

ASUHAN KEBIDANAN KOMUNITAS PADA KELUARGA Tn “A” DENGAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI DESA PEMEPEK KECAMATAN PRIGGARATA

Baiq Putri Istiazah^{1*}, Gladeva Yugi Antari²

^{1,2} Universitas Qamarul Huda Badaruddin

Email: baiqputri241097@gmail.com

Abstrac

Anemia is a serious complication that can increase the risk of material and child mortality. The main causes of anemia are iron deficiency and increased blood plasma volume. This research was conducted through community service by providing education on the prevention of anemia in pregnant women using poster media. The result showed that health education can improve mothers' knowledge about anemia prevention, pregnant women who attended health education promised to maintain a healthy lifestyle, take blood supplement tablets and get enough rest. Health education and effective communication can improve the awareness and health of pregnant women in preventing anemia. Compliance in consuming nutritious food and blood supplement tablets is very important in preventing anemia in pregnant women.

Keywords: Anemia; Pregnancy; Prevention.

PENDAHULUAN

Anemia dalam kehamilan merupakan komplikasi yang ditandai dengan kadar hemoglobin <11 g/dl pada trimester pertama dan ketiga, serta <10,5 pada trimester kedua. Penyebab umum anemia pada ibu hamil adalah peningkatan volume plasma dalam darah dan kurangnya zat besi. *World Health Organization* (WHO) merupakan 35.000 ibu, pertahunnya meninggal saat hamil atau bersalin akibat komplikasi kehamilan yang sering terjadi sekarang misalnya hamil usia 20 tahun dan lebih dari 35 tahun. AKI di negara-negara ASEAN masih jauh lebih tinggi yaitu Indonesia 9,8%, Vietnam 6,2%, Thailand 2,27%, Brunei 1,66% dan Malaysia 2,56%. Angka kematian ibu (AKI) data menunjukkan bahwa di Indonesia terdapat 373.000.000 orang ibu hamil yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan ada sebanyak 107.000.000 orang (28,7%). Ibu hamil merupakan kelompok yang memiliki risiko tinggi mengalami anemia. Hal ini, di sebabkan adanya peningkatan volume darah selama kehamilan untuk pembentukan plasenta, janin dan cadangan zat besi dalam asi. Anemia akan menurunkan daya tahan tubuh sehingga rentan terhadap infeksi dan penuakit yang ditimbulkannya.

Anemia pada kehamilan dapat meningkatkan resiko kelahiran penyakit serta kematian pada ibu dan anak. Faktor penyebab terjadinya anemia pada ibu hamil diantaranya pola makan, aktivitas fisik dan sebagainya. Aktivitas fisik yang kurang dapat menyebabkan anemia. Zat besi

adalah komponen pembentuk hemoglobin (Hb). Jika produksi zat besi menurun maka akan mempengaruhi pembentukan Hb yang akan berdampak dari menurunnya distribusi oksigen ke seluruh sel tubuh. Anemia pada ibu hamil sangat penting untuk di cegah. Upaya pencegahan dilakukan melalui penerapan konsumsi makanan bergizi seimbang, tablet tambah darah (TTD), fortifikasi dan pengobatan penyakit infeksi. Anemia pada ibu hamil dan remaja putri sangat penting untuk dicegah. Upaya pencegahan dilaksanakan melalui penerapan konsumsi makanan bergizi seimbang, konsumsi tablet tambah darah (TTD), fortifikasi dan pengobatan penyakit infeksi.

Keluarga adalah kelompok primer yang paling penting dalam masyarakat. Keluarga merupakan sebuah grup yang terbentuk dari hubungan laki-laki dan perempuan, hubungan yang berlangsung lama untuk menciptakan dan membesarkan anak-anak. Jadi keluarga dalam bentuk murni merupakan suatu kesatuan sosial yang terdiri dari suami, istri dan anak-anak (Intan Purnama, 2021). Keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari kepala keluarga dan beberapa anggota keluarga lainnya yang berkumpul dan tinggal di suatu tempat dibawah satu atap dalam keadaan saling ketergantungan (Kemenkes, 2020). Sedangkan bidan menurut *International Union of Midwives* (ICM) yang diikuti dan diadopsi oleh semua organisasi kebidanan di seluruh dunia bidan adalah orang yang telah mengikuti pelatihan kebidanan yang diakui di negaranya, menyelesaikan pelatihan tersebut dan memenuhi kualifikasi yang dipersyaratkan untuk pendaftaran dan atau memiliki izin (lisensi) bidan yang berlaku (Contesa, 2019).

Kebidanan Komunitas adalah pelayanan kebidanan profesional yang ditujukan kepada masyarakat dengan penekanan pada kelompok risiko tinggi dengan upaya mencapai derajat kesehatan yang optimal melalui pencegahan penyakit, peningkatan kesehatan menjamin keterjangkauan pelayanan kesehatan yang dibutuhkan dan melibatkan klien sebagai mitra dalam perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi pelayanan kebidanan. Pelayanan Kebidanan Komunitas adalah upaya yang dilakukan bidan untuk pemecahan terhadap masalah kesehatan ibu dan balita dalam keluarga di masyarakat. Pelayanan kebidanan komunitas dilakukan diluar rumah sakit atau institusi. Kebidanan komunitas dapat juga merupakan bagian atau kelanjutan dari pelayanan yang diberikan di rumah sakit dalam upaya menyelamatkan ibu dan bayi dalam proses kelahiran. Bidan komunitas mempunyai pengetahuan yang luas dalam segala aspek dalam kehamilan dan persalinan karena tugasnya adalah bersama-sama perempuan sebagai partner untuk menerima secara positif pengalaman proses kehamilan dan persalinan, serta mendukung keluarga agar dapat mengambil keputusan atau pilihan secara individual berdasarkan informasi yang telah diberikan (Susanti & Puspita, 2022).

Pelayanan kebidanan komunitas merupakan upaya profesional yang ditujukan untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak di dalam masyarakat. Fokus utama dari pelayanan ini adalah pada kelompok berisiko tinggi, dengan tujuan mencapai derajat kesehatan yang optimal melalui pencegahan penyakit dan peningkatan kesehatan. Berikut adalah penjelasan lebih lanjut mengenai fokus dan sasaran pelayanan kebidanan komunitas. Fokus Pelayanan Kebidanan Komunitas adalah:

1. Peningkatan Kesehatan Ibu dan Anak: Pelayanan ini bertujuan untuk meningkatkan kesehatan ibu hamil, ibu pasca melahirkan, serta anak-anak dalam keluarga.
2. Pencegahan Penyakit Melakukan upaya promotif dan preventif untuk mencegah masalah kesehatan yang dapat terjadi pada ibu dan anak.

3. Kemandirian Masyarakat: Mendorong masyarakat untuk mandiri dalam mengatasi masalah kesehatan yang berkaitan dengan kebidanan.
4. Keterjangkauan Layanan Kesehatan: Memastikan bahwa layanan kesehatan dapat diakses oleh semua anggota masyarakat, terutama yang berada di daerah terpencil atau kurang terlayani.

Kehamilan adalah proses yang terjadi dari pembuahan sampai kelahiran, dimulai dari prosedur sel telur yang dibuahi oleh sperma, lalu tertanam di dalam lapisan rahim, dan kemudian menjadi janin. Adapun perubahan-perubahan pada masa kehamilan sangatlah penting, baik perubahan fisiologis kehamilan alat kandungan yang berada di luar. Pada bab ini membahas tentang tanda dan gejala kehamilan dimana terjadi perubahan-perubahan selama kehamilan baik dalam bentuk fisik maupun psikologis. Perubahan tersebut mengharuskan adanya adaptasi dari tubuh wanita hamil. Dengan terjadinya kehamilan maka seluruh sistem genitalia wanita akan berubah. Adapun tanda dan gejala kehamilan yaitu tanda pasti kehamilan, tanda tidak pasti kehamilan dan tanda mungkin kehamilan (Marbun et al., 2023).

Kehamilan adalah peristiwa menyatunya ovum dan spermatozoa lalu dilanjutkan dengan proses nidasi. Setelah proses nidasi janin akan berkembang di dalam ovarium. Pertumbuhan dan perkembangan janin didalam perut ibu membutuhkan zat-zat makanan yang disalurkan melalui plasenta (Sulaiman et al, 2022). Kehamilan juga merupakan proses fisiologis yang terjadi pada perempuan akibat adanya pembuahan antara sel kelamin laki-laki dan sel kelamin perempuan. Dengan kata lain, kehamilan adalah pemuahan ovum oleh spermatozoa, sehingga mengalami nidasi pada uterus dan berkembang sampai kelahiran janin (Dai, 2021). Anemia adalah kondisi dimana berkurangnya sel darah merah (eritrosit) dalam sirkulasi darah atau masa hemoglobin sehingga tidak mampu memenuhi fungsinya sebagai pembawa oksigen keseluruh jaringan. Sedangkan menurut WHO (2011) Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal. Anemia secara laboratorik yaitu keadaan apabila terjadi penurunan dibawah normal kadar hemoglobin, hitung eritrosi dan hematocrit (dewi et al., 2021).

Hemoglobin adalah salah satu komponen dalam sel darah merah/eritrosit yang berfungsi untuk mengikat oksigen dan menghantarkannya ke seluruh sel jaringan tubuh. Oksigen diperlukan oleh jaringan tubuh untuk melakukan fungsinya. Kekurangan oksigen dalam jaringan otak dan otot akan menyebabkan gejala antara lain kurangnya konsentrasi dan kurang bugar dalam melakukan aktivitas. Hemoglobin dibentuk dari gabungan protein dan zat besi dan membentuk sel darah merah/eritrosit. Anemia merupakan suatu gejala yang harus dicari penyebabnya dan penanggulangannya dilakukan sesuai dengan penyebabnya (dewi et al., 2021). Gejala anemia pada umumnya muncul akibat kurangnya oksigen yang dibawa ke jaringan tubuh karena rendahnya Hb, sehingga jaringan yang kekurangan oksigen tersebut tidak dapat berfungsi secara optimal dan muncul gejala anemia. Anemia terjadi secara perlahan, sehingga gejalanya sering tidak terasa. Saat gejala sudah terasa, biasanya anemia sudah cukup berat. Gejala anemia yang sering terjadi sesuai dengan kategorinya adalah:

1. Anemia ringan

Pada tahap ini, umumnya penderita tidak mengalami gejala yang mencolok. Contohnya, bila otot mengalami pasokan oksigen yang lebih rendah dari kebutuhannya maka gejala yang timbul berupa mudah merasa lelah, letih, lesu dan lemah setelah beraktifitas atau berolahraga. Gejala-gejala ini sering dianggap sebagai kondisi biasa,

bukan sakit. Bila pasokan oksigen ke otak kurang dibandingkan dengan kebutuhannya, maka bisa muncul gejala mudah lupa (lalai) dan kurang konsentrasi. Gejala-gejala tersebut sering disebut sebagai gejala 5 L (Lesu, Letih, Lemah, Lelah dan Lalai).

2. Anemia sedang

Pada tahap ini mulai timbul gejala yang lebih nyata, misalnya berupa jantung terasa sering berdebar, lebih sering merasa lelah dengan aktivitas biasa, sesak nafas, dan terlihat lebih pucat dari biasanya.

3. Anemia berat

Timbul gejala yang lebih berat berupa kelelahan yang berkepanjangan, menggigil, jantung berdebar cepat, pucat lebih nyata, sesak nafas, nyeri dada, dan gangguan fungsi organ lainnya (endang et al., 2023).

Di Indonesia diperkirakan sebagian besar anemia terjadi karena kekurangan zat besi sebagai akibat dari kurangnya asupan makanan sumber zat besi khususnya sumber pangan hewani (besi *heme*). Sumber utama zat besi adalah pangan hewani (besi *heme*), seperti : hati, daging (sapi dan kambing), unggas (ayam, bebek, burung) dan ikan. Zat besi dalam sumber pangan hewani (besi *heme*) dapat diserap tubuh 20-30%. Anemia adalah suatu keadaan kekurangan kadar oksigen dalam darah yang terutama disebabkan oleh kekurangan asupan zat besi yang diperlukan untuk pembentukan hemoglobin. Di Indonesia diperkirakan sebagian besar anemia terjadi karena kekurangan zat besi sebagai akibat dari kurangnya asupan makanan sumber zat besi khususnya sumber pangan hewani (besi *heme*). Sumber utama zat besi adalah pangan hewani (besi *heme*), seperti : hati, daging (sapi dan kambing), unggas (ayam, bebek, burung) dan ikan. Zat besi dalam sumber pangan hewani (besi *heme*) dapat diserap tubuh 20-30% (dewi et al. 2021). Anemia pada kehamilan dapat meningkatkan resiko kelahiran prematur, infeksi penyakit serta kematian ibu dan anak. Ibu hamil rentan anemia dikarenakan pola makan yang kurang beragam dan bergizi seimbang, kehamilan yang berulang dalam waktu dekat, kurang asupan makanan kaya zat besi, terjadinya kurang energi kronis (KEK), serta infeksi yang menyebabkan kehilangan zat besi, seperti kecacingan dan malaria. Selain itu, anemia dapat dikarenakan penyakit kronis, seperti tuberkulosis paru, infeksi cacing usus, dan penyakit malaria (Gustanela & Pratomo. 2022).

Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan terkait dengan insiden yang tinggi dan komplikasi dapat timbul baik pada ibu maupun pada janin. Lebih dari 50% ibu hamil dengan anemia, dan menyebabkan kesakitan dan kematian ibu hamil. Berdasarkan tingkat kejadian kematian anemia masih menjadi salah satu masalah besar penyebab kematian ibu hamil namun belum ada informasi yang mendalam terhadap pengaruh anemia terhadap kematian maternal sehingga perlu dilakukannya studi literatur untuk mengetahui pengaruh anemia terhadap kematian maternal (Widoyoko & Suptianto 2020). Anemia pada ibu hamil akan berdampak buruk, seperti menurunnya fungsi kekebalan tubuh, meningkatkan risiko infeksi (gustanela & pratomo. 2022). Anemia selama kehamilan dapat memiliki konsekuensi yang berbahaya bagi ibu dan janin, karena terganggunya suplai oksigen dan nutrisi dari ibu ke janin. Akibatnya janin mengalami gangguan kenaikan berat badan yang berujung pada BBLR. BBLR dapat berdampak kematian neonatal, morbiditas perinatal, cerebral palsy dan penyakit. Akibat jangka panjang BBLR berdampak pada tumbuh kembang anak, risiko penyakit jantung di masa depan dan penurunan kecerdasan. BBLR merupakan kontributor utama morbiditas dan mortalitas perinatal di negara berkembang, faktor yang mempengaruhi BBLR adalah umur ibu,

paritas dan jarak persalinan, faktor lain adalah kadar haemoglobin pada ibu hamil (ambarwati et al., 2023).

Kondisi anemia pada ibu hamil mempunyai dampak kesehatan terhadap ibu dan anak dalam kandungan, antara lain meningkatkan risiko bayi dengan berat lahir rendah, keguguran, kelahiran premature dan kematian pada ibu dan bayi baru lahir (Widoyoko & suptianto 2020), dan dapat mengakibatkan kesakitan baik pada ibu maupun bayinya. Dampak lain pada janin antara lain malnutrisi, persalinan prematur, berat badan bayi rendah, pertumbuhan organ dan otak bayi berkurang malnutrisi atau cacat lahir (ambarwati et al., 2023). Anemia pada ibu hamil sangat penting untuk di cegah. Upaya pencegahan dilakukan melalui penerapan konsumsi makanan bergizi seimbang, tablet tambah darah (TTD), fortifikasi dan pengobatan penyakit infeksi (Kemenkes, 2023). Anemia pada ibu hamil dan remaja putri sangat penting untuk dicegah. Upaya pencegahan dilaksanakan melalui penerapan konsumsi makanan bergizi seimbang, konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), fortifikasi dan pengobatan penyakit infeksi.

METODE PELAKSANAAN

Pengabdian masyarakat dilakukan dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang edukasi penanganan anemia pada ibu hamil yang berisi informasi tentang pengertian anemia, gejala anemia penyebab dan cara pencegahan anemia. Sarana yang digunakan dalam kegiatan ini adalah poster.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tahap awal persiapan pada tanggal 11 oktober 2024, jam 10.15 wita dilakukan pengkajian data serta menganalisis permasalahan yang ada pada ibu hamil, persiapan materi dan koordinasi dengan pihak puskesmas dan bidan desa dalam melakukan pengabdian masyarakat. Kemudian pada tanggal yang sama namun jam berbeda pada 10.30 wita dimulai kegiatan dengan pengenalan dan pendekatan antara pelaksana dengan peserta kegiatan. Peserta dihadiri oleh ibu hamil, sebelum penyampaian materi, pelaksana terlebih dahulu bertanya tentang manajemen penanganan anemia untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan ibu tentang anemia. Selama sesi edukasi ibu memperhatikan dengan seksama materi yang di berikan. Materi yang disampaikan tentang pengertian anemia, gejala anemia penyebab dan cara pencegahan anemia. Kemudian setelah penyampaian dilanjutkan dengan sesi diskusi.

Berdasarkan hasil evaluasi dari kegiatan yang dilakukan didapatkan hasil sebagai berikut

1. Meningkatkan pengetahuan ibu tentang pencegahan anemia
2. Dari pemaparan materi didapatkan hasil bahwa ibu hamil akan menjaga pola hidup sehat dengan cara makan sedikit tapi sering, istirahat yang cukup dan tidak melakukan pekerjaan yang berat selama kehamilan.
3. Ibu hamil juga akan rajin mengonsumsi tablet tambah zat besi/tambah darah atau Fe.

SIMPULAN DAN SARAN

Dalam kasus Tn A, keluarga menunjukkan kepatuhan dalam mengonsumsi makanan bergizi dan tablet dambah darah/ Fe sebagai langkah pencegahan terhadap anemia. Edukasi dan komunikasi juga sangat penting dalam meningkatkan kesehatan ibu dan janin.

DAFTAR PUSTAKA

- Friscila, I., Wijaksono, M., Rizali, M., Permatasari, D., Aprilia, E., Wahyuni, I., Marsela, M., Asri, N., Yuliani, R., Ulfah, R., & Ayudita, A. (2023). Pengoptimalisasi Penggunaan Buku KIA Pada Era Digital Di Wilayah Kerja Puskesmas Kandui. Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh, 299–307.
<https://ocs.unism.ac.id/index.php/semnaspkm/article/view/1058>
- Kemenkes RI (2023). Buku Saku Anemia Pada Ibu Hamil Dan Remaja Putri. Jakarta.
- Purba, S. S., & Hutagaol, R. (2022). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik Ibu Hamil Terhadap Kejadian Anemia DI Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Lama. Public Health Jurnal, 8(2), 24–28.
- WHO. (2019). Angka Kematian Ibu Di Dunia. Kemenkes.