



PEMERIKSAAN HB DAN PENYULUHAN TENTANG NUTRISI PADA IBU HAMIL SEBAGAI UPAYA DETEKSI DINI RESIKO ANEMIA

Rosnita Sebayang^{1*}, Hotman Sinaga², Pra Dian Mariadi³, Maria Nur Aeni⁴,
Theresia Anita⁵, Perana Malieska Nori⁶, Esther Thalia⁷

^{1,2,3,4,6,7}Prodi DIV Teknologi Laboratorium Medis Universitas Katolik Musi Charitas, Indonesia

⁵Prodi DIII Kebidanan Universitas Katolik Musi Charitas, Indonesia

¹ros.sebayang@gmail.com, ²hotman.sinaga@ukmc.ac.id, ³pradian@ukmc.ac.id, ⁴yuventia@ukmc.ac.id,
⁵theresia.anita@ukmc.ac.id

ABSTRAK

Abstrak: Pengabdian Masyarakat merupakan salah satu bentuk penerapan tridharma perguruan tinggi yang berhubungan erat dengan masyarakat. Rangkaian kegiatan ini ditujukan untuk meringankan beban masyarakat dari masalah kesehatan terutama ibu hamil melalui pencegahan timbulnya anemia yang membahayakan proses persalinan. Anemia sendiri merupakan keadaan menurunnya kadar hemoglobin, hematokrit dan jumlah sel darah merah dibawah nilai normal. Salah satu kelompok yang beresiko mengalami anemia adalah ibu hamil. Sasaran kegiatan ini adalah ibu-ibu yang ikut pelayanan kesehatan di Praktek Mandiri Bidan (PMB) Lismarini Palembang. PMB ini terletak di daerah dengan kepadatan penduduk yang tinggi. Hasil pemeriksaan kadar Hb menunjukkan sebanyak 61,9% responden tidak mengalami anemia, sebanyak 28,6% responden mengalami anemia ringan, sebanyak 9,5% responden mengalami anemia sedang. Total seluruh responden yaitu 21 responden, dari keseluruhan responden tidak ada yang mengalami anemia berat. Diharapkan dari kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan ibu ibu hamil tentang anemia, nutrisi yang diperlukan untuk mencegah anemia serta meningkatkan kewaspadaan gejalanya pasca melahirkan.

Kata Kunci: pengabdian masyarakat; anemia; ibu hamil.

Abstract: Community Service is one form of implementing the Tridharma of Higher Education which is closely related to the community. This series of activities is aimed at easing the burden on the community from health problems, especially pregnant women, through preventing the onset of anemia which endangers the delivery process. Anemia itself is a condition of decreased hemoglobin, hematocrit and red blood cell counts below normal values. One of the groups at risk for anemia is pregnant women. The target of this activity is mothers who participate in health services at the Independent Midwife Practice (PMB) Lismarini Palembang. This PMB is located in an area with a high population density. The results of the examination of Hb levels showed as many as 61.9% of respondents did not have anemia, as many as 28.6% of respondents had mild anemia, as many as 9.5% of respondents had moderate anemia. The total of all respondents, namely 21 respondents, none of the respondents had severe anemia. It is hoped that this activity can increase the knowledge of pregnant women about anemia, the nutrients needed to prevent anemia and increase awareness of symptoms after childbirth.

Keywords: community service; anemia; pregnant mother.



Article History:

Received : 02-08-2022
Revised : 14-10-2022
Accepted : 15-10-2022
Online : 31-10-2022



This is an open access article under the
CC-BY-SA license

A. PENDAHULUAN

Ibu hamil rentan terkena anemia karena selama proses kehamilan tubuh mengalami perubahan secara signifikan salah satunya dengan kebutuhan oksigen yang tinggi untuk berbagi dengan janinnya (Rahmi & Husna, 2020). Kebutuhan Oksigen dalam tubuh didistribusikan ke seluruh tubuh melalui hemoglobin dalam darah (Wijaya, I., Nur H., 2021).

Hemoglobin adalah senyawa protein dengan besi (Fe) yang dinamakan konjugasi protein sebagai intinya adalah besi dengan rangka protoporfirin dan globin dimana hemoglobin ini menyebabkan warna darah menjadi merah karena senyawa Fe (Simundic *et al.*, 2020). Molekul Hb kaya akan zat besi dan memiliki afinitas (Daya gabung) terhadap oksigen dan dengan oksigen itu membentuk oxi-hemoglobin di dalam sel darah merah. Dengan fungsi ini maka oksigen dibawa dari paru-paru ke jaringan (Simundic *et al.*, 2020). Kekurangan jumlah hemoglobin dalam darah akan memicu penyakit anemia.

Anemia adalah penyakit kurang darah yang ditandai dengan menurunnya kadar hemoglobin, hematocrit, dan jumlah sel darah merah dibawah nilai normal yang dipatok untuk perorangan (Sari *et al.*, 2021). Salah satu kategori tingkat keparahan anemia menurut ada 3 yaitu anemia ringan dengan kadar HB 10 – 8 gr, anemia sedang dengan kadar Hb 8 – 5 gr dan anemia berat dengan kadar Hb kurang dari 5 gr. Salah satu kelompok yang beresiko mengalami anemia adalah ibu hamil (Luis & Moncayo, 2014).

Berbagai Upaya untuk mencegah terjadinya anemia seperti menurut dapat melalui tablet zat besi atau makanan yang kaya nutrisi asupan zat besi (Farida, 2019). Nutrisi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi hasil akhir suatu kehamilan. Apabila pemenuhan kebutuhan gizi selama kehamilan tidak mencukupi dapat menyebabkan plasenta sebagai media nutrisi tidak mampu menyiapkan makanan yang cukup bagi janin (Farida, 2019). Hal ini dapat menimbulkan berbagai komplikasi dalam kehamilan seperti berat badan lahir bayi rendah, bayi lahir prematur, kelainan bawaan dan anemia pada ibu hamil (Tampubolon *et al.*, 2021).

Sumber nutrisi yang kaya zat besi antara lain, daging tanpa lemak, daging merah, hati, telur, sayuran berdaun hijau gelap seperti brokoli, kacang dan biji bijian, ikan salmon, ikan tuna, oatmeal dan roti gandum utuh. Jika ibu tidak mendapatkan zat besi yang cukup atau nutrisi penting lainnya, maka tubuh tidak mampu memproduksi sel darah merah (Anggraini & Anjani, 2021).

Fakultas Ilmu Kesehatan UNIKA Musi Charitas salah satu penyelenggaraan pendidikan kesehatan di bidang laboratorium medis dan kebidanan di kota Palembang dengan akreditasi B mendidik lulusan ahli teknologi laboratorium medis dan ahli madya kebidanan. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini difokuskan dalam pendidikan kesehatan mengenai Hemoglobin, pemeriksaan hemoglobin untuk mencegah

terjadinya anemia pada ibu menyusui dan memberikan penyuluhan terkait nutrisi yang kaya akan zat besi.

B. METODE PELAKSANAAN

Metode pemecahan masalah yang dipilih adalah melakukan sosialisasi dan penyuluhan mengenai proses terjadinya anemia dan gejala yang ditimbulkan, nutrisi pendamping yang kaya zat besi serta pemeriksaan Hb pada ibu hamil dengan menggunakan alat Mission Hb. Kegiatan dilakukan di Praktik Mandiri Bidan Lismarini Palembang Tahun 2020 di Praktik Mandiri Bidan Lismarini yang diketuai oleh ibu Lismarini yang beralamat di Jl.Perumnas talang kelapa blok VII Rt.49 No.C7/04 Kec Alang-Alang lebar Palembang. Dengan No Perijinan, SIPB 4033/IPB/0127/KPPT/2013 terdapat Sumber daya manusia pemberi pelayanan 8 orang. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan pada bulan Maret 2022.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Anemia *gravidarum* merupakan kondisi kekurangan darah, hingga kadar hemoglobin yang mengalami penurunan dibawah 60-70% dalam kehamilan. Hal ini terjadi karena adanya perubahan-perubahan dalam tubuh wanita hamil dimana cairan dalam darah bertambah (Dhewi Nurahmawati, Mulazimah, 2021). Anemia dalam kehamilan dapat pula diartikan dengan tubuh mengalami defisiensi zat besi dalam darah, penurunan sel darah merah atau menurunnya kadar Hb menyebabkan kapasitas daya angkut oksigen untuk kebutuhan organ-organ vital pada ibu dan janin menjadi berkurang (Wijaya, I., Nur H., 2021). Anemia *gravidarum* atau anemia dalam kehamilan disebabkan oleh keadaan kurangnya masukan unsur besi dalam makanan, gangguan reabsorpsi, gangguan penggunaan, atau karena terlampau banyaknya besi keluar dari badan, misalnya pada pendarahan (Nisak & Wigati, 2018). Anemia pada masa kehamilan ditandai dengan kondisi cepat lelah, sering pusing, mata berkunang-kunang, lidah luka, nafsu makan turun, konsentrasi hilang, nafas pendek, terjadinya peningkatan kecepatan pernafasan karena tubuh berusaha menyediakan lebih banyak oksigen, kulit pucat dan keluhan mual muntah lebih hebat pada kehamilan muda (Dhewi Nurahmawati, Mulazimah, 2021).

Fakultas Ilmu Kesehatan sebagai salah satu penyelenggara pendidikan tinggi dibidang kesehatan yang menyelenggarakan pendidikan DIV Teknologi laboratorium Medis dan D3 Kebidanan melaksanakan pengabdian masyarakat yang berupa penyuluhan mengenai pemeriksaan Hb dan penyuluhan tentang Nutrisi Pada Ibu Hamil Sebagai Upaya Deteksi Dini Risiko Anemia. Kegiatan ini dilaksanakan di Bidan Lismarini yang berada di kawasan padat penduduk pada tanggal 25 Maret 2022.

1. Kondisi Tempat Pengabdian Kepada Masyarakat

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dimulai dengan melakukan survei di salah satu tempat praktik Bidan yang ada di kota Palembang, tepatnya di Bidan Lismarini yang terletak di Jalan Kelasa Hijau Perumnas Talang Kelapa kota Palembang, Sumatera Selatan. Kemudian dilakukan pemeriksaan kadar Hb pada ibu hamil.

Pemeriksaan kadar Hb dilakukan di rumah Bidan Lismarini, kondisi bangunan dalam keadaan baik. Letak bangunan ini tidak jauh dari tempat praktik Bidan Lismarini berjarak sekitar 50 meter dari lokasi praktik.

2. Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat

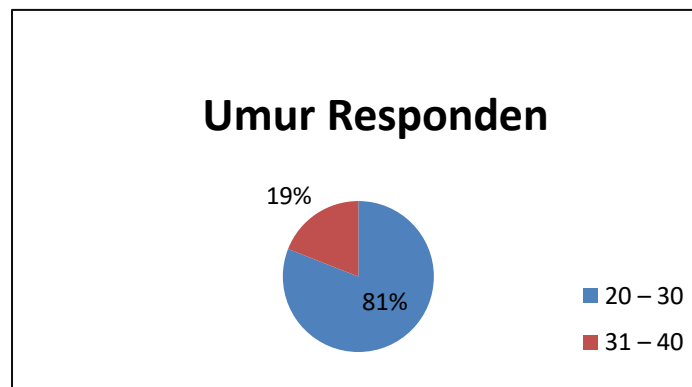
Kegiatan ini dilaksanakan di Bidan Lismarini, Jalan Kelasa Hijau Perumnas Talang Kelapa Palembang yang secara keseluruhan dilaksanakan selama satu hari. Total responden yang melakukan kegiatan Hb sebanyak 21 responden. Adapun hasil pemeriksaan Hb secara keseluruhan dapat dilihat dari table dibawah ini:

a) Karakteristik responden yang melakukan pemeriksaan Hemaglobin (Hb) secara keseluruhan berdasarkan Usia.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.

Karakteristik Responden (Umur)	Jumlah n = 21	Persentase (%)
20 – 30	17	80,9%
31 – 40	4	19,1%

Dilihat dari tabel 1. menunjukkan karakteristik responden berdasarkan umur dari responden. Responden yang melakukan pemeriksaan Hb pada masa kehamilan memiliki rentang umur dari 20 tahun sampai 40 tahun. Jumlah keseluruhan dari 21 responden. Usia 20-30 tahun sebanyak 17 responden (80,9%), usia 31-40 tahun sebanyak 4 responden (19,1%).



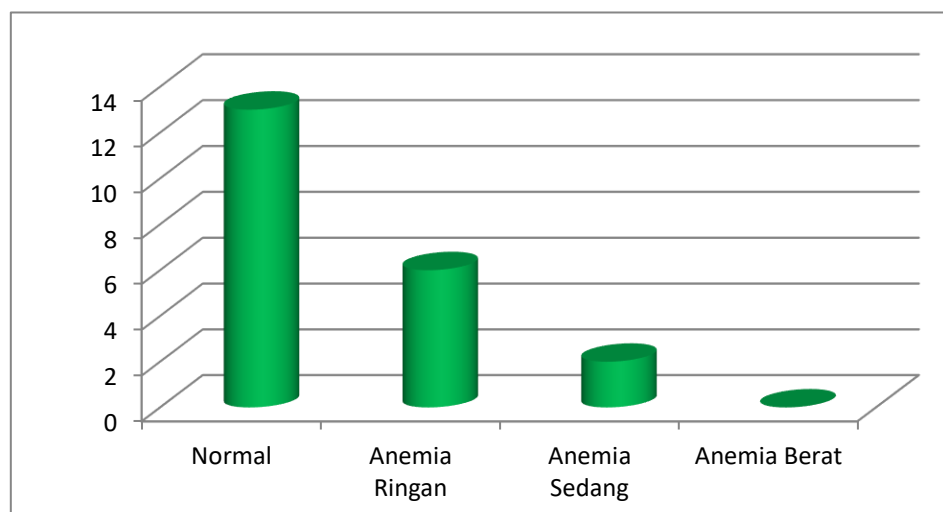
Gambar 1. Diagram persentase umur ibu hamil pada pemeriksaan Hb

b) Menurut Pemeriksaan Hb

Tabel 2. Hasil Pemeriksaan Hb.

Klasifikasi Status Anemia	Kadar Hb (gr/dl)	Jumlah	Persentase (%)
Normal	>11	13	61,9
Anemia Ringan	10 – 10,9	6	28,6
Anemia Sedang	7 – 9,9	2	9,5
Anemia Berat	<7	0	0

Pada tabel 2 di atas menunjukkan klasifikasi status anemia pada ibu hamil dan hasil pemeriksaan Hb pada responden. Sebanyak 61,9 % responden menunjukkan hasil yang normal yang berarti responden tidak mengalami anemia. Sebanyak 28 % responden menunjukkan hasil pemeriksaan anemia ringan dan sebanyak 9,5 % responden menunjukkan hasil pemeriksaan anemia sedang. Pada pemeriksaan ini tidak terdapat responden yang mengalami anemia berat.



Gambar 2. Grafik klasifikasi status anemia pada responden

Anemia adalah suatu keadaan tubuh dimana kadar hemoglobin dalam darah kurang dari jumlah normal atau sedang mengalami penurunan (Prabhakara, 2019). Anemia didefinisikan sebagai konsentrasi hemoglobin yang rendah dalam darah (WHO, 2015), Menurut (RISKESDAS, 2013), anemia merupakan suatu keadaan ketika jumlah sel darah merah atau konsentrasi pengangkut oksigen dalam darah tidak mencukupi untuk kebutuhan fisiologis tubuh.

Ibu hamil umumnya dengan kadar hemoglobin (Hb) yang kurang disebabkan oleh kekurangan zat besi. Kekurangan zat besi dapat menimbulkan gangguan atau hambatan pada pertumbuhan janin baik sel maupun tubuh maupun sel otak. Kadar Hb yang tidak normal dapat mengakibatkan kematian janin dalam kandungan, abortus, cacat bawaan, Berat Badan Lahir Rendah, kadar Hb tidak normal pada bayi yang dilahirkan, hal ini menyebabkan morbiditas dan mortalitas ibu dan kematian perinatal secara bermakna lebih tinggi. Ibu hamil yang kadar hemoglobinnnya tidak normal dapat meningkatkan resiko morbiditas maupun mortalitas ibu dan bayi dilahirkan dengan Berat Badan Lahir Rendah dan premature juga lebih besar (Tanziha *et al.*, 2016, p. 143).

Hasil pemeriksaan kadar Hb menunjukkan sebanyak 61,9% responden tidak mengalami anemia, sebanyak 28,6% responden mengalami anemia ringan, sebanyak 9,5% responden mengalami anemia sedang. Total seluruh responden yaitu 21 responden, dari keseluruhan responden tidak ada yang mengalami anemia berat. Oleh karena itu Fakultas Ilmu Kesehatan melalui dua program studi yaitu DIV Teknologi Laboratorium Medis yang bertugas dalam pemeriksaan dan program studi DIII Kebidanan bertugas dalam penyuluhan langsung ke masyarakat terkait nutrisi dan makanan yang dapat mencegah terjadinya anemia.

Anemia merupakan kondisi dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari 11 gr/dl yang terjadi pada ibu hamil. Salah satu penyebab terjadinya anemia pada ibu hamil yaitu defisiensi zat besi jika dibandingkan dengan defisiensi zat gizi yang lainnya. Faktor yang menyebabkan terjadinya anemia pada masa kehamilan yaitu usia, paritas, jarak kehamilan, status ekonomi dan kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet Fe. Anemia memiliki pengaruh yang tidak baik bagi ibu hamil dan berakibat fatal jika tidak segera diatasi seperti keguguran, partus prematurus, inersia uteri, partus lama, atonia uteri dan pendarahan serta syok (Sulaiman *et al.*, 2022).

Keadaan anemia ringan sering tidak menimbulkan gejala yang tampak tetapi dalam jangka panjang dapat berefek menjadi anemia berat dan dapat mempengaruhi status gizi bayi secara bertahap sehingga jika tidak segera ditangani dapat berpengaruh pada status gizi bayi sampai usia bayi 2 tahun (Ikatan Dokter Anak Indonesia, 2011). Penyuluhan yang disampaikan menjelaskan secara rinci akibat apabila ibu hamil mengalami anaemia mulai dari bayi lahir dengan anemia, bayi lahir

premature, bayi lahir dengan berat badan rendah, premature hingga menyebabkan kematian pada bayi. Makanan dan nutrisi yang banyak mengandung zat besi untuk mencegah anemia dapat berasal dari sayuran hijau (kangkung, bayam, sawi) produk daging, ikan telur, buah alpukat tomat dan kacang-kacangan. Harapannya responden yang diagnose mengalami anemia ringan untuk rutin mengkonsumsi makanan yang kaya zat besi untuk mencegah terjadinya anemia (Anggraini & Anjani, 2021).

D. SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan yang diperoleh dari kegiatan ini adalah (1) bahwa koresponden yang mengikuti Pengabdian masyarakat ini berjumlah 21 orang dengan jumlah 17 orang ibu berumur 20 – 30 tahun dan 4 orang berumur 30 – 40 tahun, (2) Hasil pemeriksaan Hb yang dilakukan dari 21 koresponden yang mengikuti PKM ini sebanyak 61,9% responden tidak mengalami anemia, sebanyak 28,6% responden mengalami anemia ringan, sebanyak 9,5% responden mengalami anemia sedang.

Ada pun saran yang dapat ditarik dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini (1) Bagi ibu hamil di daerah BPM Lismarini rutin memeriksa kondisi Hb dalam darah untuk mencegah kejadian anemia baik pada ibu hamil maupun pasca melahirkan, (2) Bagi warga yang anemia perlu dilakukan pemeriksaan Fe dalam serum dan ferritin untuk menentukan jenis anemianya dan pengobatan yang harus dilakukan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada pemilik tempat praktik bidan Lismarini, koresponden yang telah bersedia mengikuti kegiatan ini dan Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat (LPPM) Universitas Katolik Musi Charitas Palembang yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini serta rekan-rekan tim dan mahasiswa yang telah membantu sehingga PKM ini terlaksana dengan baik.

DAFTAR RUJUKAN

- Anggraini, N. N., & Anjani, R. D. (2021). Kebutuhan Gizi Ibu Hamil pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pangan Dan Gizi*, 11(1), 42–49. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JPDG/article/view/7491>
- Dhewi Nurahmawati, Mulazimah, Y. I. (2021). Analisis Faktor Anemia Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Balowerti Kota Kediri. *Jurnal Nusantara Medika*, 5, 63–71.
- Farida, L. N. (2019). Penanganan Anemia Pada Ibu Hamil dengan Pemberian Edukasi dan Suplementasi Tablet Besi. *JIKO (Jurnal Ilmiah Keperawatan Orthopedi)*, 3(2), 64–69. <https://doi.org/10.46749/jiko.v3i2.31>
- Ikatan Dokter Anak Indonesia. (2011). Rekomendasi Ikatan Dokter Anak

- Indonesia: Asuhan Nutrisi Pediatrik (Pediatric Nutrition Care). *Paediatric*, 3(2), 5–6.
- Luis, F., & Moncayo, G. (2014). THE RELATIONSHIP OF PATTERN MENSTRUATION WITH ANEMIA INCIDENT. <https://Media.Neliti.Com/Media/Publications/56781-ID-None.Pdf>, 43–48.
- Nisak, A. Z., & Wigati, A. (2018). Status Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester I Dengan Hiperemesis Gravidarum. *Indonesia Jurnal Kebidanan*, 2(2), 63. <https://doi.org/10.26751/ijb.v2i2.566>
- Prabhakara, G. (2019). KEPUTUSAN MENTERI KESEHATAN RI TAHUN 2019. In *Short Textbook of Preventive and Social Medicine*. https://doi.org/10.5005/jp/books/11257_5
- Rahmi, N., & Husna, A. (2020). Analisis Faktor Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Baitussalam Kabupaten Aceh Besar Anemia Factor Analysis on Pregnant Women in the Working Area of the Baitussalam Puskesmas Aceh Besar District. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(2), 2615–109. <http://www.jurnal.uui.ac.id/index.php/JHTM/article/view/1241>
- RISKESDAS. (2013). RISET KESEHATAN DASAR. *Expert Opinion on Investigational Drugs*, 7(5), 803–809. <https://doi.org/10.1517/13543784.7.5.803>
- Sari, S. A., Fitri, N. L., & Dewi, N. R. (2021). Hubungan Usia Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Kota Metro. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 6(1), 23. <https://doi.org/10.52822/jwk.v6i1.169>
- Simundic, A. M., Baird, G., Cadamuro, J., Costelloe, S. J., & Lippi, G. (2020). Managing hemolyzed samples in clinical laboratories. *Critical Reviews in Clinical Laboratory Sciences*, 57(1), 1–21. <https://doi.org/10.1080/10408363.2019.1664391>
- Sulaiman, M. H., Flora, R., Zulkarnain, M., Yuliana, I., & Tanjung, R. (2022). Defisiensi Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 4(1), 11–19.
- Tampubolon, R., Lasamahu, J. F., & Panuntun, B. (2021). Identifikasi Faktor-Faktor Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Kecamatan Amahai Kabupaten Maluku Tengah. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 3(4), 489–505. <https://doi.org/10.25026/jsk.v3i4.432>
- Tanziha, I., Dananik, R., Utama, L. J., & Rosmiati, R. (2016). Faktor Risiko Anemia Ibu Hamil Di Indonesia. *Jurnal Gizi Pangan*, 11(2).
- WHO. (2015). The global prevalence of anaemia in 2011. *Who*, 1–48. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/177094>
- Wijaya, I., Nur H., N. (2021). Faktor Risiko Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Mamajang Kota Makassar. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 4(1), 92–96.