

**PENERAPAN PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG ANEMIA UNTUK
MENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PURWOSARI METRO TAHUN 2022**

**IMPLEMENTATION OF HEALTH EDUCATION ABOUT ANEMIA TO IMPROVE
KNOWLEDGE OF PREGNANT WOMEN IN THE WORK AREA
PUSKESMAS PURWOSARI METRO IN 2022**

Vera Dwi Yanti¹, Nia Risa Dewi², Senja Atika Sari³

^{1,2,3}Akademi Keperawatan Dharma Wacana Metro

Email: veradwiy12@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 terlampaui 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. Tujuan penerapan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia melalui pendidikan kesehatan. Rancangan karya tulis ilmiah menggunakan desain studi kasus (*case study*). Analisa data dilakukan menggunakan analisis deskriptif. Hasil penerapan menunjukkan bahwa setelah dilakukan pendidikan kesehatan terjadi peningkatan tingkat pengetahuan menjadi kategori pengetahuan cukup kedua subyek mampu menjawab 15 dari 15 kuesioner (100%). Bagi ibu hamil, diharapkan dapat mewaspadaai tentang tanda anemia pada kehamilan yang sudah penulis ajarkan sehingga ibu hamil dapat mencari pertolongan sesegera mungkin apabila muncul tanda anemia pada kehamilan.

Kata Kunci : Anemia Kehamilan, Ibu Hamil, Pendidikan Kesehatan.

ABSTRACT

Pregnant women are very susceptible to complications in pregnancy, one of which is anemia. Anemia in pregnancy is mostly caused by iron deficiency due to insufficient intake of iron elements in the diet, or due to too much iron leaving the body, for example in bleeding. The incidence of anemia in pregnant women can be reduced in various ways, one of which is to provide health education to pregnant women about anemia in pregnancy. The purpose of this application is to increase the knowledge of pregnant women about anemia in pregnancy through health education. The design of scientific papers uses a case study design. Data analysis was carried out using descriptive analysis. The results of the application showed that after health education there was an increase in the level of knowledge into the category of sufficient knowledge, both subjects were able to answer 15 out of 15 questionnaires (100%). For pregnant women, it is expected to be aware of the signs of anemia in pregnancy that the authors have taught so that pregnant women can seek help as soon as possible if signs of anemia appear in pregnancy.

Keywords : Pregnancy Anemia, Pregnant Women, Health Education.

PENDAHULUAN

Anemia adalah jika kadar hemoglobin <11 gr/dl pada trimester I dan III, atau jika kadar hemoglobin $<10,5$ gr/dl pada trimester II¹.

Anemia dalam kehamilan sebagian besar disebabkan oleh kekurangan zat besi yang dikarenakan kurangnya masukan unsur besi dalam makanan, gangguan reabsorpsi, gangguan penggunaan, atau karena terlampaui banyaknya besi keluar dari tubuh, misalnya pada perdarahan. Selain disebabkan oleh defisiensi besi, kemungkinan dasar penyebab anemia adalah kehilangan darah atau perdarahan kronik, gizi yang buruk misalnya pada gangguan penyerapan protein dan zat besi oleh usus, gangguan pembentukan eritrosit oleh sumsum tulang belakang².

Anemia pada ibu hamil memiliki dampak kesehatan terhadap ibu dan anak dalam kandungan, antara lain meningkatkan risiko bayi dengan berat lahir rendah, keguguran, kelahiran prematur dan kematian pada ibu dan bayi baru lahir. Ibu hamil dengan kadar Hb <10 g/dl mempunyai risiko 2,25 kali lebih tinggi untuk melahirkan bayi BBLR, sedangkan ibu hamil dengan anemia berat mempunyai risiko melahirkan bayi BBLR 4,2 kali lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang tidak anemia berat. Risiko kematian ibu meningkat 3,5 kali pada ibu hamil yang menderita anemia³.

Angka prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia adalah 43,9%. Prevalensi anemia pada ibu hamil diperkirakan di Asia sebesar 49,4%, Afrika 59,1%, Amerika 28,2% dan Eropa 26,1%. Di negara-negara berkembang ada sekitar 40% kematian ibu berkaitan dengan anemia dalam kehamilan⁴.

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.

Terjadinya anemia pada kehamilan dapat dipengaruhi oleh pengetahuan ibu hamil. Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang menstimulasi atau merangsang terwujudnya sebuah perilaku kesehatan. Apabila ibu hamil mengetahui dan memahami akibat anemia dan cara mencegah anemia maka akan mempunyai perilaku kesehatan yang baik dengan harapan dapat terhindar dari berbagai akibat atau risiko terjadinya anemia kehamilan⁶.

Berdasarkan data dari Puskesmas Purwosari Kecamatan Metro Utara dari bulan November 2019 sampai Desember 2020 dengan jumlah ibu hamil sebanyak 161 dengan Hb 8-11 mg/dl sebanyak 47 orang dan

Hb <8 mg/dl sebanyak 0 orang atau tidak ada yang mengalami anemia.

Study Pendahuluan yang penulis lakukan pada ibu hamil di Wilayah Puskesmas Purwosari Metro dengan mewawancarai 2 orang ibu hamil didapatkan hasil ibu hamil tidak mengetahui apa saja tanda dan gejala serta dampak anemia, ibu hamil mengatakan sering letih, lemas, pusing, mata berkunang-kunang dan ibu hamil jarang meminum tablet tambah darah (Fe) yang diberikan oleh Puskesmas.

Peran perawat komunitas terkait masalah yang terjadi di kalangan masyarakat yaitu memotivasi masyarakat untuk bekerja sama dalam pengembangan dan pelaksanaan pelayanan kesehatan serta program pendidikan kesehatan untuk memberikan penyuluhan kepada ibu hamil tentang cara menjaga diri agar tetap sehat pada masa kehamilan dan meningkatkan kesadaran ibu tentang kemungkinan adanya resiko tinggi atau terjadinya komplikasi kehamilan dan cara mengenali komplikasi tersebut secara dini⁸.

Tujuan penerapan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia pada kehamilan sebelum dan setelah pemberian pendidikan kesehatan di Wilayah Kerja Puskesmas Purwosari Metro tahun 2022.

METODE

Karya tulis ilmiah ini rnenggunakan metode studi kasus. Intrument yang digunakan dalam penerapan ini adalah satuan acara penyuluhan, kuesioner karakteristik responden, kuesioner tingkat pengetahuan, booklet dan lembar balik tentang anemia.

HASIL

Penerapan ini dilakukan pada dua ibu hamil. Adapun gambaran kedua subyek penerapan yang didapatkan pada saat pengkajian adalah sebagai berikut:

Tabel 1
Gambaran Subyek

Variabel	Subyek I	Subyek II
Nama	Ny. D	Ny. T
Usia	34 tahun	32 tahun
Suku	Jawa	Jawa
Pendidikan terakhir	SI	SMA
Pekerjaan	IRT	IRT
Hemoglobin (Hb)	16,5 gr/dl	15,3 gr/dl
Paritas	G3 P2 A0	G2 P1 A0

Hasil pengukuran tingkat pengetahuan sebelum dan setelah pemberian pendidikan kesehatan dapat dilihat pada tabel di bawah:

Tabel 2
Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Setelah Pemberian Pendidikan Kesehatan

Subyek	Tingkat Pengetahuan Sebelum (<i>Pre Test</i>)	Tingkat Pengetahuan Setelah (<i>Post Test</i>)
Subyek I	53% (Pengetahuan kurang)	100% (pengetahuan baik)

Subyek II 46% 100%
 (pengetahuan kurang) (pengetahuan baik)

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Subyek

a. Usia

Kedua subyek dalam penerapan ini yaitu dalam kategori usia dewasa awal. Kesiapan alat reproduksi wanita untuk berhubungan dengan dan usaha untuk mendewasakan seseorang melalui pengajaran atau pelatihan.

Usia yang terbaik untuk hamil adalah pada usia 20-35 tahun. Bila wanita hamil dengan umur <20 tahun, maka asupan zat besi akan menjadi terbagi antara pertumbuhan biologisnya dan janin yang dikandungnya. Wanita yang hamil >35 tahun, akan mengalami fungsi faal tubuh tidak optimal, karena sudah masuk masa awal degeneratif. Oleh karena itu, hamil pada usia <20 tahun dan >35 tahun merupakan kehamilan yang beresiko⁹.

Berdasarkan uraian diatas menurut asumsi penulis usia kedua subyek berada pada kategori usia dewasa awal yang kemungkinan asupan zat besi dimungkinkan baik.

b. Pendidikan

Subyek yang terlibat dalam penerapan ini yaitu subyek I dengan

pendidikan terakhir S1, sedangkan subyek II yaitu SMA. Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah baik formal maupun nonformal, berlangsung seumur hidup.

Pendidikan adalah sebuah proses pengubahan sikap dan tingkah laku seseorang atau kelompok dan usaha untuk mendewasakan seseorang melalui pengajaran atau pelatihan. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang, makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi. Dengan pendidikan tinggi, maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi, baik dari orang lain maupun dari media massa. Semakin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan¹⁰.

Berdasarkan uraian diatas menurut analisa penulis meskipun pendidikan tinggi belum tentu pengetahuannya baik karena subyek I dengan pendidikan terakhir S1 dan subyek II dengan pendidikan terakhir SMA sebelum dilakukan pendidikan kesehatan sama-sama dalam kategori

pengetahuan kurang. Hal ini dimungkinkan karena kurangnya mencari informasi tentang anemia.

c. Ekonomi

Subyek yang terlibat dalam penerapan ini yaitu subyek I bekerja sebagai ibu rumah tangga dan suaminya bekerja sebagai PNS, sedangkan subyek II bekerja sebagai ibu rumah tangga dan suaminya hanya sebagai pedagang, status ekonomi subyek I lebih baik dibandingkan subyek II. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status ekonomi ini akan mempengaruhi pengetahuan seseorang¹⁰.

Berdasarkan uraian diatas menurut analisa penulis pernyataan diatas berbeda dengan hasil penerapan didapatkan subyek I tingkat ekonominya lebih baik dibandingkan subyek II. Namun, tingkat pengetahuan kedua subyek tentang anemia pada kehamilan sebelum penerapan dalam kategori kurang. Hal ini dimungkinkan karena kedua subyek mungkin kurang memanfaatkan teknologi informasi yang ada sehingga kedua subyek tersebut kurang mendapatkan

informasi terkait anemia dalam kehamilan melalui internet.

d. Sosial Budaya

Subyek yang terlibat dalam penerapan ini yaitu subyek I bersuku Jawa beranggapan bahwa gejala pada trimester I seperti pusing, lemas, letih dianggap sesuatu yang bisa membahayakan bagi kandungannya dan segera memeriksanya ke pelayanan kesehatan terdekat, sedangkan subyek II bersuku Jawa beranggapan bahwa gejala seperti pusing, lemas, letih pada saat hamil dianggap sesuatu yang wajar sebagai dari kehamilan dan berusaha diatasinya sendiri berdasarkan pengalaman orang tua yaitu dengan cara istirahat dan di urut-urut kepalanya.

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan orang-orang tanpa melalui penalaran yang dilakukan apakah baik atau buruk. Dengan demikian seseorang akan bertambah pengetahuannya walaupun tidak melakukannya¹⁰.

2. Tingkat Pengetahuan Sebelum Penerapan Pendidikan Kesehatan

Tingkat pengetahuan kedua subyek dalam penerapan ini tentang anemia dalam kehamilan sebelum dilakukan pendidikan

kesehatan pada subyek I dan II dalam kategori pengetahuan kurang (53% dan 46%).

Gejala anemia seperti rasa lemah, lesu, cepat lelah, telinga berdenging, mata berkunang-kunang, nafsu makan menurun, sering pusing, kaki terasa dingin nafas pendek dan keluhan mual muntah lebih hebat dari pada kehamilan muda. Pada pemeriksaan seperti kasus anemia lainnya, ibu hamil tampak pucat pada konjungtiva, mukosa mulut, telapak tangan dan jaringan dibawah kuku.².

Gejala yang timbul antar individu berbeda namun gejala yang paling umum adalah pusing, cepat lelah, lemas, tidak nafsu makan dan susah bernafas¹.

Ibu hamil sangat membutuhkan informasi atau pendidikan tentang anemia dalam kehamilan. Tindakan atau upaya yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil terhadap anemia adalah dengan melakukan pendidikan kesehatan.

3. Tingkat Pengetahuan Setelah Penerapan Pendidikan Kesehatan

Setelah dilakukan pendidikan kesehatan, tingkat pengetahuan kedua subyek mengalami peningkatan dimana kedua subyek mampu menjawab semua soal yang diberikan oleh penulis dengan benar

(100%) atau dalam kategori tingkat pengetahuan baik.

Hasil penerapan didapatkan bahwa terdapat perbedaan tingkat pengetahuan kedua subyek baik sebelum maupun setelah dilakukan penerapan pendidikan kesehatan. Adapun faktor yang mempengaruhi keberhasilan pendidikan kesehatan yaitu karena materi yang diberikan mudah dipahami, media pendidikan kesehatan yang mendukung, kedua subyek aktif bertanya dan memperhatikan materi yang diberikan oleh penyuluh, tempat penerapan tidak bising dan nyaman sehingga memudahkan subyek menerima dengan baik informasi yang disampaikan.

Pendidikan kesehatan adalah segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok, atau masyarakat, sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan atau promosi kesehatan¹¹.

Berdasarkan jurnal tentang pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu hamil tentang anemia menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang anemia^{7,8,12}.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penerapan diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa penerapan

pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia.

DAFTAR PUSTAKA

1. Setiyaningrum, E. (2013). *Asuhan Kegawatdaruratan Maternitas*. Jakarta: In Media.
2. Astutik, R. Y & Ertiana, D. (2018). *Anemia Dalam Kehamilan*. Jawa Timur: CV. Pustaka Abadi.
3. Dinkes Kota Metro. Profil Kesehatan Kota Metro 2020. (2021).
4. World health organization (2017). *Prevalence Of Anaemia In Women Aged, By Pregnancy Status*. Geneva: WHO.
5. Kemenkes RI. (2019). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI.
6. Maharani et.al (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia di Desa Sukamanis Wilayah Kerja Puskesmas Dadudampit Kabupaten Sukabumi. *Jurnal Health Society* 10(1), 106-112.
7. Sianipar, S. S., Aziz, Z. A., & Prilia, E. (2016). Pengaruh pendidikan kesehatan tentang anemia pada kehamilan terhadap pengetahuan ibu hamil di UPT Puskesmas Bukit Hindu Palangka Raya. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 7(1), 262-273.
8. Safitri, S. (2020). Pendidikan Kesehatan tentang Anemia kepada Ibu Hamil. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(2), 94. <https://doi.org/10.36565/jak.v2i2.88>.
9. Tanziha, I., Utama, L. J., & Rosmiati, R. (2016). Faktor Risiko Anemia Ibu Hamil Di Indonesia. *Jurnal Gizi Pangan*, (, 11(2), 143–152.
10. Budiman & Riyanto, A. (2013). *Kapita Selekta Kuesioner: Pengelahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
11. Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
12. Maisyaroh, Y., Pebrianthy, L., Aufa, U., Kota, R., & Hamil, I. (2022). Pendidikan Kesehatan tentang Anemia pada Ibu Hamil di Desa Sigumuru Kota Padangsidempuan Tahun 2021. 4(1), 26–29.