



# Edukasi tablet tambah darah (fe) dan bahaya anemia serta pemberian asuhan komplementer berupa *prenatal massage* pada Ibu Hamil di Kelurahan Tewaan Kota Bitung

Gusti Ayu Tirtawati<sup>1\*</sup>, Wahyuni<sup>2</sup>, Irmasanti Fajrin<sup>3</sup>, Alfredo Josua Halawa<sup>4</sup>, Ellen Pesak<sup>5</sup>, Martha D.

Korompis<sup>6</sup>, Kusmiyati<sup>7</sup>, Tantri Wenny Sitanggang<sup>8</sup>

<sup>1</sup>Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, Denpasar, Indonesia

<sup>2,3,4,5,6,7</sup> Politeknik Kesehatan Kemenkes Manado, Manado, Indonesia

<sup>8</sup> Universitas Ichsan Satya, Tangerang Selatan, Indonesia

<sup>1</sup>[tritagustiayu@gmail.com](mailto:tritagustiayu@gmail.com); <sup>2</sup>[wahyuni0891@gmail.com](mailto:wahyuni0891@gmail.com); <sup>3</sup>[irmasantifajrin@gmail.com](mailto:irmasantifajrin@gmail.com);

<sup>4</sup>[elfredohalawa@gmail.com](mailto:elfredohalawa@gmail.com); <sup>5</sup>[indra.bonga@gmail.com](mailto:indra.bonga@gmail.com); <sup>6</sup>[marthakorompis02@gmail.com](mailto:marthakorompis02@gmail.com),

<sup>7</sup>[kusmiatisby@gmail.com](mailto:kusmiatisby@gmail.com); <sup>8</sup>[tantrisitanggang2@gmail.com](mailto:tantrisitanggang2@gmail.com)

Artikel History:

Received: 2024-03-13 / Received in revised form: 2024-05-07 / Accepted: 2024-05-31

## ABSTRACT

According to WHO, the diagnosis of anemia in pregnancy can be made if the hemoglobin (Hb) level is <11 g/dl. This anemia event not only has an impact on the mother but also on the fetus, where the fetus will also experience iron deficiency anemia. The government's efforts to overcome anemia in pregnant women in Indonesia are by establishing a program to provide blood supplement tablets (200 mg of ferrous sulfate equivalent to 60 mg of elemental iron and 0.25 mg of folic acid) for all pregnant women, 90 tablets during pregnancy, in addition to This also includes efforts to improve family nutrition.

The method involves conducting an initial survey and approaching the local government to find out the problems that exist at the location to get full support. Before providing education, a pretest was carried out to measure pregnant women's knowledge about blood supplement tablets and anemia in pregnancy using a questionnaire with criteria in the categories of Good, sufficient, and poor. Provide education to pregnant women about blood supplement tablets (fe) by distributing leaflets so that pregnant women understand the importance of consuming blood supplement tablets to avoid anemia during pregnancy. Reducing back pain in third-trimester pregnant women by providing complementary care in the form of prenatal massage to pregnant women so that pregnancy and childbirth are safe for mothers and healthy babies. After the education, a posttest was carried out to measure the knowledge of pregnant women after being given the education.

Most of the posttest results had good knowledge, namely 80%, and only 20% had good knowledge. After education, most of the knowledge of pregnant women improves. Pregnant women need to know about the dangers of anemia in pregnancy and its treatment because it will have an impact on the mother herself and her fetus. Apart from that, complaints of back pain in the third trimester of pregnancy can be overcome with complementary prenatal massage care which can be done by the husband or family at home.

**Keywords:** Fe tablets, anemia, pregnant women

Gusti Ayu Tirtawati

Email: [tritagustiayu@gmail.com](mailto:tritagustiayu@gmail.com)

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



## ABSTRAK

Menurut WHO, anemia dalam kehamilan sebagai kondisi dengan kadar hemoglobin (Hb) < 11 g/dl. Anemia pada ibu hamil dapat berdampak pada janin dan meningkatkan angka kesakitan. Pemerintah Indonesia telah menetapkan program pemberian tablet tambah darah (200 mg sulfat ferrous setara dengan 60 mg besi elemental dan 0,25 mg asam folat) dan upaya perbaikan gizi keluarga sebagai upaya dalam penanggulangan anemia pada ibu hamil.

Metode dengan melakukan survey awal, pendekatan kepada pemerintah setempat mengetahui permasalahan yang ada di lokasi dengan tujuan yaitu mendapatkan dukungan secara penuh. Sebelum memberikan edukasi dilakukan pretest untuk mengukur pengetahuan Ibu hamil tentang tablet tambah darah dan anemia dalam kehamilan menggunakan kuesioner dengan kriteria kategori Baik, cukup dan kurang. Memberikan edukasi pada Ibu hamil tentang tablet tambah darah (fe) dengan membagikan pamphlet agar Ibu hamil memahami pentingnya mengkonsumsi tablet tambah darah sehingga terhindar dari anemia dalam kehamilan. Mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dengan memberikan asuhan komplementer berupa antenatal massage pada Ibu hamil sehingga kehamilan dan persalinan aman ibu dan bayi sehat. Setelah edukasi dilakukan *posttest* untuk mengukur pengetahuan Ibu hamil setelah diberikan edukasi.

Hasil *posttest* sebagian besar mempunyai pengetahuan baik yaitu 80%, hanya 20% yang mempunyai pengetahuan baik. Setelah dilakukan edukasi sebagian besar pengetahuan Ibu Hamil menjadi baik. Sangat penting bagi ibu hamil untuk mengetahui tentang bahaya anemia dalam kehamilan dan penanganannya karena akan berdampak bagi ibu sendiri dan janinnya. Selain itu keluhan nyeri punggung pada kehamilan trimester III, dapat diatasi dengan asuhan komplementer antenatal massage yang dapat dilakukan oleh suami atau keluarga dirumah.

**Kata kunci : tablet fe, anemia, Ibu Hamil**

## 1. PENDAHULUAN

Anemia merupakan suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah menurun dan kemampuan membawa oksigen yang cukup untuk memenuhi kebutuhan dasar tubuh menurun. Kebutuhan fisiologis tubuh berbeda-beda menurut umur, jenis kelamin, tempat tinggal, merokok dan kehamilan. Sekitar 18% wanita di negara maju dan 56% di negara berkembang menderita anemia, yang dapat menyebabkan gangguan kesehatan bagi wanita dan meningkatkan kejadian angka kematian selama kehamilan dan persalinan (Astutik and Ertiana, 2018).

WHO mendefinisikan anemia dalam kehamilan sebagai kondisi dengan kadar hemoglobin (Hb) <11 g/dL pada trimester pertama dan ketiga, Hb <10,5 g/dL pada trimester kedua, serta <10 g/dL pada pasca persalinan (Kusumastuti, 2022). Di Indonesia, kejadian anemia pada ibu hamil mencapai 48,9%, yang dikategorikan sebagai masalah kesehatan masyarakat berat. Prevalensi ibu hamil yang mengalami anemia defisiensi Fe sekitar 35-75%, dan sebagian besar ibu hamil trimester III mengalami anemia. Anemia pada ibu hamil dapat berdampak pada janin dan meningkatkan angka kesakitan. Berdasarkan hasil penelitian tentang faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia dalam kehamilan pada 49 responden, bahwa sebagian besar ibu hamil trimester III mengalami anemia yakni sebanyak 25 orang (51%) ibu hamil, sebanyak 15 orang (30,6%) ibu hamil trimester II, dan 9 orang (18,4%) ibu hamil trimester I. (Sjahriani and Faridah, 2019)

Anemia selama kehamilan tidak hanya berdampak pada ibu ; penyakit ini juga menyerang anak perempuan , mengakibatkan anemia sehingga kekurangan zat besi . Angka kesakitan dan kematian ibu, peningkatan angka kesakitan dan kematian janin, serta peningkatan risiko berat badan lahir rendah ditunjukkan dalam anemia pada ibu hamil (Kusumastuti, 2022). Zat besi kekurangan pada masa kehamilan dapat menghambat pertumbuhan janin baik pada sel tubuh maupun sel otak. Dengan tambahannya, dapat menyebabkan kematian janin dalam rahim, abortus, cacat bawaan, BBLR, dan anemia pada bayi yang dilahirkan. Oleh karenanya, dilakukan upaya untuk mengobati dan mencegah anemia pada lansia (Kusumastuti, 2022) . untuk mengobati dan mencegah anemia pada lansia (Kusumastuti, 2022) . Terdapat adalah sekitar 48,9 persen lansia Indonesia yang menderita anemia terkait layanan primer .persen dari Lansia Indonesia yang menderita anemia berhubungan dengan pelayanan kesehatan primer . Prevalensi anemia defisiensi besi pada wanita adalah sekitar 35-75% , dan sebagian besar adalah wanita defisiensi besi.

Pemerintah Indonesia telah menerapkan dan melaksanakan program pembagian tablet fe dan program koreksi gizi keluarga sebagai upaya mengatasi anemia ibu hamil. Program ini penting bagi ibu untuk memantau kondisi kesehatannya sepanjang trimester ketiga untuk mencegah anemia pada kehamilan. Kondisi Ibu hamil sangat rentan maka perlu dilakukan pemantauan kondisi kesehatannya sepanjang trimester ketiga untuk mencegah anemia pada kehamilan ( Dewi dan Adnyani, 2022 ) . Ibu hamil sering mengalami sindrom punggung, yang menyerang 60–80 % ibu di seluruh wilayah Indonesia , termasuk sekitar 65 % dari seluruh ibu di Indonesia Timur, diperkirakan 65–100 % ibu mengalami sakit pinggang . Membesarnya rahim akibat pertumbuhan janin yang semakin hari semakin bertambah, membebani tubuh ibu dan menyebabkan lordosis, sebagai sakit punggung pada ibu hamil. Selain itu penambahan berat badan ibu juga dapat menyebabkan sakit pinggang.

Survei pendahuluan yang dilakukan di Desa Teraan Bitung menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil tidak memeriksa hemoglobin atau menggunakan tabel fe yang diberikan oleh petugas kesehatan..

## **2. METODE PELAKSANAAN KEGIATAN**

Metode metode yang digunakan dalam sosialisasi adalah dengan melakukan survey pendahuluan di lokasi dimana kegiatan sosialisasi akan dilakukan , dengan tujuan untuk memahami permasalahan yang muncul . Dari lima orang tersebut , empat ( 80 % ) Ibu hamil tidak pernah melakukan tes hemoglobin , dan dua orang ( 40 % ) Ibu hamil tidak pernah meminum tablet fe yang diberikan oleh pihak kesehatan , 1 orang (20%) ibu hamil hanya mengkonsumsi 30 tablet dan

2 (40%) orang ibu hamil mengkonsumsi 60 tablet. Selain itu dari 5 orang ibu hamil, sebanyak 2 orang ibu hamil trimester III dan 1 diantaranya mengalami keluhan nyeri pada punggung.

Setelah melakukan survey awal, dengan tujuan yaitu untuk mengetahui permasalahan secara pasti langkah selanjutnya adalah selanjutnya yaitu melakukan pendekatan kepada pemerintah setempat yaitu pemerintah Kelurahan dan Poskesdes yang mengetahui permasalahan yang ada di lokasi tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tujuan yaitu mendapatkan dukungan secara penuh dari pemerintah setempat dan Poskesdes untuk pelaksanaan kegiatan ini.

Dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ada beberapa kegiatan yaitu :

- a. Sebelum memberikan edukasi dilakukan pretest untuk mengukur pengetahuan Ibu hamil tentang tablet tambah darah dan anemia dalam kehamilan menggunakan kuesioner dengan kriteria kategori Baik jika nilainya 76-100, kategori Cukup jika nilainya 60-75, kategori Kurang jika nilainya  $\leq 59$ .
- b. Memberikan edukasi pada Ibu hamil tentang tablet tambah darah (fe) dengan membagikan pamphlet agar Ibu hamil memahami pentingnya mengkonsumsi tablet tambah darah sehingga terhindar dari anemia dalam kehamilan.
- c. Mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dengan memberikan asuhan komplementer berupa prenatal massage pada Ibu hamil sehingga kehamilan dan persalinan aman ibu dan bayi sehat.
- d. Setelah edukasi dilakukan *posttest* untuk mengukur pengetahuan Ibu hamil setelah diberikan edukasi.

Pelaksanaan Kegiatan : Maret 2023, tempat : Kelurahan Tewaan Kota Bitung, pelaksanaan kegiatan dengan memberikan edukasi tentang tablet tambah darah dan anemia dalam kehamilan, dan memberikan asuhan komplementer berupa antenatal massage pada ibu hamil trimester III.

- 1) Persiapan : (lokasi, jadwal, tim, persiapan alat)
- 2) Pelaksanaan.
  - a) Penyampaian tujuan kegiatan
  - b) Bina suasana (pencairan suasana)

#### 1) Edukasi

Melakukan edukasi tentang pentingnya mengonsumsi tablet fe selama hamil dan bahaya anemia dalam kehamilan serta membagikan pamphlet yang memuat tentang tablet tambah darah dan anemia dalam kehamilan.

- 2) Memberikan asuhan komplementer berupa antenatal massage sehingga keluhan sakit punggung pada ibu hamil trimester III dapat teratasi serta proses hamil, bersalin, nifas berjalan lancar, sehat dan aman.

#### 3) Tindak Lanjut

Dapat diterapkan oleh petugas Poskesdes (Bidan) pada setiap pemeriksaan Ibu hamil karena Ibu hamil rentan mengalami anemia dan keluhan nyeri pada punggung demikian juga dengan kader kesehatan agar memotivasi Ibu-Ibu hamil memahami manfaat mengonsumsi tablet fe serta aturan konsumsi dan melakukan antenatal massage.

#### 4) Monitoring

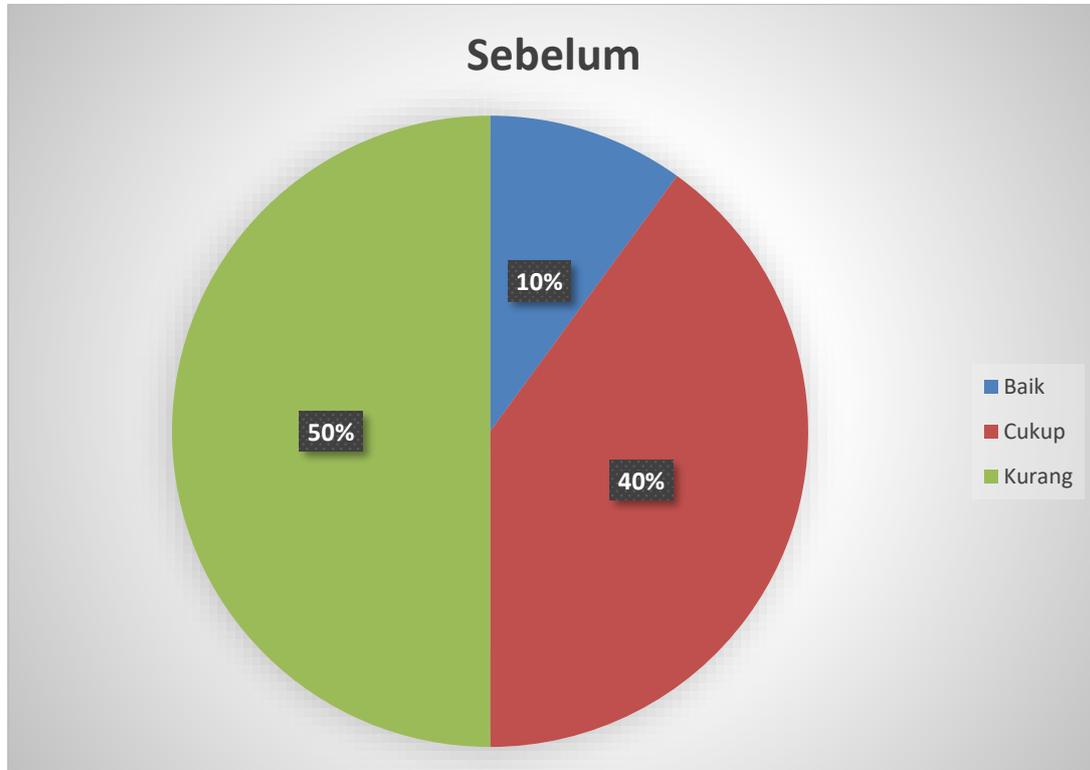
Monitoring terhadap capaian tujuan mengurangi kejadian anemia dalam kehamilan dan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dengan pendekatan Komplementer. Ibu hamil dapat melewati proses kehamilan, persalinan dan nifas dengan sehat, aman dan Bahagia.

Sasaran pelaksanaan kegiatan ini adalah Ibu hamil, Kader kesehatan, petugas Poskesdes (Bidan) dan pemerintah Kelurahan di Kelurahan Tewaan Kota Bitung.

### 3. HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

Pengetahuan Ibu hamil mengenai tablet fe dan anemia kehamilan sebelum diberikan edukasi dan setelah diberikan edukasi yaitu :

Tabel 3.1 *Pretest* edukasi tablet tambah darah dan anemia kehamilan

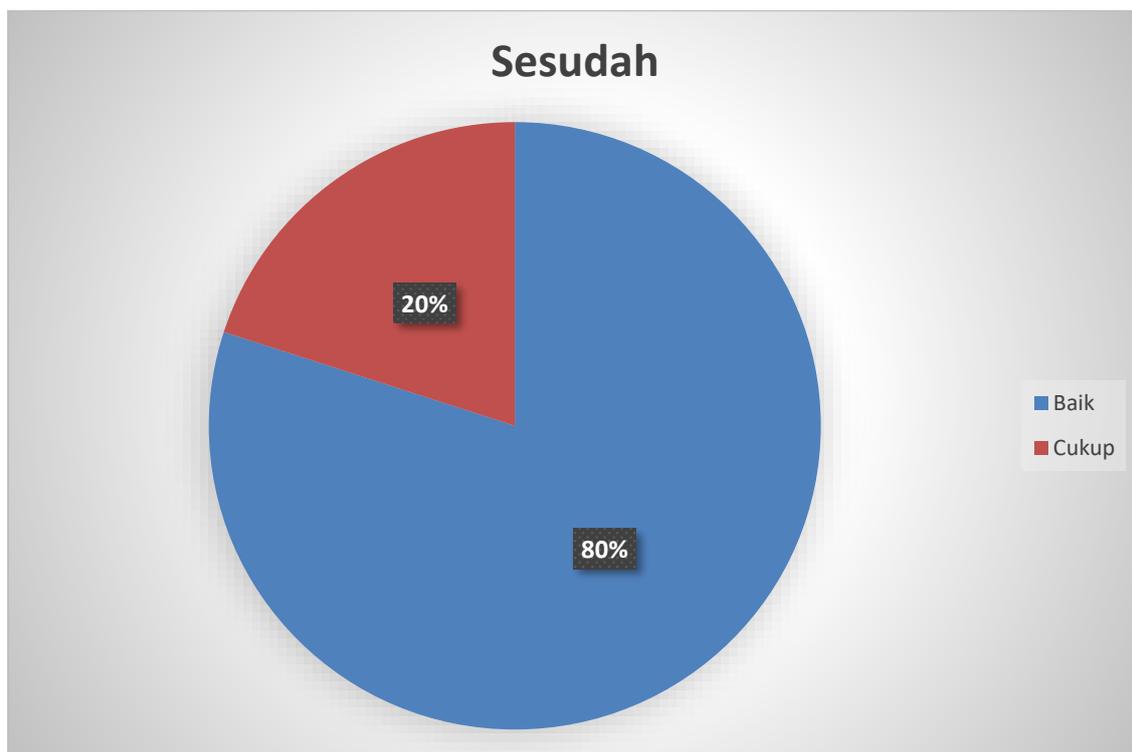


Dari table 3.1 sebagian besar mempunyai pengetahuan kurang yaitu 50%, hanya 10% yang mempunyai pengetahuan baik.

Setelah dilakukan *Pretest* kemudian dilanjutkan dengan edukasi tentang pentingnya mengkonsumsi tablet tambah darah selama kehamilan dan bahaya anemia dalam kehamilan serta membagikan leaflet yang memuat tentang tablet tambah darah dan anemia dalam kehamilan serta memberikan asuhan komplementer berupa prenatal massage sehingga keluhan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dapat teratasi serta proses kehamilan, persalinan, nifas berjalan lancar, sehat dan aman.

Setelah selesai edukasi dan asuhan komplementer prenatal Massage, untuk mengukur keberhasilan edukasi dilakukan *posttest*.

Tabel 3.2 *Posttest* edukasi tablet tambah darah dan anemia kehamilan



Dari table 3.2 sebagian besar mempunyai pengetahuan baik yaitu 80%, hanya 20% yang mempunyai pengetahuan baik.

Evaluasi hasil kegiatan dan tolok ukur keberhasilan terhadap kegiatan yang dilakukan dengan cara :

Evaluasi jangka pendek yaitu :

Evaluasi jangka pendek : langsung dilakukan dievaluasi setelah ibu hamil mendapatkan edukasi tentang tablet tambah darah dan asuhan komplementer berupa prenatal massage. Cara evaluasi dengan menggunakan kuesioner pengetahuan tentang tablet tambah darah dan anemia dalam kehamilan serta lembar observasi tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan prenatal massage.

Evaluasi jangka panjang : melibatkan Bidan yang bertugas di Poskesdes

Memantau perkembangan Ibu hamil di kunjungan berikutnya, diharapkan setiap memberikan pelayanan kepada Ibu hamil petugas Poskesdes (Bidan) menerapkan apa yang telah dilakukan saat pengabmas sehingga bermanfaat bagi Ibu hamil.

Melibatkan Pemerintah Kelurahan / kader Kesehatan : turut memberikan motivasi kepada Ibu hamil agar rutin mengkonsumsi tablet tambah darah (fe) dan suami atau pendamping mampu melakukan prenatal massage di rumah.

Pihak yang Terlibat : Kepala Kelurahan Tewan beserta jajaran, Tokoh masyarakat, Bidan Poskesdes, Kader Kesehatan, Tim pengabmas, Ibu hamil

## SIMPULAN

Setelah dilakukan edukasi sebagian besar pengetahuan Ibu Hamil menjadi baik. Anemia defisiensi besi kehamilan merupakan kondisi kekurangan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan kadar hemoglobin (Hb) <11 gr% pada trimester I dan III, dan pada trimester II kadar Hb <10,5%. Anemia ini dapat diatasi dengan suplementasi zat besi pada ibu hamil yang dikonsumsi minimal 90 tablet selama kehamilan hingga masa nifas. Akibat anemia dalam kehamilan pada ibu beresiko terjadi placenta previa, preeklampsia dan eklampsia, ketuban pecah dini, perdarahan antepartum, serta dekompensasi kardis. Adapun akibat pada janin yakni beresiko terjadi BBLR, IUGR, asfiksia neonatorum, cacat bawaan, retardasi mental dan cacat otak.

Prenatal Massage merupakan lingkup asuhan komplementer yang dapat memberikan ketenangan dan relaksasi tubuh. Selain itu juga dapat mengurangi cemas pada ibu hamil.

## SARAN

Sangat penting bagi ibu hamil untuk mengetahui tentang bahaya anemia dalam kehamilan dan penanganannya karena akan berdampak bagi ibu sendiri dan janinnya. Selain itu keluhan nyeri punggung pada kehamilan trimester III, dapat diatasi dengan asuhan komplementer prenatal massage yang dapat dilakukan oleh suami atau keluarga dirumah

## DAFTAR PUSTAKA

- Astutik, R. Y. and Ertiana, D. (2018) *Anemia dalam Kehamilan*. Jawa Timur: Pustaka Abadi. Available at: <https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=6tisDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR5&dq>
- Dartiwen and Nurhayati, Y. (2019) *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Yogyakarta: ANDI.
- Dewi, O. P. and Adnyani, S. (2022) 'Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia Dalam Kehamilan', 3(1), pp. 10–13. doi: 10.58258/rehat.v3i1.3480/.
- Harahap, Y. Z. (2019) 'Pengaruh Prenatal Massage Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Klinik Erna Kecamatan Padang Bolak Kabupaten Padang Lawas Utara', *Jurnal Ilmiah Maksitek*, 4(4), pp. 1–5.
- Hatini, E. E. (2018) *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Malang: Wineka Media.
- Kusumastuti, E. (2022) 'Anemia dalam Kehamilan'. Available at: [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1132/anemia-dalam-kehamilan](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1132/anemia-dalam-kehamilan).
- Lestari, D., Sumastri, H. and Wahyuni, S. (2021) *Anemia, Tablet Tambah Darah dan Pengawas Minum Obat*. Kediri: Chakra Brahmanda Lentera.
- Lubis, K. et al. (2022) *Pelayanan Komplementer Kebidanan*. Edited by A. G. Stellata. Bandung: Kaizen Publisher.
- Mamuroh, L. and Nurhakim, F. (2021) 'ANEMIA KEHAMILAN DAN FAKTOR YANG MEMPENGARUHI : STUDI KORELASI', 21, pp. 43–53.
- Nurbadiyah, W. D. (2019) *Anemia Defisiensi Besi*. Yogyakarta: Deepublish.
- Parulian, I. et al. (2016) 'Strategi dalam penanggulangan pencegahan anemia pada kehamilan', 3.
- Sjahlriani, T. and Faridah, V. (2019) 'FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA', *Jurnal Kebidanan*, 5(2), pp. 106–115. Available at: <https://core.ac.uk/download/pdf/230555831.pdf>.
- Wulandari, C. L. et al. (2021) *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Bandung: Media Sains Indonesia.