PENYULUHAN PENTINGNYA TABLET FE PADA IBU HAMIL

Safitri

Prodi D III Kebidanan STIKes Baiturrahim Jambi

Email: safitrypipit@gmail.com

ABSTRACT

Maternal mortality is an important indicator in the quality of health services. Anemia is an important cause of maternal death. The prevalence of anemia in pregnant women in Indonesia is 37.1%. Provision of Fe tablets is one of the most effective strategies for preventing and controlling nutritional anemia in increasing hemoglobin levels and can reduce the prevalence of anemia in pregnant women by 20-25%. In Sarolangun District, Pelawan Village there are still pregnant women who do not get Fe tablets of 14.3% and do not obey consume Fe tablets of 25% because their feces become black and nauseous. Target outcomes expected are: there is an increased knowledge an increase in knowledge between before and after counseling, as well as compliance of pregnant women to consume Fe tablets. The method used is counseling. The results of dedication are an increase in knowledge and and compliance of pregnant women in consume Fe tablets as an effort to prevent iron deficiency anemia in pregnant women.

Keywords: *counseling, Fe tablet, pregnant women*

ABSTRAK

Kematian ibu merupakan indikator penting dalam kualitas pelayanan kesehatan. Anemia menjadi salah satu penyebab penting kematian ibu. Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1%. Pemberian tablet Fe merupakan salah satu strategi pencegahan dan penanggulangan anemia gizi yang paling efektif meningkatkan kadar hemoglobin dan dapat menurunkan prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 20-25%. Di Kabupaten Sarolangun Desa Pelawan masih ada ibu hamil yang tidak mendapatkan tablet Fe sebesar 14,3% dan tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe sebesar 25% dengan alasan fesesnya menjadi hitam dan mual. Target luaran yang diharapkan peningkatan pengetahuan antara sebelum dan setelah penyuluhan, serta kepatuhan ibu hamil untuk mengkonsumsi tablet Fe. Metode yang digunakan adalah penyuluhan. 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

PENDAHULUAN

Kematian ibu merupakan indikator penting dalam kualitas pelayanan kesehatan. Anemia menjadi salah satu penyebab penting kematian ibu. 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).

Salah satu komponen pelayanan kesehatan ibu hamil yaitu pemberian zat besi sebanyak 90 tablet (Fe³) me. 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

(protein yang membawa oksigen ke otot), kolagen (protein yang terdapat pada tulang, tulang rawan, dan jaringan penyambung), serta enzim (Kemenkes RI, 2015).

Suplementasi besi atau pemberian tablet Fe adalah salah satu strategi pencegahan dan penanggulangan anemia gizi yang paling efektif meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Upaya ini telah direkomendasikan secara universal di negara-negara berkembang. Sejak tahun 1970-an, 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).

Zat besi memiliki peran vital terhadap pertumbuhan janin. Selama hamil, asupan zat besi harus ditambah mengingat volume darah pada tubuh ibu meningkat. Sehingga, agar dapat memenuhi kebutuhan ibu dan menyuplai makanan serta oksigen pada janin dibutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Asupan zat besi ini akan digunakan janin untuk kebutuhan tumbuh kembangnya, termasuk perkembangan otaknya, sekaligus menyimpannya dalam hati sebagai cadangan hingga bayi berusia 6 bulan. Selain itu, zat besi juga membantu dalam mempercepat proses penyembuhan luka khususnya luka yang timbul dalam proses persalinan. Kekurangan zat besi sejak sebelum kehamilan bila tidak diatasi mengakibatkan ibu hamil menderita anemia. Anemia merupakan salah satu risiko kematian ibu, kejadian bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), infeksi terhadap janin dan ibu, keguguran, dan kelahiran prematur (Kemenkes RI, 2015).

Program pemberian tablet Fe di Indonesia telah berlangsung hampir 20 tahun, namun berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2013 diketahui bahwa prevalensi anemia sebesar 37,1%. Angka ini mengalami peningkatan dibandingkan hasil Riskesdas di tahun 2007 dengan prevalensi anemia sebesar 33,8%. Anemia defisiensi besi merupakan masalah umum dan luas dalam bidang gangguan gizi di dunia. Upaya pemerintah dalam mengatasi anemia defisiensi besi ibu hamil yaitu terfokus pada pemberian tablet Fe (Kemenkes RI, 2013).

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.

Di Indonesia, cakupan ibu hamil yang mendapat tablet Fe₃ tahun 2015 sebesar 85,17%, tidak berbeda jauh dibanding tahun 2014 yang sebesar 85,1%. (Kemenkes RI, 2015). Di Kabupaten Sarolangun Desa Pelawan masih ada ibu hamil yang tidak mendapatkan tablet Fe sebesar 14,3% dan tidak patuh mengonsumsi tablet Fe sebesar 25% dengan alasan fesesnya menjadi hitam dan mual ketika mengonsumsi tablet Fe.

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 penyuluhan atau pendidikan kesehatan tentang tablet Fe merupakan salah satu upaya promotif untuk meningkatkan pengetahuan tentang tablet Fe dan preventif untuk pencegahan anemia defisiensi besi, sehingga mampu meningkatkan kepatuhan ibu hamil untuk mengonsumsi tablet Fe. Berdasarkan paparan diatas maka penulis tertarik mengangkat judul “Penyuluhan Pentingnya Tablet Fe pada Ibu Hamil” sebagai upaya pencegahan anemia defisiensi besi pada ibu hamil.

TARGET DAN LUARAN

Target dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan pendidikan kesehatan atau penyuluhan tentang pentingnya tablet Fe pada ibu hamil. Adapun luaran dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah publikasi pada jurnal ilmiah dan meningkatkan pengetahuan serta kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe sebagai upaya pencegahan anemia defisiensi besi pada ibu hamil.

METODE PELAKSANAAN

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Februari 2018 di kelas ibu hamil Desa Pelawan Kecamatan Pelawan Kabupaten Sarolangun. Sasaran kegiatan ini adalah seluruh ibu hamil yang terdaftar dalam kelas ibu hamil.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, mendapat rekomendasi dari Kepala Desa Pelawan, Puskesmas Pelawan, Bidan Desa dan Kader setempat untuk memberikan informasi tentang tablet Fe melalui penyuluhan kepada seluruh ibu hamil di kelas ibu dengan metode ceramah disertai diskusi dan tanya jawab

menggunakan media *leaflet* berisi informasi tentang tablet Fe.

Penyuluhan yang dilakukan merupakan kegiatan atau usaha untuk menyampaikan informasi tentang tablet Fe pada ibu hamil secara kelompok pada kelas ibu hamil meliputi pengertian, manfaat, efek samping, kebutuhan/ dosis, waktu & cara mengkonsumsi tablet Fe yang benar, serta bahan-bahan makanan yang mengandung zat besi.

Tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat meliputi:

1. Mengkaji dan menganalisis data
2. Mengidentifikasi masalah
3. Menyusun rencana kegiatan
4. Menyusun SAP, materi, instrumen *pre-posttest* serta mendesain *leaflet*
5. Mengurus izin lokasi kegiatan
6. Melakukan *pretest*
7. Melakukan penyuluhan tentang tablet Fe pada ibu hamil menggunakan *leaflet* sesuai SAP yang telah disusun
8. Melakukan *posttest*
9. Melakukan monitoring dan evaluasi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berjalan sesuai dengan rencana yang disusun. Kegiatan ini dilakukan kepada 14 ibu hamil pada saat pelaksanaan kelas ibu hamil. Dalam pelaksanaan kegiatan ini Tim dibantu oleh bidan desa dan kader yang sedang bertugas di wilayah tersebut.

Sebelum dilakukan penyuluhan tentang tablet Fe tim melakukan *pretest*. Hasilnya hanya 42,8% ibu yang mampu menjelaskan pengertian tablet Fe, 35,7% ibu mampu menyebutkan manfaat tablet Fe bagi ibu hamil, 57,1% ibu mampu menguraikan efek samping tablet Fe, 50% ibu mampu menginformasikan kebutuhan/dosis tablet Fe selama kehamilan, 42,8% ibu mampu menerangkan waktu & cara mengkonsumsi tablet Fe yang benar, 35,7% ibu mampu menguraikan bahan-bahan makanan yang mengandung zat besi.

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 proses penyuluhan berlangsung disertai pembagian *leaflet* ibu-ibu sangat antusias mendengarkan sambil memberikan respon baik dalam diskusi. Hal ini ditunjukkan 85,7% ibu bertanya terkait dengan materi yang disampaikan misalnya mengenai bahan makanan yang mengandung zat besi, waktu yang tepat untuk mengkonsumsi tablet Fe dan kebutuhan minimal tablet Fe selama kehamilan.

Setelah diberikan informasi tentang tablet Fe tim melakukan *posttest*. Berdasarkan hasil penyuluhan yang telah dilakukan 85,7% ibu mampu menjelaskan pengertian tablet Fe, 85,7% ibu mampu menyebutkan manfaat tablet Fe bagi ibu hamil, 100% ibu mampu menguraikan efek samping tablet Fe, 100% ibu mampu menginformasikan kebutuhan/ dosis tablet Fe selama kehamilan, 92,8% ibu mampu menerangkan waktu & cara mengkonsumsi tablet Fe yang benar, 85,7% ibu mampu menguraikan bahan-bahan makanan yang mengandung zat besi.

Gambar.1 Pengarahan dari Bidan Desa

Gambar.2 Kegiatan Pengabdian

Gambar.3 Pelaksanaan kelas ibu hamil

Hasil ini sejalan dengan penelitian Kamau dkk (2018) yang berjudul pengaruh penyuluhan tentang suplemen zat besi dan asam folat dengan peningkatan pengetahuan pada ibu hamil daerah pedesaan di Kenya, jumlah responden sebanyak 364 ibu hamil yang berusia 15-49 tahun. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat pengaruh bermakna penyuluhan tentang suplemen zat besi dan asam folat terhadap peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan ($p\text{-value} = 0,005 < \alpha 0,05$). Penyuluhan tentang dosis, waktu yang tepat untuk mengkonsumsi, efek samping, serta manfaat suplemen zat besi dan asam folat pada ibu hamil diperlukan untuk meningkatkan kepatuhan dan kesehatan kehamilannya.

Efek samping adalah salah satu alasan rendahnya kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe. Ibu hamil yang diberikan penyuluhan tentang efek samping tablet Fe tidak akan terganggu oleh efek samping tersebut karena mereka akan bersikap positif. Oleh karena itu penting bagi ibu hamil diberikan informasi yang akurat dan terperinci tentang efek samping dan cara mengelolanya secara efektif (Titaley, 2015).

Hasil penelitian serupa oleh Matiri dkk (2015) dengan judul meningkatkan kepatuhan suplemen zat besi, asam folat dan kalsium melalui penyuluhan, kartu pengingat dan pesan ponsel di Kenya. Menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe setelah diberikan penyuluhan. Meskipun informasi tentang tablet Fe banyak disediakan di fasilitas dengan beragam media seperti poster dan *leaflet*. Namun, tidak banyak petugas kesehatan yang memberikan penyuluhan secara efektif untuk

ibu hamil menggunakan media tersebut. Penyuluhan memiliki peranan penting dalam menentukan intervensi kesehatan termasuk intervensi untuk mengkonsumsi tablet Fe.

Penelitian oleh Venni dkk (2017) berjudul efektivitas *leaflet* dan konseling terhadap kepatuhan minum tablet besi dan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia di Puskesmas di Kabupaten Bogor, menunjukkan bahwa konseling oleh tenaga kesehatan atau pemberian *leaflet* pada ibu hamil dengan anemia meningkatkan kepatuhan minum tablet besi ($p < 0,05$) secara bermakna. Efektivitas *leaflet* dan konseling terhadap peningkatan kepatuhan minum tablet besi pada ibu hamil dengan anemia secara statistik tidak berbeda.

Penyuluhan tentang tablet Fe sangat efektif untuk mengatasi efek samping yang dirasakan setelah mengkonsumsi tablet Fe. Keterlibatan keluarga juga mampu memberikan dukungan yang kuat 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* ataupun poster yang berada di sekitar 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.

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Pelaksanaan kegiatan 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.

2. Saran

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

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada STIKes Baiturrahim Jambi atas bantuan dana dan fasilitas surat izin. Serta Kepala Desa Pelawan, Puskesmas Pelawan, Bidan Desa, Kader dan ibu-ibu setempat yang telah memfasilitasi dan memberikan izin tempat pengabdian kepada masyarakat ini, sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat berjalan dengan lancar sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

DAFTAR PUSTAKA

- 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.
- Kementerian Kesehatan RI. 2016. *Profil Kesehatan Indonesia 2015*. Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. 2015. *Buku Ajar Kesehatan Ibu dan Anak*. Pusat Pendidikan dan Pelatihan Tenaga Kesehatan. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Septiani W. *Pelaksanaan Program Pemberian Tablet Zat Besi (Fe) pada Ibu Hamil*. JOMIS. 2017;1(2):86–92.
- Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 88 Tahun 2014. *Standar Tablet Tambah Darah Bagi Wanita Usia Subur Dan Ibu Hamil*.
- 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.
- 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 Cross-Sectional Study*[version 1; referees: awaiting peer review]. AAS Open Research. 2018;21(1): 1–11.
- Titaley CR, Dibley MJ. *Factors Associated with Not Using Antenatal Iron/ Folic Acid Supplements in Indonesia: the 2002/2003 and 2007 Indonesia Demographic and Health Survey*. Asia Pac J Clin Nutr. 2015;24(1): 162–76.
- Matiri E, Pied E, Galloway R, et al.: *Improving Iron-Folic Acid and Calcium Supplementation Compliance through Counseling, Reminder Cards, and Cell Phone Messages in Kenya*. EJNFS. 2015; 5(5): 1128–9.
- Venni V, Retnosari A, Sudibyo S. *Efektivitas Leaflet dan Konseling terhadap Kepatuhan Minum Tablet Besi dan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil dengan Anemia di Puskesmas di Kabupaten Bogor*. Media Litbangkes. 2017; 27(4): 229–36.
- 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.