

Deteksi Dini Anemia Pada Ibu Hamil Dan Edukasi Mengenai Konsumsi Madu Dalam Mencegah Anemia Dalam Kehamilan

Dewi Murtiningsih¹, Satiyem²

^{1,2}Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Surakarta

e-mail: dewimurtiningsih10@gmail.com

Abstract

Anemia in pregnancy is a condition where the mother has a hemoglobin (Hb) level < 11 gr/dl in the first and third trimesters, while in the second trimester the hemoglobin level is < 10.5 gr/dl. The prevalence of anemia in pregnant women is 14% in developed countries and 51% in developing countries. The impact of anemia can cause abortion, immature/premature parturition, disruption of the birth process (bleeding), postpartum disorders (less resistance to infection and stress, low breast milk production), and disruption of the fetus and even death. The method used is to carry out early detection and direct health education to pregnant women. Health education and early detection of anemia was carried out at the Jogosestran village hall and Kalikoten Klaten subdistrict and was attended by 25 pregnant women. The media used were leaflets, power points, hemoglobin check tools, honey and sound. The result of early detection of anemia in pregnancy is that the average maternal hemoglobin level is 10.724 gr/dl, and from the results of health education regarding honey consumption in preventing pregnancy anemia, there is an increase in pregnant women's knowledge about preventing anemia in pregnancy, one of which is by consuming honey. Apart of that, pregnant women can also communicate and share experiences with each other during pregnancy.

Keywords: Early detection, education, honey, pregnancy anemia

Abstrak

Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar Hemoglobin (Hb) < 11 gr/dl pada trimester I dan III sedangkan pada trimester II kadar hemoglobin < 10,5 gr/dl. Prevalensi anemia pada ibu hamil adalah 14% di negara maju dan 51% di negara berkembang. Dampak anemia dapat mengakibatkan terjadinya abortus, partus imatur/prematur, dan gangguan proses persalinan (perdarahan), gangguan pada masa nifas (daya tahan terhadap infeksi dan stres kurang, produksi ASI rendah), dan gangguan pada janin hingga kematian. Metode yang digunakan adalah dengan melaksanakan deteksi dini dan edukasi kesehatan secara langsung kepada ibu hamil. Edukasi kesehatan dan deteksi dini anemia dilaksanakan di balai desa Jogosestran dan Kecamatan kalikoten Klaten dan diikuti oleh 25 orang ibu hamil. Media yang digunakan adalah leaflet, power point, alat cek hemoglobin, madu dan sound. Hasil dari deteksi dini anemia dalam kehamilan ini adalah rata-rata kadar hemoglobin ibu adalah 10,7 gr/dl, dan dari hasil edukasi Kesehatan mengenai konsumsi madu dalam mencegah anemia kehamilan adalah terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan anemia dalam kehamilan salah satunya adalah dengan mengonsumsi madu. Selain itu, ibu hamil juga dapat berkomunikasi dan saling berbagi pengalaman selama masa kehamilan.

Kata kunci: Deteksi dini, edukasi, madu, anemia kehamilan

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah sebuah proses yang terjadi Ketika terjadi pertemuan antara sel sperma dengan ovum dan akhirnya terjadi konsepsi yang terjadi hingga lahirnya janin, lamanya kehamilan normal adalah 280 hari atau 40 minggu dimulai dari haid pertama haid terakhir (HPHT) (Wiknosastro, 2017). Dalam masa kehamilan, harus selalu dijaga agar kehamilan dapat berlangsung secara normal dan lancar. Penyebab tertinggi kematian ibu disebabkan adanya perdarahan. Penyebab utama perdarahan adalah anemia selama kehamilan (Luh, 2022). Anemia dalam kehamilan yaitu kondisi ibu dengan kadar Hemoglobin (Hb) < 11 gr/dl pada trimester I dan III sedangkan pada trimester II kadar hemoglobin < 10,5 gr/dl (Bobak, 2005; Manuaba, 2010). Prevalensi anemia pada ibu hamil menurut data Riskesdas tahun 2018 adalah sebesar 48.9%, hal ini mengalami peningkatan dari tahun 2013 yang semula 37.1% (Riskesdas, 2018).

Anemia menyebabkan kemampuan jasmani menurun dikarenakan sel-sel tubuh tidak cukup untuk mendapat pasokan oksigen. Pada wanita hamil, anemia meningkatkan risiko terjadinya komplikasi pada kehamilan dan pada persalinan, risiko kematian maternal, angka prematuritas, berat badan bayi lahir rendah, serta peningkatan angka kematian perinatal. Dampak anemia pada kehamilan berbeda-beda, mulai keluhan yang ringan hingga terjadinya gangguan pada kehamilan seperti : abortus, partus imatur/prematur, gangguan proses persalinan (perdarahan), gangguan masa nifas (daya tahan terhadap infeksi dan stres kurang, produksi ASI rendah), dan gangguan pada janin (abortus, dismaturitas, mikrosomi, cacat bawaan, BBLR, kematian perinatal, dan lain-lain)(Irianto, 2014; Melku, 2014).

Hasil Riskesdas tahun 2018 menyatakan bahwa di Indonesia sebesar 48,9% ibu hamil mengalami anemia. Sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun. Untuk mencegah anemia setiap ibu hamil harus mendapatkan tablet tambah darah (TTD) minimal 90 tablet selama periode kehamilan (Kemenkes RI, 2018). Pencegahan pada ibu hamil dapat dilakukan dengan memenuhi kebutuhan zat besi. Selain itu dengan menu makanan seimbang. Makanan yang kaya akan zat besi diantaranya daging merah, sayuran berdaun hijau sereal dengan kandungan zat besi yang dibutuhkan tubuh, kacang-kacangan dan telur. Selain itu dukung juga dengan vitamin C yang baik untuk mendapat menyerap lebih banyak zat besi, mengkonsumsi sari kurma, sayuran dan buah. Salah satu upaya yang bisa dilakukan ibu hamil agar terhindar dari adalah mengkonsumsi bahan makanan mengandung

senyawa yang dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin, salah satunya adalah madu. Pada ibu hamil anemia rendah, madu berfungsi sebagai antibiotik, antifungal (dermatophytes dan candidiasis), antivirus, antioksidan, dan penyembuhan penyakit kardiovaskular, selain itu juga berkhasiat menghasilkan energy, meningkatkan daya tahan tubuh dan meningkatkan stamina. Madu juga mengandung magnesium dan zat besi, hal inilah yang menyebabkan madu dapat mencegah terjadinya anemia (Khan, 2018).

Dampak dan bahaya dari anemia dalam kehamilan sangat besar, maka bagi ibu hamil perlu adanya pemberian informasi agar ibu hamil lebih sadar dan berdaya dalam dirinya untuk lebih memahami kandungan makanan apa saja yang dapat membantu mencegah terjadinya anemia. Strategi untuk mencegah anemia pada ibu hamil, salah satunya dengan memberikan pendidikan kesehatan (edukasi). Selain itu, bagi ibu hamil juga perlu dilakukan skrining sebagai deteksi dini terjadinya anemia dengan melakukan pemeriksaan kadar Hb dan meningkatkan upaya untuk pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil di masyarakat. Maka untuk mendukung meningkatkan pemberdayaan ibu hamil dalam mencedagh anemia, akan dilaksanakan pengabdian masyarakat dengan melakukan deteksi dini anemia dalam kehamilan dan edukasi mengenai pentingnya madu dalam mencegah anemia

METODOLOGI

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Balai Desa Jogosestran kecamatan kalikotes. Dimulai dari registrasi dan presensi dilanjutkan dengan pemeriksaan kesehatan ibu hamil meliputi pemeriksaan kadar hemoglobin. Setelah itu peserta duduk dan dilanjutkan pembagian booklet (Buku saku) materi sambil menunggu kehadiran lengkap. Setelah peserta datang dilakukan edukasi dan penyuluhan mengenai deteksi dini anemia dan edukasi mengenai madu sebagai pencegahan anemia ibu hamil. Media yang digunakan adalah leaflet, power point, alat cek hemoglobin, madu dan sound. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dimulai dengan:

- 1) Mengajukan ijin melakukan pengabdian kepada masyarakat di wilayah puskesmas Kalikotes Klaten
- 2) Menyiapkan media deteksi dini anemia dan edukasi kesehatan
- 3) Berkoordinasi dengan pihak wilayah
- 4) Memberikan undangan kepada ibu hamil

- 5) Pada hari pelaksanaan penyuluhan:
- a. Pembukaan
 - b. Pengisian daftar hadir
 - c. Penyampaian maksud tujuan
 - d. Pre test
 - e. Pemeriksaan ANC
 - f. Pemeriksaan Kadar Hb
 - g. Pengantar mengenai kehamilan
 - h. Edukasi mengenai anemia
 - i. Edukasi mengenai madu sebagai pencegah anemia
 - j. Post test
 - k. Melakukan monitoring dan evaluasi
 - l. Penutup

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berlangsung dengan lancar. Kegiatan ini diikuti oleh 25 orang ibu hamil di wilayah puskesmas Kalikotes Klaten. Pengetahuan Ibu mengenai deteksi dini dan tanda anemia dalam kehamilan pada ibu hamil sangatlah penting untuk mendeteksi dini terjadinya tanda bahaya pada ibu hamil salah satunya anemia yang dapat menyebabkan persarahan. Jika setiap ibu hamil paham mengenai tanda anemia kehamilan maka ibu akan berusaha melakukan deteksi dini, dan akan berupaya untuk mencegah anemia dalam kehamilannya salah satunya dengan minum suplemen tablet tambah darah atau mengkonsumsi makanan yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin (Kadir, 2019). Dan jika setelah deteksi dini ibu memiliki kadar hemoglobin yang rendah atau anemia maka ibu dapat segera mendapatkan intervensi yang tepat dan mendapat pertolongan untuk menangani tanda anemia itu sendiri sehingga tidak akan terjadi komplikasi atau kegawatan dan dapat ditangani dengan tepat. Dari hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan maka didapatkan hamil nilai kadar hemoglobin ibu hamil rata-rata 10, 7 gram/dl, kondisi ini bisa dikatakan dalam kategori anemia ringan. Maka perlu adanya upaya dalam penanganan anemia ringan

agar tidak berlanjut menjadi anemia berat dan komplikasi.

Tabel 1. Rata-rata pengetahuan

	<i>Pretest</i>	<i>Post Test</i>
<i>Mean</i>	70,5	88,1

Dari hasil pretest dan post test yang dilakukan setelah pengabdian masyarakat ini didapatkan nilai pretest rata-rata adalah 70,5 dan setelah diberi penyuluhan/edukasi nilai post test meningkat menjadi 88,1. Dengan pengetahuan dan deteksi dini mengenai adanya anemia pada ibu hamil maka akan muncul sikap positif dan perilaku yang baik sehingga komplikasi pada kehamilan dapat turun dan menurunkan angka kematian ibu (AKI) dan angka kematian bayi (AKB).

Dalam menangani anemia dalam kehamilan, perlu dilakukan deteksi lebih dini mengenai kadar hemoglobin dalam darah ibu hamil. Ibu hamil yang kadar hemoglobin normal maupun anemia, tetap harus dilakukan upaya agar kadar hemoglobin selalu normal selama kehamilan (Astuti, 2018). Salah satunya yaitu dengan menyiapkan dan mengkonsumsi bahan makanan juga senyawa yang dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah ibu hamil yang salah satunya adalah madu (Yuliarti, 2015). Beberapa penelitian menyebutkan bahwa madu merupakan bahan atau senyawa yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah. Beberapa penelitian juga menyebutkan bahwa ibu hamil yang mengkonsumsi madu dikombinasikan dengan tablet tambah darah berpengaruh signifikan terhadap kenaikan kadar hemoglobin yang lebih besar jika dibandingkan dengan hanya mengkonsumsi tablet tambah darah saja (Islamiyah, 2017; Ahmady, 2021).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh ibu hamil agar terhindar dari anemia atau upaya jika ibu hamil mengalami anemia adalah mengkonsumsi bahan makanan yang mengandung senyawa yang dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin, salah satunya adalah madu. Pada ibu hamil anemia rendah, madu berfungsi sebagai antibiotik, antifungal (dermatophytes¹⁴ dan candidiasis), antivirus, antioksidan, dan penyembuhan penyakit kardiovaskular, selain itu juga berkhasiat menghasilkan energy, meningkatkan daya tahan tubuh dan meningkatkan stamina. Madu juga mengandung magnesium dan zat besi, hal inilah yang menyebabkan madu dapat mencegah terjadinya anemia (Wulandari, 2015; Khan, 2018)

Madu adalah cairan kental yang dihasilkan oleh lebah madu dari berbagai macam sumber nektar. Madu digunakan sebagai terapi penyakit seperti penyembuhan luka yang telah banyak digunakan diberbagai negara antara lain di negara China dan India (Bogdanov S, et.al. 2015). Selain ibu harus mencegah anemia dengan mengkonsumsi senyawa atau bahan seperti madu, maka pada ibu hamil juga perlu dilakukan upaya pemeriksaan kadar hemodlobin sebagai upaya untuk deteksi dini terjadinya anemia, jika ibu mengetahui kadar hemglobinnya, maka diharapkan ibu lebih mau memberdayakan diri jika ternyata terjadi anemia dan bersedia melakukan upaya terbaik untuk menangani anemia tersebut.



Gambar 1. Pemeriksaan kadar hemoglobin



Gambar 2. Proses pemaparan materi edukasi kesehatan



Gambar 3 Dokumentasi akhir pengabdian

KESIMPULAN

Dari hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan maka didapatkan hasil nilai kadar hemoglobin ibu hamil di desa Jogosetran rata-rata 10,7 gram/dl, kondisi ini bisa dikatakan dalam kategori anemia ringan. Dari hasil evaluasi, setelah dilakukan edukasi Kesehatan mengenai pencegahan anemia salah satunya dengan madu maka didapatkan hasil ada peningkatan pengetahuan ibu pada nilai pretest dan nilai post test. Dengan pengetahuan dan deteksi dini mengenai adanya anemia pada ibu hamil maka akan muncul sikap positif dan perilaku yang baik sehingga komplikasi pada kehamilan dapat turun dan menurunkan angka kematian ibu (AKI) dan angka kematian bayi (AKB).

Hendaknya setiap ibu hamil dan masyarakat mengetahui mengenai apa saja tanda anemia dalam kehamilan, mengetahui dampak atau komplikasi yang dapat terjadi jika terjadi anemia kehamilan, serta ibu hamil dapat mendeteksi dini tanda anemia kehamilan sehingga jika terjadi tanda bahaya dapat segera melakukan rujukan ke puskesmas atau klinik agar segera dapat ditangani. Selain itu ibu juga diharapkan selalu memenuhi gizi yang baik dalam menjaga kehamilannya sehingga anemia dapat dicegah, juga senantiasa mengkonsumsi bahan makanan yang mengandung kandungan vitamin c atau yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah salah satunya madu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada masyarakat dan pimpinan puskesmas kalikotes yang telah memberikan izin dan memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmady (2021). Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia dengan Kombinasi Pemberian Tablet Fe dan Madu ISSN 2086-7751 (Print), ISSN 2548-5695 (Online)
- Bobak dkk. (2005) Buku Ajar keperawatan maternitas. Edisi 4. Jakarta: EGC
- Manuaba, IAC., I Bagus, dan IB Gde (2010) Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB untuk Pendidikan Bidan. Edisi kedua. Jakarta: EGC
- Fisher, A. L. (2020). The Physiology and Pathology of Iron in Pregnancy. University of California. <https://escholarship.org/uc/item/0th2s0ss>
- Islamiyah, N. (2017). Pengaruh Madu Terhadap Kadar Hemoglobin Remaja Putri Kelas X

- Yang Mengalami Anemia di SMKN 01 Mempawah Hilir. *Jurnal ProNers*, 3(1)
- Irianto, Koes (2014) *Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi (Balance Nutrition in Reproductive Health)*. Bandung: ALFABETA
- Kadir, S. (2019). Faktor Penyebab Anemia Defisiensi Besi Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Bongo Nol Kabupaten Boalemo. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 1(2), 54-63.
- Khan, S. U., Anjum, S. I., Rahman, K., Ansari, M. J., Khan, W. U., Kamal, S., Khan, H. U. (2018). Honey: Single Food Stuff Comprises Many Drugs. *Saudi Journal of Biological Sciences*, 25(2), 320-325. <http://doi.org/10.1016/j.sjbs.2017.08.004>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018) *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI. 2018
- Luh Putu Sri (2022) *Penyuluhan Anemia dan Pemeriksaan Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Labuhan Sumbawa*.1(3):349–354. [View at Publisher] [Google Scholar]
- Mutiarasari, D. (2019). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamildi Puskesmas Tinggede. *Healthy Tadolako Journal (Jurnal Kesehatan Tadolako)*, 5(2), 42-48.
- Notoatmodjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Sulistyaningsih, Y. (2017). Penatalaksanaan Pendidikan Kesehatan Diit Anemia Ibu Hamil Dengan Masalah Ketidakseimbangan Nutrisi Kurang Dari Kebutuhan Tubuh. *IJMS-Indonesian Journal on Medical Science*, 4
- Riskesdas. (2018). *Laporan Data Riskesdas tentang ibu hamil yang anemia pada 2018*. Jakarta : Resdiskes
- Wulandari, P. (2015). Honey to Prevent Iron Deficiency Anemia in Pregnancy. *Majority*, 4(3), 90-95.
- Yuli Astuti dan Dewi. (2018). *Anemia dalam Kehamilan*. Jawa Timur : CV.Pustaka Abadi.
- Yuliarti, Nurheti.(2015). *Khasiat Madu untuk Kesehatan dan Kecantikan*. Yogyakarta : Publishin
- .