tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe secara teratur dalam upaya mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil. Strategi dalam pelaksanaan kegiatan adalah peserta menunjukkan buku KIA pada petugas kesehatan, lalu dilanjutkan pengenalan di awal disertai dengan beberapa pertanyaan, kemudian dilanjutkan penyuluhan dengan memberikan materi dengan ceramah dan menggunakan media lembar *leaflet* atau lembar balik kertas lipat, kemudian sesi akhir penyampaian penyuluhan peserta diberikan kesempatan bertanya sebelum dilanjutkan pemberian tindakan pemeriksaan Hemoglobin (Hb).

Setelah diberikan pengenalan di awal sesi pembukaan penyuluhan materi, maka dilakukan pendokumentasian dan Komunikasi Informasi dan Edukasi, sebelum ibu pulang diberikan kembali beberapa pertanyaan yang diajukan secara langsung untuk mengukur pengetahuan dan evaluasi keberhasilan penyuluhan para peserta. Lokasi kegiatan ini dilaksanakan di Posyandu Permata Bandara Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Jabi di Kota Batam, dengan jumlah peserta 15 orang.

Tahap pelaksanaan kegiatan ini dimulai dengan sesi pengenalan terhadap fasilitator dan penyampaian maksud dan tujuan kegiatan, sesi materi membahas tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe secara teratur selama periode kehamilan, serta dampak dari anemia pada kehamilan, kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab, lalu dilakukan pemeriksaan *Hemoglobin* (Hb) peserta penyuluhan dibantu oleh pendamping fasilitator. Hasil dari Evaluasi kegiatan ini adalah memberikan pertanyaan kembali mengenai materi yang telah disampaikan secara langsung dan melihat langsung kemampuan peserta *pasca* pemberian penyuluhan.

C. Hasil dan Pembahasan

1. Tahap Persiapan

Melakukan rapat koordinasi bersama tim pada tanggal 05 April 2021, dengan hasil rapat dapat disepakati dengan melakukan studi pendahuluan terlebih dahulu dengan lahan instansi yang terkait, yaitu: Dinas Kesehatan Kota Batam, Puskesmas Kampung Jabi, dan Posyandu Permata Bandara. Setelah dilakukan studi pendahuluan dilanjutkan dengan dilakukan rapat bersama kembali untuk menyepakati persiapan yang dibutuhkan untuk penyuluhan dan pemeriksaan seperti adanya persiapan materi dan alat bahan serta media peraga. Kegiatan ini telah dibantu oleh tim penyuluhan dan kader untuk proses penyebaran informasi kepada masyarakat sekitar.

2. Tahap Implementasi

kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 19 Mei 2021, dengan melibatkan dosen, kader, dan para mahasiswa sebagai penanggungjawab dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Peserta yang mengikuti sejumlah 15 orang ibu hamil. Pada sesi penyampaian materi seluruh peserta mampu mengulang kembali pesan dari pemateri yang disampaikan, peserta terlihat

aktif dalam berdiskusi dan peserta juga aktif bertanya dan antusias mengikuti pemeriksaan *Hemoglobin* (Hb) secara langsung.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi hasil dari kegiatan ini adalah peserta dapat memahami materi dan bersedia dilakukannya pemeriksaan kadar *Hemoglobin* (Hb) dengan hasil 2 orang memiliki Hb <9 gr/dL, dari hasil jawaban dari pertanyaan setelah dilakukannya penyuluhan didapatkan peserta yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 13 orang dari 15 orang, peserta lebih aktif dalam bertanya dan mampu menjawab secara langsung. Sebagian besar peserta berusia 25-33 tahun, dengan pendidikan terakhir di SMA, dengan seluruh peserta merupakan ibu rumah tangga. Peserta dan para kader antusias dalam mengikuti kegiatan ini.

4. Tahap Kendala atau Masalah yang dihadapi

Selama proses kegiatan yang dilakukan dalam pengabdian kepada masyarakat ini dapat mempengaruhi beberapa faktor antara lain; sesi pertama dengan jumlah 10 orang dilakukan pada peserta yang datang terlebih dahulu, dan dilanjutkan pada sesi kedua dengan jumlah 5 orang, dengan adanya perulangan dalam menyampaikan materi dan tanya jawab kepada peserta karena adanya penambahan peserta berikutnya, serta pada sesi akhir dilakukan evaluasi yang dilaksanakan secara langsung. Meskipun peningkatan ilmu pengetahuan pada ibu sebagian besarnya adalah baik mengenai pentingnya mengonsumsi tablet Fe secara rutin saat hamil, namun harus tetap diberikan motivasi dan penyuluhan pada ibu agar mempunyai tanggungjawab dengan kesehatannya. Kemudian kendala dari faktor-faktor internal dan eksternal sehingga belum adanya dukungan dari tenaga kesehatan untuk menggalakkan kegiatan ini dan kurangnya dukungan keluarga sebelumnya sehingga ibu belum terlalu paham betapa pentingnya mengonsumsi tablet Fe secara rutin saat hamil sebagai upaya pencegahan anemia pada kehamilan. Hal ini merupakan kendala dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di pelayanan kesehatan wilayah setempat.

Dokumentasi Kegiatan:



Gambar 1: Kegiatan Saat Pelaksanaan Penyuluhan



Gambar 2. Kegiatan Pemeriksaan Hemoglobin (Hb)



Gambar 3. Dokumentasi Bersama; mahasiswa, dosen, kader dan Petugas Kesehatan

D. Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan dari hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bahwa dengan adanya pemberian penyuluhan tentang pentingnya mengkonsumsi vitamin tablet Fe secara rutin untuk pencegahan anemia pada kehamilan ini dapat menambahkan dan meningkatkan pengetahuan bagi ibu hamil yang ada di Posyandu Permata Bandara di lingkungan wilayah kerja Puskesmas Kampung Jabi Kota Batam, dengan dibuktikannya hasil dari jawaban dari pertanyaan setelah dilakukannya penyuluhan di akhir kegiatan peserta lebih aktif dan berpengetahuan baik. Dengan demikian dapat kita simpulkan bahwa ilmu pengetahuan ibu hamil mengalami peningkatan dari yang tidak tau menjadi tau akan pentingnya mengkonsumsi tablet Fe untuk mencegah anemia pada kehamilan ibu. Hal ini menjadikan perubahan pada sikap ibu yang semakin antusias dan peduli dengan kesehatannya selama hamil.

Saran dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah agar masyarakat peduli terhadap kesehatannya dengan mencari informasi dan aktif dalam kegiatan posyandu setempat serta para tenaga kesehatan lebih berkoordinasi kembali dengan kader-kader yang ada dengan melibatkan *stakeholder* di wilayah setempat didalam segala proses kegiatan yang diadakan di posyandu dan puskesmas Kampung Jabi tersebut, dengan harapan ibu hamil dapat di berikan penyuluhan disetiap kunjungan dengan topic berbeda dan kegiatan berbeda seperti pemeriksaan Hb gratis untuk ibu hamil, kegiatan ini dapat diberikan disetiap kunjungan yang mana kegiatan ini dapat menjadi motivasi dan dukungan kepada ibu hamil untuk aktif dalam menggalakkan program pemberian 90 tablet Fe selama kehamilan dalam kegiatan posyandu. Dengan hal ini akan berdampak positif dengan mendapatkannya pemeriksaan kesehatan rutin dan mendapatkan informasi seputar kesehatan, juga menjadikan program pemerintah dapat tercapai dengan maksimal serta menjadikan keluarga yang sejahtera baik untuk kesehatan ibu dan janinnya.

Ucapan Terima Kasih

Tim penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang banyak membantu dalam kelancaran pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat ini di Posyandu Permata Bandara dan wilayah kerja Puskesmas Kampung Jabi Kota Batam serta seluruh segenap civitas akademika Universitas Awal Bros dan Yayasan Awal Bros Bangun Bangsa.

Referensi

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (n.d.). Riset nasional Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. In *Badan Litbangkes Kementerian Kesehatan Ri*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-nasional/%0Ahttps://www.litbang.kemkes.go.id/riset-nasional-badan-litbangkes/>
- Dinas Kesehatan Kota Batam. (2018). *Profil Kesehatan Kota Batam*. Dinas Kesehatan Kota Batam.
- Kemenkes. (2020). Health Statistics (Health Information System). In *Short Textbook of Preventive and Social Medicine*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://doi.org/10.5005/jp/books/11257_5

- Kementrian Kesehatan. (2018). Pentingnya Konsumsi Tablet Fe Bagi Ibu Hamil. In *Kementrian Kesehatan Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat* (p. 1). <http://promkes.kemkes.go.id/pentingnya-konsumsi-tablet-fe-bagi-ibu-hamil>
- Khoiriah, A., & Latifah. (2020). Pemberian Tablet Zat Besi (Fe) Pada Ibu Hamil Di Posyandu Mawar Berduri Rt 05 Kelurahan Tuan Kentang Kecamatan Jakabaring Kota Palembang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 2(1), 1–8. <http://103.97.100.145/index.php/JPMK/article/view/5360/4698>
- Rizki, F., Lipoeto, N. I., & Ali, H. (2018). Hubungan Suplementasi Tablet Fe dengan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Air Dingin Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(3), 502. <https://doi.org/10.25077/jka.v6.i3.p502-506.2017>
- Siswosuharjo, S., & Chakrawati, F. (2010). *Panduan Super Lengkap HAMIL SEHAT* (p. 144). Penebar Plus. https://books.google.dj/books?id=VRNAve_ZoXcC&printsec=frontcover&hl=id&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Sudikno, S., & Sandjaja, S. (2016). Prevalensi Dan Faktor Risiko Anemia Pada Wanita Usia Subur Di Rumah Tangga Miskin Di Kabupaten Tasikmalaya Dan Ciamis, Provinsi Jawa Barat. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(2), 71–82. <https://doi.org/10.22435/kespro.v7i2.4909.71-82>
- Susiloningtyas, I. (2012). PEMBERIAN ZAT BESI (Fe) DALAM KEHAMILAN Oleh : Is Susiloningtyas. *Majalah Ilmiah Sultan Agung*, 50, 128.
- WHO. (2018). WHO | Intermittent iron and folic acid supplementation in menstruating women. In *WHO | Intermittent iron and folic acid supplementation in menstruating women*. http://www.who.int/nutrition/publications/micronutrients/guidelines/guideline_iron_folicacid_suppl_women/en/