

## PELATIHAN KADER MENGENAI TATALAKSANA ANEMIA PADA IBU MENYUSUI

Irna trisnawati, Ari Antini, Marisa, Salsabila, Rifa, Inayah

Program Studi Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Bandung, Bandung, Jawa Barat, Indonesia

Corresponding author : Irna trisnawati

E-mail : tazkiyah\_suparno@yahoo.co.id

Diterima 20 Oktober 2023, Direvisi 30 Oktober 2023, Disetujui 01 November 2023

### ABSTRAK

Prevalensi Anemia pada ibu hamil di Indonesia tahun 2019 yaitu 48,9%, dan 50,5% pada ibu nifas. Anemia di kabupaten Karawang pada tahun 2015 sebanyak 27,2% dan meningkat di tahun 2016 menjadi 39,1%. Penyebab utama anemia pada ibu nifas adalah anemia sejak hamil yang dikombinasikan dengan anemia karena perdarahan pada saat melahirkan. Salah satu akibat anemia pada ibu nifas adalah gangguan menyusui. Tujuan kegiatan yaitu meningkatkan pengetahuan kader mengenai anemia, ASI eksklusif, gizi seimbang dan meningkatkan keterampilan konseling mengenai tatalaksana anemia serta pengolahan sayur bayam yang benar. Metode pelaksanaan melalui pelatihan yang terdiri dari penyampaian materi, praktikum, pendampingan, dan evaluasi. Mitra dalam pelatihan meliputi kader di kelurahan Tanjung Pura dan Tanjung Mekar masing masing 7 orang serta ibu menyusui sebagai sasaran konseling bagi kader. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Maret sampai dengan September 2023. Hasil evaluasi pelatihan menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata pengetahuan sebanyak 14 poin, rata rata skor kemampuan kader dalam konseling pada ibu menyusui dengan menggunakan media leaflet adalah 11 poin dari total skor 17 dan rata-rata skor kemampuan teknik pengolahan sayur bayam adalah 8 dari total skor 10. Kesimpulan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan keterampilan pada kader setelah mendapatkan pelatihan.

**Kata kunci:** anemia; ibu menyusui; konseling; pelatihan kader.

### ABSTRACT

The prevalence of anemia in pregnant women in Indonesia is 48.9%, and 50.5% in post partum mothers. Anemia in Karawang district in 2015 was 27.2% and increased in 2016 to 39.1%. The main cause of post partum anemia is anemia since pregnancy combined with anemia due to bleeding during childbirth. One of the causes of post partum anemia is disruption of breastfeeding. The aim of the activity is to increase cadres' knowledge about anemia, exclusive breastfeeding, balanced nutrition and improve counseling skills regarding anemia management and correct spinach processing. The implementation method is through training consisting of material delivery, practicum, mentoring and evaluation. The partners involved each 7 cadres in Tanjung Pura and Tanjung Mekar sub-district as well as breastfeeding mothers as targets for counseling for cadres. The activity held from March to September 2023. The results show an increase in the average knowledge score of 14 points, the cadres' ability in counseling breastfeeding mothers using leaflet media is 11 points out of a total score of 17 and the ability in spinach processing techniques was 8 out of a total score of 10. The conclusion that there was an increase in knowledge and skills among cadres after receiving training.

**Keywords:** anemia; breastfeeding mothers; counseling; cadre training.

### PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah gizi yang disebabkan karena kekurangan asupan *mikronutrient* seperti zat besi, asam folat, dan vitamin B12. Keadaan anemia dapat dilihat dari kadar *hemoglobin*, *hematokrit* dan sel darah merah yang lebih rendah dari nilai normal, yaitu hemoglobin < 12 gr/dl (Adriani & wijatmadi, 2016). Pada ibu hamil dan ibu nifas, dikatakan anemia apabila kadar HB <11gr%. (Kementerian Kesehatan RI, 2020)

Berdasarkan laporan Risesdas tahun 2019 prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 48,9% dan 50,5% dengan penderita anemia pada ibu nifas (Kemenkes RI, 2019). Anemia pada ibu nifas dapat berpengaruh dalam proses laktasi dan dapat mengakibatkan rahim tidak berkontraksi karena darah tidak cukup memberikan oksigen ke rahim. Tiga dari ibu hamil di Indonesia mengalami anemia dan pemilik penderita anemia tertinggi kelima di

dunia yaitu oleh wanita usia subur (15-49 tahun) (Kemenkes RI, 2016). Anemia pada ibu nifas akan berhubungan dengan performa ibu, kualitas dan kuantitas ASI yang akan berpengaruh pada status gizi bayi (Kemenkes RI, 2010). Cakupan ASI eksklusif tahun 2019 di Indonesia adalah 67,74% dari target renstra 50% Jawa barat 53% (Dinkes Jabar, 2017).

Penyebab utama anemia pada ibu nifas adalah anemia masa hamil yang dikombinasikan dengan anemia perdarahan akut karena kehilangan darah pada saat melahirkan. ASI yang diproduksi dipengaruhi asupan makan dan riwayat gizi ibu. Anemia merupakan salah satu masalah gizi yang disebabkan karena kekurangan asupan zat besi yang terdapat dalam makanan sehari-hari dan adanya gangguan penyerapan zat besi oleh tubuh. Kejadian anemia pada ibu menyusui akan menurunkan produksi ASI, menurunkan kualitas dan kuantitas ASI. Hal tersebut berkaitan dengan kerja hormon prolaktin dan oksitosin, serta akan berpengaruh pada pemenuhan kebutuhan bayi usia 0-6 bulan. Pada bulan pertamasesudah persalinan, produksi ASI umumnya sangat banyak sehingga akan banyak keluar diisap oleh bayi dan ibu akan lebih cepat haus serta lapar. Agar jumlah kalori yang keluar tersebut seimbang maka diperlukan masukan nutrisi yang seimbang karena energi ini akan diproses lagi untuk pembentukan ASI. Jumlah produksi ASI bergantung pada besarnya cadangan lemak yang tertimbun selama hamil dan dalam batas tertentu. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kadar kadar hemoglobin dengan komposisi kimia ASI (protein dan karbohidrat) (Kemenkes RI, 2010). Selain itu, ada perbedaan proporsi kecukupan ASI secara bermakna antara responden yang anemia dan responden yang tidak anemi (Trisnawati & Antini, 2023).

Berbagai upaya telah dilaksanakan dalam rangka menurunkan kejadian anemia, tetapi sampai sejauh ini angka kejadian masih tinggi. Angka kejadian anemia di kabupaten karawang pada tahun 2015 sebanyak 27,2% dan meningkat di tahun 2016 menjadi 39,1% dan tahun 2022 menjadi 17%. Dampak anemia terhadap persalinan pada umumnya menyebabkan perdarahan dan menurunnya kualitas dan kuantitas ASI. Kejadian perdarahan di Karawang sebesar 26% dan ini merupakan penyebab kematian tertinggi, sedangkan cakupan ASI eksklusif masih rendah yaitu 51,7%, Hal ini kemungkinan besar ada kaitannya dengan dampak yang di timbulkan dari anemia. (Dinkes Kab. Karawang, 2022). Oleh karena itu, perlu upaya bersama untuk

mengatasinya. Salah satunya melalui kegiatan pengabdian masyarakat yang melibatkan kader posyandu sebagai mitra, karena kita ketahui bersama bahwa kader merupakan garda terdepan dalam pelayanan kepada masyarakat yang memiliki peran penting sebagai penyelenggaraan posyandu, pemberi isu kesehatan pada masyarakat dan penggerak masyarakat. (Untari, Prananingrum, & Pertiwi, 2017)

Solusi yang ditawarkan adalah melakukan pelatihan mengenai penatalaksanaan anemia pada ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas Tanjung Pura kabupaten Karawang yaitu di desa Tanjung Pura dan desa Tanjung Mekar. Tim pengabdian Masyarakat yang terlibat terdiri dari 3 orang dosen dan 3 orang mahasiswa prodi kebidanan Karawang Poltekkes Bandung. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini diharapkan kader memiliki pengetahuan dan keterampilan mengenai Anemia, ASI eksklusif, dan Gizi seimbang untuk ibu yang menyusui dengan anemia, memiliki keterampilan cara mengolah sayur bayam sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan kadar HB kepada kader dan memiliki keterampilan mengenai teknik konseling kepada kader agar dapat memberikan konseling secara mandiri kepada ibu menyusui yang anemia dengan dibekali materi dan leaflet sebagai bahan penyuluhan. Tujuan tersebut merujuk pada beberapa hasil penelitian antara lain menurut (Wahyuni, C. Mose, & Sabarudin, 2019) dengan melakukan pelatihan pada kader posyandu menggunakan modul terintegrasi, terbukti dapat meningkatkan pengetahuan responden. Kenaikan Hb terjadi significant dengan konsumsi sayuran hijau yang diolah dalam bentuk sayur bening selama 1 bulan ditambah penjelasan melalui modul mencapai 2,3 gr%. (Antini & Trisnawati, 2021)

Berdasarkan paparan diatas, manfaat pengabdian Masyarakat ini diharapkan dapat membantu Program Promosi Kesehatan dan Kesga Dinas Kesehatan Karawang dalam rangka menurunkan angka kejadian Anemia di Kabupaten Karawang dan menjadi bahan rujukan atau referensi bagi mata kuliah asuhan kebidanan neonatus dan nifas serta bentuk pelaksanaan dari Tri Dharma Perguruan Tinggi.

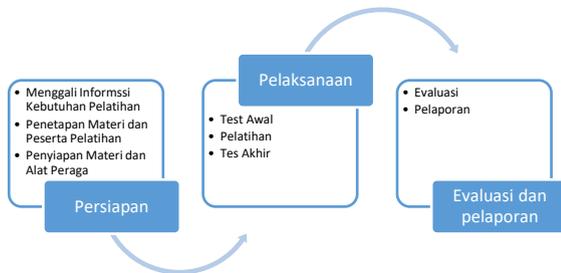
## METODE

Metode kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi persiapan kegiatan, pelaksanaan kegiatan dan evaluasi kegiatan.

Bentuk persiapan meliputi perijinan, koordinasi tempat, sasaran, identifikasi sarana prasarana, materi dan lain lain.

Proses pelaksanaan kegiatan terdiri dari tes awal, pelatihan kepada Mitra 1 yaitu kader yang ada di Kelurahan Tanjung Pura dan Mitra 2 kader posyandu yang ada di kelurahan Tanjung Mekar masing masing 7 orang sebanyak 7 kali pertemuan di tiap tiap mitra.

Kegiatan pelatihan terdiri dari pemberian Materi sebanyak 3 kali pertemuan dengan metode yang diterapkan adalah ceramah tanya jawab mengenai materi anemia, ASI Eksklusif dan Gizi seimbang, dilanjutkan 3 kali pertemuan praktikum untuk tehnik penyampaian konseling dan demonstrasi cara memasak sayur bayam yang benar serta 1 kali pertemuan evaluasi dan pendampingan kader pada saat kader mempraktikkan konseling kepada sasaran (ibu menyusui dengan anemia) yang dihadirkan langsung dengan menggunakan media leaflet sekaligus evaluasi dari seluruh rangkaian kegiatan.



**Gambar 1.** Metode Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

Kegiatan ini dilaksanakan di Posyandu wilayah kerja puskesmas Tanjung Pura kabupaten Karawang. Waktu pelaksanaan mulai Maret sampai dengan September 2023

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini di mulai dari bulan Maret sampai dengan September 2023. Adapun tahapan kegiatannya meliputi : Tes awal (Pre test) dan tes akhir (Post Test), kegiatan pelatihan dan Evaluasi kegiatan. Gambar 2 dan gambar 3 memperlihatkan kegiatan pre dan post test di dua kelurahan yaitu Tanjung Pura dan Tanjung Mekar. Bentuk tesnya adalah pilihan ganda. Adapun hasilnya seperti yang terlihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Rata-rata Nilai Pengetahuan

No	Pengetahuan	$\sum$ Pre Test	$\sum$ Post Tes
1	Anemia	71,30	87,07
2	Asi Eksklusif	80,14	92,78
3	Gizi Seimbang	78,71	93,07

Berdasarkan Tabel 1 dapat terlihat bahwa ada peningkatan rata rata nilai pengetahuan untuk anemia sebesar 15,77 poin,

ASI eksklusif 12,64 point dan Gizi Seimbang 14,36 point.



PRE TEST DAN POST TEST MITRA 1 KEL. TANJUNG PURA

**Gambar 2.** Kegiatan Pre dan Post test di kelurahan Tanjung Pura



PRE TEST DAN POST TEST MITRA 2 KEL. TANJUNG MEKAR

**Gambar 3.** Kegiatan Pre dan Post tes di Kelurahan Tanjung Mekar

Hasil ini menunjukkan bahwa pelatihan sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan kader. Menurut (Anis, 2013), pelatihan merupakan aktivitas yang dilakukan untuk meningkatkan keahlian, pengetahuan dan sikap dalam rangka meningkatkan kinerja saat ini dan masa datang. Meningkatnya pengetahuan kader diharapkan mampu membantu meningkatkan peran kader terhadap ibu menyusui yang mengalami anemia. Menurut penelitian (Diana, 2023) menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan kader dapat menurunkan kejadian anemia pada ibu hamil. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian mengenai pendidikan kesehatan tentang deteksi dini dan pencegahan anemia dalam upaya menurunkan AKI berpengaruh dalam meningkatkan tingkat pengetahuan kader kesehatan ( Rohmatika & Mar'atus Solikhah, 2021)

Media yang digunakan pada upaya peningkatan pengetahuan kader pada kegiatan ini yaitu leaflet dengan judul Gizi seimbang, ASI Eksklusif, dan anemia ibu menyusui. Media leaflet ini sangat membantu kader memahami materi, hal ini terlihat dari peningkatan skor pengetahuan kader dan sangat membantu

kader dalam melakukan transfer informasi pada ibu menyusui pada saat melakukan penyuluhan. Hasil penelitian (Agustini, 2019) mengenai Pengetahuan ibu tentang anemia pada kehamilan sebelum diberikan leaflet menunjukkan nilai mean sebesar 41,39 dan sesudah diberikan leaflet menunjukkan nilai mean sebesar 63,72. Hal ini di dukung oleh penelitian (Arieska, 2023) dimana pemberian media leaflet berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap orang tua balita dengan nilai P value 0.000.



Melatih kader mengenai cara mengolah bahan sayuran yang mengandung Fe Serta Melatih cara mengolah bahan makanan terutama sayuran hijau

MITRA 1  
KEL. TANJUNG PURA

**Gambar 4.** Kegiatan Memasak Sayur Bayam di kelurahan Tanjung Pura



Melatih kader mengenai cara mengolah bahan sayuran yang mengandung Fe Serta Melatih cara mengolah bahan makanan terutama sayuran hijau

MITRA 2  
KEL. TANJUNG MEKAR

**Gambar 5.** Kegiatan Memasak sayur bayam di kelurahan Tanjung Mekar

Gambar 4 dan 5 merupakan kegiatan memasak sayur bayam sesuai langkah yang benar di dua kelurahan yaitu Tanjung Pura dan Tanjung Mekar



Melakukan pelatihan kader mengenai Teknik penyuluhan/promosi Kesehatan Kepada kelompok ibu menyusui yang anemia Dengan menggunakan media promosi

MITRA 1  
KEL. TANJUNG PURA

**Gambar 6.** Praktek konseling di kelurahan Tanjung Pura



Melakukan pelatihan kader mengenai Teknik penyuluhan/promosi Kesehatan Kepada kelompok ibu menyusui yang anemia Dengan menggunakan media promosi

MITRA 2  
KEL. TANJUNG MEKAR

**Gambar 7.** Praktik Konseling di kelurahan Tanjung Mekar

Gambar 6 dan 7 menunjukkan pelaksanaan kegiatan pelatihan konseling di dua kelurahan yaitu Tanjung Pura dan Tanjung Mekar. Adapun hasilnya tampak pada Tabel 2

**Tabel 2.** Rata-rata Nilai Keterampilan

No	Keterampilan	∑ Nilai
1	Memasak	80
2	KIE	60

Berdasarkan Tabel 2 dapat terlihat bahwa Nilai rata-rata keterampilan yang dimiliki kader untuk memasak sayur bayam dan nilai rata rata untuk KIE adalah 60.

Selain peningkatan pengetahuan, juga didapatkan peningkatan kemampuan kader dalam teknik pengolahan sayur bayam sesuai lembar pengamatan dan diperoleh nilai rata rata 80. Bayam dengan berbagai cara pengolahan dapat meningkatkan kadar hemoglobin karena merupakan sumber zat besi yang baik. Menurut hasil penelitian (Tombakan, Lumy, Bawia, & Pratiwi, 2022) didapatkan ada pengaruh yang signifikan antara pemberian sayur bayam hijau terhadap peningkatan hemoglobin pada ibu menyusui di Puskesmas Kombos Kecamatan Singkil. Dengan edukasi keterampilan cara mengolah sayur bayam yang benar tentunya hal ini akan sangat menambah pengetahuan dan ketrampilan kader dalam upaya pencegahan anemia pada ibu menyusui.

Rata-rata kemampuan kader dalam mempraktekkan KIE sesuai pedoman masih kategori cukup yaitu 60. Rata rata para kader menyampaikan permasalahannya adalah kurang percaya diri dan penguasaan pemahaman tentang materi konseling masih kurang serta sulit bicara di depan orang lain karena belum terbiasa. Hal ini memiliki kesamaan dengan Hasil kegiatan pengabdian masyarakat (Nurbaya, Irwan, & Najdah, 2022) pada saat melakukan pelatihan konseling pada kader posyandu di kecamatan campalagian Sulawesi Barat didaerah lokus stantung

didapatkan kesimpulan bahwa yang menjadi masalah kader dalam konseling antara lain tidak percaya diri berbicara dan melakukan konseling, ragu ragu menyampaikan edukasi tentang ASI dan gizi, merasa tidak dipercayai oleh para ibu, masih kurang pengetahuan tentang ASI dan Gizi, sulit bicara di depan orang lain, tidak tau cara konseling dan tidak mempunyai media konseling.

### SIMPULAN DAN SARAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan menunjukkan bahwa pengetahuan dan keterampilan kader mengalami peningkatan yang signifikan setelah dilakukan pelatihan. Pengetahuan mengenai gizi seimbang ada kenaikan 14,36 point, ASI eksklusif ada kenaikan 12,64 point dan anemia pada ibu menyusui ada kenaikan sebesar 15,77 point. Nilai rata-rata keterampilan yang dimiliki kader untuk memasak sayur bayam 80 dengan (kategori baik) dan nilai rata rata untuk KIE adalah 60 (kategori cukup). Sehingga diharapkan kader yang terlatih selalu menerapkan KIE di posyandu dan secara rutin mendapatkan pembinaan dan update pengetahuan mengenai anemia dari tenaga Kesehatan.

### UCAPAN TERIMAKASIH

Pengabdian masyarakat ini merupakan kolaborasi dengan berbagai pihak diantaranya adalah Puskesmas Tanjung Pura Karawang, kelurahan Tanjung Pura dan Tanjung Mekar kabupaten Karawang, mahasiswa prodi kebidanan Karawang, para kader peserta pelatihan serta ibu menyusui yang menjadi sasaran pengabdian masyarakat. Oleh karena itu kami mengucapkan terimakasih yang sebesar besarnya, semoga kegiatan ini bisa berlanjut dan memberikan manfaat untuk masyarakat sekitar dalam upaya menurunkan angka kejadian anemia.

### DAFTAR RUJUKAN

- Rohmatika, D., & Mar'atus Solikhah, M. (2021). Pemberdayaan Masyarakat kader dalam upaya pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil di posyandu Tanggul Asri, Kelurahan Banjarsari, Surakarta. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Irsyad* Vol. 3, No. 1 April 2021 ), 65-73.
- Adriani, M., & wijatmadi, B. (2016). *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Kencana edisi pertama, cetakan ke 4.
- Agustini, F. (2019). Efektifitas Media Leaflet Anemi Pada Ibu Hamil Terhadap Pengetahuan Ibu Di Kecamatan Singaparna Tahun 2019. *Jurnal*

Bidkesmas Respati,  
<https://ejurnal.stikesrespati-tsm.ac.id/index.php/bidkes/article/view/437/347>.

- Anis, R. S. (2013). Pengaruh pelatihan pemberian makan pada bayi dan anak (pmba) terhadap pengetahuan, keterampilan konseling dan motivasi bidan desa. Surakarta: UNS-Pascasarjana Prog. Studi Kedokteran Keluarga-S541108007-2013.
- Antini, A., & Trisnawati, I. (2021). Perbedaan Rata-Rata Kadar Hb dengan Penggunaan Modul Tata Laksana Home Visit dan Konsumsi Daun Kelor pada Ibu Menyusui Anemia di Karawang. *Jurnal Forikes*, 499-502.
- Arieska, R. (2023). Pengaruh Media Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Terhadap Kunjungan Balita Di Posyandu. *Jurnal kebidanan Malahayati*, 124-132  
<https://www.ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/8961/pdf>.
- Diana, S. (2023). Peningkatan peran kader kesehatan pada pencegahan anemia pada ibu hamil. *Jurnal Pengmas Bagimu Negeri*, 60-62.
- Dinkes Jabar. (2017). *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat*. Jawa Barat: Dinkes Jabar.
- Dinkes Kab. Karawang. (2022). *Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Kabupaten Karawang*. Karawang: Dinkes Kapupaten Karawang.
- Dinkes Karawang. (2015). *Profil Dinas Kesehatan Karawang*. Karawang.
- Kemenkes RI. (2010). *Buku Saku Pelayanan Kesehatan Neonatal Esensial Pedoman Teknis Pelayanan Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kemeskes.
- Kemenkes RI. (2016). *Modul Praktikum Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Cetakan Pertama, Desember 2016. Jakarta: BPPSDM Kesehatan.
- Kemenkes RI. (2019). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Pedoman Tablet Tambah Darah Bagi Ibu Hamil Pada Masa Pandemi Covid -19*. Jakarta: Kementerian Kesehatan.
- Nurbaya, Irwan, Z., & Najdah. (2022). Pelatihan Keterampilan Konseling Pada Kader. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, Vol. 6, No. 1, Februari 2022, Hal. 248-257, file:///C:/Users/HP%20PAV%20AERO%2013/Downloads/6335-24506-1-PB.pdf, 248-257.

- Rahma. (2010). Perbaikan Gizi dalam masalah gizi (2010 ed.). Jakarta: LIPI.
- Supriasa. (2012). Penilaian Status Gizi Ibu hamil. Jakarta: EGC.
- Tombokan, S., Lumy, F., Bawia, J., & Pratiwi, D. (2022). fektivitas Pemberian Sayur Bayam Hijau (*Amaranthus gangeticus*) terhadap Peningkatan Hemoglobin pada Ibu Menyusui. *Jurnal Ilmiah Bidan*.
- Trisnawati, I., & Antini, A. (2023). Trisnawati I, AntiniPengaruh Kadar HB Ibu Menyusui Dengan Tingkat Kecukupan ASI Bayi Usia 2 Minggu DI Kabupaten Karawang. *Juriskes*, 136-143.
- Untari, I., Prananingrum, R., & Pertiwi, D. (2017). *Buku Saku Kader Posyandu Balita*. Surakarta: Yuma Pustaka.
- Wahyuni, S., C. Mose, J., & Sabarudin , U. (2019). Pengaruh pelatihan kader posyandu dengan modul terintegrasi terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan keikutsertaan kader posyandu. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia Vol 3*, No.2, 95-101.