

**LAPORAN AKHIR**  
**PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**  
**“SKEMA PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT”**



**PENDIDIKAN KESEHATAN PENCEGAHAN DAN PENANGANAN**  
**ANEMIA PADA IBU HAMIL DI KELURAHAN 12 ULU**  
**KECAMATAN SEBERANG ULU II KOTA**  
**PALEMBANG TAHUN 2019**

Tahun ke 1 dari Rencana 1 Tahun

OLEH :

TIM PELAKSANA :

KETUA

META ROSDIANA, SST.,M.KES NIDN.0211307601

ANGGOTA

ANNISA KHOIRIAH, SST.,M.KES NIDN.0213079101

**PROGRAM STUDI D III KEBIDANAN**  
**STIK SITI KHADIJAH PALEMBANG**  
**JULI 2019**

## HALAMAN PENGESAHAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Judul Penelitian : Pendidikan kesehatan pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil di Kelurahan 12 Ulu kecamatan seberang ulu 2 Kota Palembang Tahun 2019

**Ketua Pelaksana**

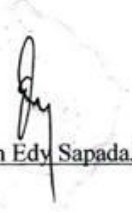
Nama : Meta Rosdiana, SST., M.Kes  
NIDN : 0211307601  
Jabatan Fungsional : Asisten Ahli  
Program Studi : D III Kebidanan  
No Telp : 081368389751  
Email : rosdiana.meta76@gmail.com

**Anggota Pelaksana**


Nama Lengkap : Annisa Khoiriah, SST., M.Kes  
NIDN : 0213079101  
Perguruan Tinggi : STIK Siti Khadijah Palembang  
Tahun Pelaksanaan : Tahun ke 1 dari rencana 1 tahun  
Biaya Tahun Berjalan : Rp. 2.500.000,-  
Sumber Keseluruhan : Rp. 2.500.000,-

Palembang, Juli 2019

Ketua STIK

  
Dr. dr. H Ibrahim Edy Sapada, M.Kes  
NIK. 026831

Ketua Pelaksana

  
Meta Rosdiana, SST., M.Kes  
NIDN. 0211307601

Mengetahui/ Menyetujui,

Ketua Lembaga Pengabdian

  
Dewi Rury Arindari, S.Kep., Ners., M.Ns  
NIK. 118756

## **RINGKASAN**

Anemia pada kehamilan merupakan permasalahan kesehatan di negara-negara dunia, baik negara maju maupun negara berkembang. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, angka kejadian anemia ibu hamil di Indonesia meningkat yaitu dari 37,1% tahun 2013 menjadi 48,9% tahun 2018 ibu hamil yang mengalami anemia. Anemia adalah kondisi dimana kadar hemoglobin tidak mencukupi dalam memenuhi kebutuhan fisiologi tubuh. Kebutuhan fisiologi tersebut berbeda-beda pada setiap orang, berdasarkan usia, jenis kelamin, ketinggian tempat tinggal dari atas laut, dan juga berdasarkan kehamilan. Defisiensi besi adalah penyebab anemia yang paling sering di dunia, termasuk penyebab tersering pada ibu hamil. Selain anemia defisiensi besi, anemia juga dapat disebabkan oleh defisiensi B12, asam folat, vitamin A, atau adanya inflamasi akut dan kronis, infeksi parasit, inherited atau acquired disorders yang mempengaruhi sintesis Hb, dan permasalahan pada produksi sel darah merah atau pada survival sel darah merah. Klasifikasi anemia berdasarkan nilai indeks eritrosit dibagi menjadi anemia hipokromik mikrositer, normokromik normositer, dan makrositer. Pendidikan kesehatan sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan agar mengurangi angka kematian ibu.

## **PRAKATA**

Puji dan syukur ke hadirat Allah SWT atas izin dan rahmat-Nya kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini yang berjudul Pendidikan kesehatan pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil di Kelurahan 12 Ulu Kecamatan Seberang Ulu II Kota Palembang Tahun 2019 dapat terlaksana dengan baik, lancar dan tanpa kendala apapun. Kegiatan ini tidak akan dapat berjalan dengan lancar tanpa adanya dukungan dan bantuan dari pihak terkait baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, kami ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada :

1. Dr. dr Ibrahim Edy Sapada, M.Kes selaku Ketua STIK Siti Khadijah Palembang
2. Ns. Dewi Ruri Arindary S.Kep.,Ners.,M.Ns selaku Ka. Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat
3. Meta Rosdiana, SST., M.Kes selaku Ketua Program Studi D III Kebidanan
4. Warga masyarakat di Kelurahan 12 Ulu Kecamatan Seberang Ulu II Kota Palembang
5. Semua pihak yang telah membantu pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu

Demikian semoga kegiatan pengabdian yang kami lakukan ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Aamiin...

Palembang, Juli 2019

Ketua Pelaksana,

Meta Rosdiana, SST.,M.Kes

## **DAFTAR ISI**

Laporan pengabdian kepada masyarakat dibuat sebanyak 2 eksemplar untuk PPkM STIK Siti Khadijah Palembang dengan format sebagai berikut :

Halaman Sampul

Halaman Pengesahan

Ringkasan

Prakata

Daftar Isi

Daftar Tabel

Daftar Gambar

Daftar Lampiran

**BAB I PENDAHULUAN**

**BAB II TARGET DAN LUARAN**

**BAB III METODE KEGIATAN**

**BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

**DAFTAR PUSTAKA**

**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran terdiri dari : (1) Surat tugas dosen; (2) Surat tugas mahasiswa; (3) Kontrak pengabdian; (4) Satuan Acara Penyuluhan (SAP beserta Materi); (5) Dokumentasi ( foto, leaflet, daftar hadir peserta kegiatan); (6) Anggaran biaya

## **LAMPIRAN**

1. Surat tugas dosen
2. Surat tugas mahasiswa
3. Kontrak pengabdian
4. Satuan Acara Penyuluhan ( SAP beserta materi)
5. Dokumentasi
  - Foto
  - Leaflet
  - Daftar hadir peserta kegiatan
6. Anggaran biaya

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1. Analisis Situasi**

Anemia pada kehamilan merupakan permasalahan kesehatan di negara-negara dunia, baik negara maju maupun negara berkembang. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, angka kejadian anemia ibu hamil di Indonesia meningkat yaitu dari 37,1% tahun 2013 menjadi 48,9% tahun 2018 ibu hamil yang mengalami anemia. Anemia adalah kondisi dimana kadar hemoglobin tidak mencukupi dalam memenuhi kebutuhan fisiologi tubuh(Riskesdas,2018).

Kebutuhan fisiologi tersebut berbeda-beda pada setiap orang, berdasarkan usia, jenis kelamin, ketinggian tempat tinggal dari atas laut, dan juga berdasarkan kehamilan. Defisiensi besi adalah penyebab anemia yang paling sering di dunia, termasuk penyebab tersering pada ibu hamil. Selain anemia defisiensi besi, anemia juga dapat disebabkan oleh defisiensi B12, asam folat, vitamin A, atau adanya inflamasi akut dan kronis, infeksi parasit, inherited atau acquired disorders yang mempengaruhi sintesis Hb, dan permasalahan pada produksi sel darah merah atau pada survival sel darah merah (Tyagi dan Kaushik,2016).

World Health Organization (WHO) sudah menentukan kadar Hb normal untuk ibu hamil beserta batasan kategori anemia ringan dan berat pada masa kehamilan, yaitu sebagai berikut: Normal: Hb > 11 gr/dl. Anemia ringan: Hb 8-11 gr/dl. Anemia berat: Hb < 7 gr/dl. Klasifikasi anemia berdasarkan nilai indeks eritrosit dibagi menjadi anemia hipokromik mikrositer, normokromik normositer, dan makrositer. Indeks eritrosit tersebut adalah Mean Corpuscular Volume (MCV), Mean Corpuscular Hemoglobin (MCH), dan Mean Corpuscular Hemoglobin Concentration (MCHC). Selain menunjukkan kelainan primernya, pendekatan ini juga dapat menunjukkan kelainan yang mendasari sebelum terjadinya anemia. Pada kehamilan normal, terdapat peningkatan ringan MCV bahkan tanpa adanya penyebab makrositas lainnya. Pengaplikasian hasil indeks eritrosit ini digunakan untuk mengetahui jenis anemia yang dialami oleh ibu hamil (Nabila I, 2016)

Pencegahan dan penanganan anemia pada kehamilan sangat penting dilakukan karena anemia ringan yang terdeteksi pada awal kehamilan tidak menyebabkan dampak buruk yang serius terhadap ibu dan bayi. Namun, pada anemia berat, risiko untuk terjadi efek buruk terhadap ibu dan bayi akan semakin besar. Oleh karena itu, direkomendasikan pemeriksaan darah lengkap di awal kehamilan untuk mencegah terjadinya dampak buruk anemia pada kehamilan.

Untuk itu kami mengajukan usulan pengabdian masyarakat dengan judul Pendidikan kesehatan pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil di Kelurahan 12 Ulu kecamatan seberang ulu 2 Kota Palembang Tahun 2019

## **2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan analisis situasi tersebut, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut “Pendidikan kesehatan pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil di Kelurahan 12 Ulu kecamatan seberang ulu 2 Kota Palembang Tahun 2019.”

## **3. Tujuan Kegiatan**

Meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya pengetahuan pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil, sehingga dapat mengurangi angka kematian ibu di Indonesia terutama di Kelurahan 12 Ulu kecamatan seberang ulu 2 Kota Palembang.



## **BAB II**

### **TARGET DAN LUARAN**

2.1 Indikator capaian Program Pengabdian masyarakat yang di tunjukan adalah:

1. Masyarakat di Kelurahan 12 Ulu Kecamatan Seberang Ulu II Kota Palembang mampu dan memiliki pengetahuan tentang anemia pada ibu hamil.
2. Masyarakat di Kelurahan 12 Ulu Kecamatan Seberang Ulu II Kota Palembang mampu dalam melakukan pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil.

2.2 Luaran

Buletin Ahsanul Khidmah

## **BAB III**

### **METODE PELAKSANAAN**

#### **3.1 Khalayak Sasaran**

Sasaran kegiatan diarahkan kepada masyarakat di Kelurahan 12 Ulu kecamatan seberang ulu 2 Kota Palembang

#### **3.2 Metode Kegiatan**

Metode kegiatan ini berbentuk penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah.

#### **3.3 Jadwal Pelaksanaan**

Tanggal : Sabtu, 27 Mei 2019

Waktu : Pukul 09.00 s.d Selesai

Tempat : Balai Kelurahan 12 Ulu kecamatan seberang ulu 2 Kota Palembang

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pendidikan kesehatan (penyuluhan) tentang pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil di Kelurahan 12 Ulu kecamatan seberang ulu 2 Kota Palembang berjalan dengan lancar. Sebelum melakukan kegiatan penyuluhan, pemateri memperkenalkan diri terlebih dahulu kemudian mencoba menggali pengetahuan dasar ibu hamil tentang anemia. Pemateri mengajukan beberapa pertanyaan mengenai pengertian anemia. Setelah menggali pengetahuan dasar kemudian pemateri mulai memaparkan materi pendidikan kesehatan mengenai anemia pada ibu hamil. Selama kegiatan penyuluhan berlangsung tampak peserta antusias dan memperhatikan isi materi penyuluhan.

Kegiatan pemberian materi berlangsung selama kurang lebih 60 menit dan di akhir sesi pemateri memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan. Didapatkan 3 pertanyaan dari peserta penyuluhan terkait materi isi materi. Setelah menjawab pertanyaan dari peserta, pemateri melakukan evaluasi terkait pemberian materi yang telah di sampaikan dengan cara memberikan pertanyaan kesempatan kepada peserta untuk menjawab pertanyaan tersebut. Peserta yang mampu menjawab pertanyaan mendapatkan *door prize* sebagai tanda apresiasi dan setelah itu kegiatan penyuluhan ditutup dengan kegiatan foto bersama antara pemateri dengan peserta seminar.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kegiatan yang dilakukan diharapkan dapat membuat masyarakat lebih memahami tentang anemia pada ibu hamil. Kegiatan yang diberikan merupakan kegiatan penyuluhan di masyarakat Kelurahan 12 Ulu kecamatan seberang ulu 2 Kota Palembang. Selain itu juga dibuka forum diskusi tanya jawab tanpa batas pertanyaan, Hal ini menyebabkan masyarakat menjadi lebih antusias dalam mengikuti kegiatan tersebut. Mengingat besarnya manfaat yang dapat diambil dari kegiatan pengabdian pada Masyarakat ini, maka kegiatan pembinaan menyeluruh juga perlu dilaksanakan setiap bulannya agar dapat terus melakukan kontrol dan monitoring terhadap kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan sebelumnya. Tim PPM juga berharap para dosen STIK Siti Khadijah tetap menjaga dan meningkatkan komitmen dalam melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya pengabdian pada masyarakat dengan melihat aspek-aspek kecil yang akan berdampak besar di masa yang akan datang.

## DAFTAR PUSTAKA

Nabila I. Gambaran indeks eritrosit pada ibu hamil yang menderita anemia di RSUD Dr Soetomo Surabaya. Universitas Airlangga Library.2016;9:1- 4.

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. [http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi\\_rakorpop\\_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf) – Diakses Juli 2019.

Tyagi N, Kaushik A, Khatri A, Akansha, Ranga S. Prevalence of type and severity of anemia in antenatal cases in a tertiary care hospital in north India. Pacific group of e-journals.2016;2(1):a7-a10.



**YAYASAN ISLAM SITI KHADIJAH  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
SITI KHADIJAH PALEMBANG**

TERAKREDITASI BAN-PT

Jln. Demang Lebar Daun Pakjo Palembang Telp. 0711 - 314562  
Website : [www.stik-sitikhadijah.ac.id](http://www.stik-sitikhadijah.ac.id)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

**SURAT TUGAS PENGABDIAN DOSEN**

Nomor : 244/STIK-SK/PPkM/II/II/2.1/V/2019

Ketua Pusat Pengabdian kepada Masyarakat (PPkM) Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Siti Khadijah Palembang dengan ini menugaskan:

NO	NAMA	NIDN	POSISI	UNIT KERJA
1.	Meta Rosdiana, SST., M.Kes	0211307601	Ketua	Dosen Tetap Prodi D-III Kebidanan
2.	Annisa Khoiriah, SST., M.Kes	0213079101	Anggota	Dosen Tetap Prodi D-III Kebidanan

Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian dosen dalam rangka Tri Darma Perguruan Tinggi dosen STIK Siti Khadijah Palembang, dengan judul :

"Pendidikan Kesehatan Pencegahan dan Penanganan Anemia pada Ibu Hamil di Kelurahan 12 Ulu Kecamatan Seberang Ulu 2 Kota Palembang Tahun 2019"

Demikianlah surat tugas ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tiba tgl .....  
Pulang tgl .....  
( ..... )

  
( ..... Amiruddin ..... )

Dibuat : Palembang  
Pada Tanggal : Mei 2019  
Ka. PPkM

  
Dewi Rury Arindari, S.Kep., Ners., MNS  
NIK. 118756



**YAYASAN ISLAM SITI KHADIJAH  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
SITI KHADIJAH PALEMBANG**

TERAKREDITASI BAN-PT

Jln. Demang Lebar Daun Pakjo Palembang Telp. 0711 - 314562  
Website : www.stik-sitikhadijah.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

**SURAT TUGAS MAHASISWA**

Nomor : ~~2114~~ STIK-SK/PPkM/II/II/2.2/V/2019

Ketua Pusat Pengabdian kepada Masyarakat (PPkM) Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Siti Khadijah Palembang dengan ini menugaskan:

No	NAMA	NIM	POSISI	URAIAN TUGAS
1.	AJENG CAHYANI PUTRI	31709001	Moderator	a. Membuka acara kegiatan, memperkenalkan diri dan tim kepada peserta. b. Mengatur proses dan lama kegiatan. c. Memotivasi peserta untuk bertanya. d. Memimpin jalannya diskusi dan evaluasi. e. Menutup acara kegiatan
2.	ALVI NURDIANTI	31709002	Fasilitator	a. Ikut bergabung dan duduk bersama di antara peserta. b. Mengevaluasi peserta tentang kejelasan materi penyuluhan. c. Memotivasi peserta untuk bertanya materi yang belum jelas. d. Menginterupsi penyuluh tentang istilah/hal-hal yang dirasa kurang jelas bagi peserta. e. Membagikan leaflet dan lembar evaluasi kepada peserta.
3	ANDINI MILIARTI	31709004	Observer	a. Mencatat nama, alamat dan jumlah peserta, serta menempatkan diri sehingga memungkinkan dapat mengamati jalannya proses penyuluhan. b. Mencatat pertanyaan yang diajukan peserta. c. Mengamati perilaku verbal dan non verbal peserta selama proses penyuluhan. d. Mengevaluasi hasil penyuluhan dengan rencana penyuluhan. e. Menyampaikan evaluasi langsung kepada penyuluh yang dirasa tidak sesuai dengan rencana penyuluhan.

Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh mahasiswa STIK Siti Khadijah Palembang, dengan judul:

"Pendidikan Kesehatan Pencegahan dan Penanganan Anemia pada Ibu Hamil di Kelurahan 12 Ulu Kecamatan Seberang Ulu 2 Kota Palembang Tahun 2019"

Demikianlah surat tugas ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tiba tgl .....  
Pulang tgl .....  
( ..... )

  
(..... Amiruddin.....)

Dibuat : Palembang  
Pada Tanggal : Mei 2019  
Ka. PPkM

  
Dewi Rury Arindari, S.Kep., Ners., MNS  
NIK. 118756



**YAYASAN ISLAM SITI KHADIJAH  
STIK SITI KHADIJAH PALEMBANG  
PUSAT PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

Jl. Demang Lebar Daun Lorok Pakjo Palembang, Telp. (0711) 315010  
Website: www.stikes-sitikhadijah.ac.id ; E-mail : info@stikes-sitikhadijah.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

**KONTRAK HIBAH INTERNAL  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

Nomor : 219 A /STIK-SK/PPkM/II/V/5.2/V/2019

Pada hari ini **Jumat** tanggal **Tiga** bulan **Mei** tahun **Dua Ribu Sembilan Belas**, kami yang bertandatangan dibawah ini :

- 1. Dewi Rury Arindari, S.Kep.,Ners.,MNS** : Ketua Pusat Pengabdian kepada Masyarakat STIK Siti Khadijah Palembang dalam hal ini bertindak untuk dan atas nama STIK Siti Khadijah, yang berkedudukan di Palembang, untuk selanjutnya disebut **PIHAK PERTAMA**;
- 2. Meta Rosdiana, SST., M.Kes** : Dosen Prodi D-III Kebidanan STIK Siti Khadijah Palembang dalam hal ini bertindak sebagai pengusul dan Ketua Pelaksana Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat Tahun Anggaran 2019 untuk selanjutnya disebut **PIHAK KEDUA**.

**PIHAK PERTAMA** dan **PIHAK KEDUA**, secara bersama-sama sepakat mengikatkan diri dalam suatu Kontrak Pengabdian kepada Masyarakat dengan ketentuan dan syarat-syarat sebagai berikut:



## **Pasal 1**

### **Judul Kegiatan Pengabdian**

**PIHAK PERTAMA** memberikan tugas kepada **PIHAK KEDUA** untuk melaksanakan pengabdian dan **PIHAK KEDUA** menyatakan menerima perintah tugas untuk melaksanakan kegiatan pengabdian yang berjudul: "**Edukasi Pemahaman Ibu Mengenai Persiapan Persalinan Normal di Bidan Maimunah Kelurahan 12 Ulu Kecamatan Seberang Ulu 2 Kota Palembang Tahun 2019**".

## **Pasal 2**

### **Waktu Kegiatan Pengabdian**

Waktu Kegiatan Pengabdian adalah 2 bulan, terhitung tanggal 06 Mei sampai dengan 06 Juli 2019.

## **Pasal 3**

### **Personalia Kegiatan Pengabdian**

Susunan personalia kegiatan pengabdian kepada masyarakat dosen adalah sebagai berikut:

1. Pelaksana Utama : Meta Rosdiana,SST.,M.Kes
2. Anggota Pelaksana : Annisa Khoiriah,SST.,M.Kes

## **Pasal 4**

### **Biaya Kegiatan Pengabdian**

Biaya pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dibebankan pada Anggaran Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat STIK Siti Khadijah Palembang Tahun 2019 dengan nilai kontrak sebesar Rp. 2.500.000,-

## **Pasal 5**

### **Cara Pembayaran**

Pembayaran biaya kegiatan pengabdian menurut tahapan berikut:

- (1) Tahap I sebesar 70% dari nilai kontrak diluar anggaran konferensi/publikasi yang diterima paling lambat dua minggu setelah Kontrak Hibah Internal Pengabdian kepada Masyarakat ini ditandatangani oleh kedua pihak melalui Pusat Pengabdian kepada Masyarakat STIK Siti Khadijah Palembang.
- (2) Tahap II sebesar 30% dari nilai kontrak diluar anggaran konferensi. Publikasi yang diterima setelah **PIHAK KEDUA** menyelesaikan pengumpulan laporan akhir kegiatan pengabdian.
- (3) Tahap III diberikan sesuai anggaran konferensi/publikasi diterima **PIHAK KEDUA** setelah menerima LOA (*Letter of Acceptences*) dan melakukan konferensi/publikasi kegiatan pengabdian.

## **Pasal 6**

### **Hak dan Kewajiban masing-masing Pihak**

(1) Hak dan Kewajiban **PIHAK PERTAMA**:

Hak **PIHAK PERTAMA** adalah:

- a. Memberikan sanksi jika dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian terjadi pelanggaran terhadap isi perjanjian oleh pelaksana.

Kewajiban **PIHAK PERTAMA** adalah:

- a. Melakukan pengawasan administrasi, monitoring, dan evaluasi terhadap pelaksanaan kegiatan pengabdian
- b. Melakukan pemantauan kemajuan kegiatan pengabdian

(2) Hak dan Kewajiban **PIHAK KEDUA**:

Hak **PIHAK KEDUA** adalah:

- a. Menerima dana kegiatan pengabdian sesuai dengan pasal 4

Kewajiban **PIHAK KEDUA** adalah:

- a. Memastikan keaslian judul kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebagaimana disebutkan dalam pasal 1 Kontrak Hibah Pengabdian kepada Masyarakat ini (bukan duplikat/jiplakan/plagiat) dari kegiatan pengabdian orang lain.
- b. Menyerahkan laporan akhir kegiatan pengabdian kepada masyarakat paling lambat dua minggu setelah berakhir kegiatan
- c. Apabila di kemudian hari diketahui ketidakbenaran pernyataan ini, maka kontrak kegiatan ini **DINYATAKAN BATAL**, dan **PIHAK KEDUA** wajib mengembalikan dana yang telah diterima kepada STIK Siti Khadijah Palembang.

## **Pasal 7**

### **Keaslian Kegiatan Pengabdian dan Ketidakterikatan dengan Pihak Lain**

- (1) **PIHAK KEDUA** menjamin bahwa judul kegiatan tersebut bebas dari ikatan dengan pihak lain atau tidak sedang didanai oleh pihak lain
- (2) **PIHAK PERTAMA** tidak bertanggungjawab terhadap tindakan plagiat yang dilakukan oleh **PIHAK KEDUA**

## **Pasal 8**

### **Monitoring dan Evaluasi**

- (1) Pelaksanaan kemajuan kegiatan pengabdian dijadwalkan pada bulan pertama setelah Kontrak Hibah Internal Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ditandatangani (Juni 2019)
- (2) Format laporan kemajuan dan teknis pelaksanaannya diatur oleh **PIHAK PERTAMA**

## **Pasal 9**

### **Laporan Akhir Kegiatan Pengabdian**

#### **Berkas-berkas Laporan Akhir meliputi:**

- (1) *Hardcopy* Laporan Akhir Kegiatan masing-masing sebanyak 2 eksemplar (dijilid): Laporan Hasil Kegiatan Pengabdian dan Naskah Publikasi jika ada.
- (2) Format laporan hasil kegiatan sesuai dengan aturan-aturan yang telah ditetapkan dalam Buku Panduan Pengabdian kepada Masyarakat STIK Siti Khadijah Palembang baik dalam hal tata tulis maupun urutan masing-masing komponen.

## **Pasal 10**

### **Hak Kepemilikan Atas Barang/ Peralatan Kegiatan Pengabdian**

- (1) Segala barang atau alat yang dibeli atas biaya kegiatan pengabdian kepada masyarakat menjadi milik STIK Siti Khadijah Palembang. Pengaturan kepemilikannya sebagai berikut:
  - (a) Barang atau alat berupa *cartridge*, printer alat perekam, akses internet dan sejenisnya pada dasarnya tidak dianggarkan dalam biaya kegiatan pengabdian selama masih dapat menggunakan fasilitas STIK Siti Khadijah Palembang.
  - (b) Kamera, alat perekam, dan semacamnya yang dapat dipakai ulang, buku jurnal. CD, VCD. DVD, *cassete*, dan sejenisnya yang merupakan *software*, program, alat atau referensi kegiatan pengabdian yang didapatkan (dibeli) dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat menjadi milik STIK Siti Khadijah Palembang.
- (2) *Software* dan/atau *hardware* yang merupakan hasil kegiatan pengabdian harus tak terpisahkan dari pekerjaan kegiatan pengabdian.
- (3) Pemindehan hak kepemilikan barang atau alat sebagaimana tersebut dilakukan melalui **PIHAK PERTAMA**.

## **Pasal 11**

### **Sanksi**

Segala kelalaian disengaja maupun tidak, yang menyebabkan keterlambatan menyerahkan laporan hasil kegiatan pengabdian pada batas waktu dalam pasal 2 yang telah ditentukan akan mendapatkan sanksi sebagai berikut:

- (1) Tidak diperbolehkan mengajukan usulan kegiatan pengabdian STIK Siti Khadijah Palembang pada periode tahun anggaran berikutnya bagi ketua dan anggota pelaksana.
- (2) **PIHAK KEDUA** diberi kesempatan perpanjangan waktu kegiatan pengabdian selama 2 (dua) minggu sampai dengan 20 Juli 2019
- (3) Jika setelah masa perpanjangan tersebut **PIHAK KEDUA** tidak dapat menyelesaikan kegiatan pengabdiannya, **PIHAK KEDUA** diwajibkan mengembalikan dana yang sudah diterima kepada STIK Siti Khadijah Palembang dengan cara:
  - a) Mengembalikan tunai kepada **PIHAK PERTAMA**, atau  
Dipotong pembayaran gajinya selama maksimal 10 angsuran.

Perjanjian ini dibuat dan ditandatangani oleh **PIHAK PERTAMA** dan **PIHAK KEDUA** pada hari dan tanggal tersebut di atas, dibuat dalam rangkap 2 (dua) dan bermaterai cukup sesuai ketentuan yang berlaku, yang masing-masing mempunyai kekuatan hukum sama.

**PIHAK PERTAMA**



Dewi Rury Arindari, S.Kep., Ners., MNS  
NIK. 118756

**Menyetujui,**

**Ketua STIK Siti Khadijah Palembang**



Dr. dr. Ibrahim Edy Sapada, M.Kes  
NIK. 026831

**PIHAK KEDUA**



Meta Rosdiana, SST., M.Kes  
NIDN. 0211307601

**Mengetahui,**

**Ketua Program Studi D-III Kebidanan**



Meta Rosdiana, SST., M.Kes  
NIK. 107650

## **SATUAN ACARA PENYULUHAN**

Pokok Pembahasan	: Anemia
Sub pokok pembahasan	: Pencegahan dan Penanganan Anemia pada Ibu Hamil
Sasaran	: Seluruh Ibu di Kelurahan 12 Ulu Kecamatan Seberang Ulu II Kota Palembang
Hari/ Tanggal	: Sabtu, 27 Mei 2019
Tempat	: Balai Pertemuan Kelurahan 12 Ulu Kecamatan Seberang Ulu II Kota Palembang
Jam / Waktu	: 09:00- 10:00 WIB

---

### **1) Tujuan**

#### **A. Tujuan Umum**

Setelah diberikan penyuluhan selama 60 Menit tentang pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil diharapkan seluruh ibu di Kelurahan 12 Ulu Kecamatan Seberang Ulu II Kota Palembang mengetahui tentang pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil.

#### **B. Tujuan Khusus**

Setelah diberikan penyuluhan selama 45 Menit diharapkan seluruh ibu di Kelurahan 12 Ulu kecamatan seberang ulu II Kota Palembang mampu:

1. Menjelaskan pengertian anemia
2. Mengetahui pencegahan anemia pada kehamilan
3. Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi anemia pada ibu hamil
4. Mengetahui tanda-tanda anemia pada ibu hamil
5. Mengetahui penanganan anemia pada ibu hamil

**2) Isi Materi (Uraian materi penyuluhan terlampir/ dilampirkan)**

Materi penyuluhan yang akan di sampaikan meliputi:

1. Pengertian anemia pada ibu hamil
2. Klasifikasi anemia pada ibu hamil
3. Tanda dan gejala anemia pada ibu hamil
4. Dampak anemia pada ibu hamil
5. Penjelasan tentang tablet fe
6. Penjelasan tentang kadar hemoglobin

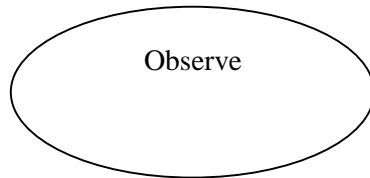
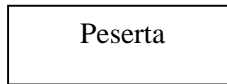
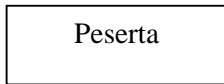
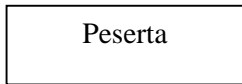
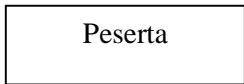
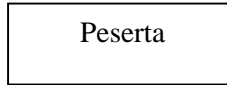
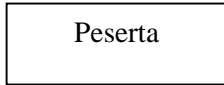
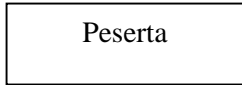
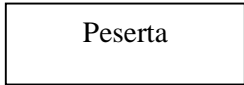
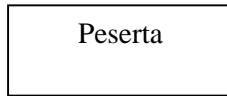
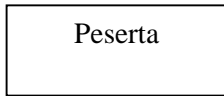
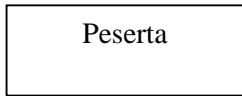
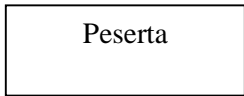
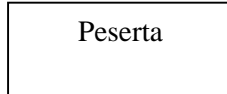
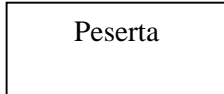
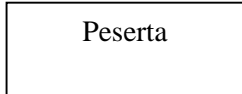
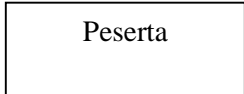
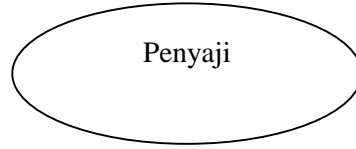
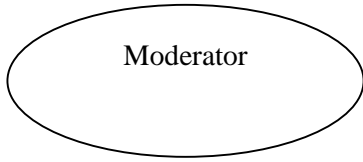
**3) Metode Penyuluhan**

1. Ceramah
2. Tanya Jawab

**4) Media**

1. Laptop
2. LCD
3. Leaflet

**5) Setting Tempat**





## 6) Kegiatan Penyuluhan

No	Waktu	Kegiatan penyuluhan	Kegiatan peserta
1.	Pembukaan (10 Menit)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberi salam dan memperkenalkan diri</li> <li>2. Menjelaskan tujuan dari penyuluhan.</li> <li>3. Menggali pengetahuan Peserta tentang anemia</li> <li>4. Melakukan kontrak waktu.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjawab salam dan mendengarkan</li> <li>2. Mendengarkan dan memperhatikan</li> <li>3. Menjawab Pertanyaan</li> <li>4. Menyetujui Kontrak waktu</li> </ol>
2.	Kegiatan Inti (20 Menit)	<p>Menjelaskan Tentang:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengertian anemia pada ibu hamil</li> <li>2. Klasifikasi anemia pada ibu hamil</li> <li>3. Tanda dan gejala anemia pada ibu hamil</li> <li>4. Dampak anemia pada ibu hamil</li> <li>5. Penjelasan tentang tablet fe</li> <li>6. Penjelasan tentang kadar hemoglobin</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyampaikan informasi yang telah diketahui</li> <li>2. Mendengarkan dan Memperhatikan.</li> </ol>
3.	Tanya Jawab (15 Menit)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberi kesempatan Peserta Untuk bertanya</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta Aktif Bertanya</li> <li>2. Menjawab pertanyaan</li> </ol>

		2. Menjawab pertanyaan dari peserta	
4.	Penutup (15 Menit)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyimpulkan materi yang telah di berikan</li> <li>2. Menyakan Kembali mengenai materi penyuluhan</li> <li>3. Mengucapkan terima kasih dan salam penutup</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyebutkan sesuai materi yang diberikan.</li> <li>2. Menjawab pertanyaan yang diberikan</li> <li>3. Mendengarkan dan membalas salam</li> </ol>

#### 7) Evaluasi Lisan

Prosedur : Pemahaman materi

Bentuk : Essay

Jenis : Lisan

## LAMPIRAN MATERI

### Anemia pada Ibu Hamil

#### 1. Pengertian Anemia

Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana jumlah dan ukuran sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) lebih rendah dari normal, yang akan mengakibatkan terganggunya distribusi oksigen oleh darah ke seluruh tubuh (Kemenkes, 2018). Anemia pada kehamilan dapat meningkatkan resiko komplikasi persalinan, seperti kelahiran prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), kelainan janin, abortus, intelegensi rendah, mudah terjadi pendarahan dan syok akibat lemahnya kontraksi rahim (Rahmawati, 2012).

#### 2. Klasifikasi anemia

Pemeriksaan hemoglobin secara rutin selama kehamilan merupakan kegiatan yang umumnya dilakukan untuk mendeteksi anemia. Klasifikasi anemia bagi ibu hamil menurut Riskesdas (2013)

a. Tidak anemia :  $\geq 11$  gr%

b. Anemia :  $< 11$  gr%

#### 3. Tanda dan gejala anemia

Tanda dan gejala ibu hamil dengan anemia adalah keluhan lemah, pucat, mudah pingsan, sementara tensi masih dalam batas normal (perlu dicurigai anemia defisiensi). Ibu hamil yang Mengalami malnutrisi akan cepat lelah, sering pusing, mata berkunang-kunang, malaise, lidah luka, nafsu makan turun (anoreksia), konsentrasi hilang, nafas pendek yaitu anemia sudah parah dan keluhan mual, muntah lebih hebat pada hamil muda (Proverawati, 2009).

#### 4. Dampak anemia

Anemia pada ibu hamil bukan tanpa risiko, melainkan tingginya angka kematian ibu berkaitan erat dengan anemia. Anemia juga menyebabkan rendahnya kemampuan jasmani karena sel - sel tubuh tidak cukup mendapatkan pasokan oksigen. Pada wanita hamil, anemia meningkatkan frekuensi komplikasi pada kehamilan dan persalinan. Resiko kematian maternal, angka prematuritas, berat badan bayi lahir rendah, dan angka kematian perinatal meningkat. Pendarahan antepartum dan postpartum lebih sering dijumpai pada wanita yang anemia dan lebih sering berakibat fatal, sebab wanita yang anemia tidak dapat terhindar dari kehilangan darah (Rukiyah, 2010).

Menurut Arisman 2004, anemia dalam kehamilan dapat dicegah dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang dengan asupan zat besi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Ada beberapa pendekatan dasar untuk mencegah anemia antara lain:

- a. Pemberian tablet Fe
- b. Pendidikan dan upaya yang ada kaitannya dengan peningkatan asupan zat besi melalui makanan
- c. Pengawasan penyakit infeksi
- d. Modifikasi makanan pokok dengan zat besi

Penanggulangan anemia pada ibu hamil dapat dilakukan dengan cara pemberian tablet Fe serta peningkatan kualitas makanan sehari-hari. Ibu hamil biasanya tidak hanya mendapatkan preparat besi tetapi juga asam folat (Sulistyoningsih, 2011).

## 5. Tablet Fe

### 1. Pengertian tablet Fe

Tablet zat besi (Fe) merupakan tablet mineral yang diperlukan oleh tubuh untuk pembentukan sel darah merah atau hemoglobin. Unsur Fe merupakan unsur paling penting untuk pembentukan sel darah merah. *Zat besi* secara alamiah didapatkan dari makanan. Jika ibu hamil kekurangan zat besi pada menu makanan yang dikonsumsi sehari-hari, dapat menyebabkan gangguan anemia gizi (kurang darah). Tablet zat besi (Fe) sangat dibutuhkan oleh ibu hamil, sehingga ibu hamil diharuskan untuk mengonsumsi tablet Fe minimal sebanyak 90 tablet selama kehamilannya (Kemenkes, 2018).

### 2. Kandungan tablet Fe

Kandungan Tablet Fe yaitu zat besi (ferrous fumarate yang setara dengan 60 mg besi elemental), asam folat 0,400 mg (Kemenkes, 2018).

### 3. Fungsi tablet Fe bagi ibu hamil

Menurut Kemenkes 2018, Zat besi (Fe) berfungsi sebagai sebuah komponen yang membentuk *mioglobin*, yakni protein yang mendistribusikan oksigen menuju otot, membentuk enzim, kolagen dan ketahanan tubuh. Tablet zat besi (Fe) penting untuk ibu hamil karena memiliki beberapa fungsi berikut ini:

- a. Menambah asupan nutrisi pada janin
- b. Mencegah anemia defisiensi zat besi
- c. Mencegah pendarahan saat masa persalinan
- d. Menurunkan risiko kematian pada ibu karena pendarahan pada saat persalinan

#### 4. Kebutuhan tablet Fe pada kehamilan

Kebutuhan zat besi akan meningkat pada trimester II dan III yaitu sekitar 6,3 mg perhari. Untuk memenuhi kebutuhan zat besi ini dapat diambil dari cadangan zat besi dan peningkatan adaptif serapan zat besi melalui saluran cerna. Apabila cadangan zat besi sangat sedikit atau tidak ada sama sekali sedangkan kandungan dan penyerapan zat besi dari makanan sedikit, maka pemberian suplemen sangat diperlukan untuk memenuhi kebutuhan zat besi ibu hamil (Arisman, 2007).

Kebutuhan zat besi menurut Waryana,(2010) adalah sebagai berikut:

- a. Trimester I : Kebutuhan zat besi  $\pm$  1 mg/hari, (kehilangan basal 0,8 mg/hari) ditambah 30-40 mg untuk kebutuhan janin dan sel darah merah
- b. Trimester II : Kebutuhan zat besi  $\pm$  5 mg/hari, (kehilangan basal 0,8 mg/hari) ditambah kebutuhan sel darah merah 300 mg dan conceptus 115 mg
- c. Trimester III : Kebutuhan zat besi  $\pm$  5 mg/hari, (kehilangan basal 0,8 mg/hari) ditambah kebutuhan sel darah merah 150 mg dan conceptus 223 mg.

Penyerapan besi dipengaruhi oleh faktor protein hewani dan vitamin C untuk meningkatkan penyerapan. Kopi, teh, garam kalsium, magnesium dapat mengikat Fe sehingga mengurangi jumlah serapan. Karena itu sebaiknya tablet Fe ditelan bersamaan dengan makanan yang dapat memperbanyak jumlah serapan, sementara makanan yang mengikat Fe sebaiknya dihindarkan, atau tidak dimakan dalam waktu bersamaan. Disamping itu, penting pula diingat, tambahan besi sebaiknya diperoleh dari makanan.

#### 5. Metabolisme Zat Besi

Metabolisme zat besi yaitu  $Fe^{3+}$  dan  $Fe^{2+}$  masuk ke lambung, lambung merubah  $Fe^{3+}$  menjadi  $Fe^{2+}$  dan kelebihan disimpan dalam bentuk ferritin. Besi akan dibawa ke dalam darah (alat transport transferin) dan beberapa zat besi disimpan di jaringan otot dalam bentuk mioglobin. Pembentukan sel darah merah dan hemoglobin terjadi di sumsum tulang, kelebihan zat besi disimpan dalam bentuk feritin dan hemosidorin. Hati akan memecah sel darah merah dan transferin akan mengangkut zat besi dalam darah (Whitney dkk, 2008).

Besi dalam makanan yang dikonsumsi berada dalam bentuk ikatan ferro (umumnya dalam pangan hewani). Di dalam sel mukosa, ferro dioksidasi menjadi ferri, kemudian bergabung dengan apoferitin membentuk protein yang mengandung besi yaitu feritin. Selanjutnya untuk masuk ke plasma darah, besi dilepaskan dari feritin dalam bentuk ferro, sedangkan apoferitin yang terbentuk kembali akan bergabung lagi dengan ferri hasil oksidasi di dalam sel mukosa. Setelah masuk ke

dalam plasma, maka besi ferro segera dioksidasi menjadi ferri untuk digabungkan dengan protein spesifik yang mengikat besi yaitu transferin (Suhardjo, 2002).

Plasma darah disamping menerima besi berasal dari penyerapan makanan, juga menerima besi dari simpanan, pemecahan hemoglobin dan sel-sel yang telah mati. Sebaliknya plasma harus mengirim besi ke sumsum tulang untuk pembentukan hemoglobin, juga ke sel endotelial untuk disimpan, dan ke semua sel untuk fungsi enzim yang mengandung besi. Jumlah besi yang setiap hari diganti (turnover) sebanyak 30-40 mg. Dari jumlah ini hanya sekitar 1 mg yang berasal dari makanan (Suhardjo, 2002).

Banyaknya besi yang dimanfaatkan untuk pembentukan hemoglobin umumnya sebesar 20-25 mg per hari. Pada kondisi saat sumsum tulang berfungsi baik, dapat memproduksi sel darah merah dan hemoglobin sebesar enam kali (Suhardjo, 2002).

Besi yang berlebihan disimpan sebagai cadangan dalam bentuk feritin dan hemosiderin di dalam sel parenkhim hepatik sel retikuloendotelial sumsum tulang hati dan limfa. (Suhardjo, 2002).

## 6. Kadar Hb

### 1. Pengertian

Kadar Hb adalah parameter yang digunakan secara luas untuk menetapkan prevalensi anemia. Hemoglobin merupakan senyawa pembawa oksigen pada sel darah merah. Hemoglobin dapat diukur secara kimia dan jumlah Hb/ 100 ml darah dapat digunakan sebagai indeks kapasitas pembawa oksigen pada darah. Kandungan Hb yang rendah dengan demikian mengindikasikan anemia. Bergantung pada metode yang digunakan, nilai Hb menjadi akurat sampai 2-3% (Supriasa, dkk, 2001).

### 2. Pemeriksaan kadar Hb

*Hematology analyzer* adalah alat untuk mengukur sampel berupa darah. Alat ini biasa digunakan dalam bidang kesehatan. Fungsi dari alat *Hematologi analyzer* untuk memeriksa darah lengkap dengan cara menghitung dan mengukur sel darah secara otomatis berdasarkan impedansi aliran listrik atau berkas cahaya terhadap sel-sel yang dilewatkan. *Hematology Analyzer* lebih cepat dalam pemeriksaan hanya membutuhkan waktu sekitar 2-3 menit dibandingkan dilakukan secara manual (Gandasoebrata, R . 2008).

### 3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kadar Hb pada ibu hamil

#### a. Faktor dasar

Menurut Notoatmodjo (2010), faktor dasar yang mempengaruhi anemia pada ibu hamil yaitu:

### 1) Pengetahuan ibu hamil

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang menstimulus terhadap terwujudnya sebuah perilaku kesehatan. Apabila ibu hamil mengetahui dan memahami akibat anemia dan cara mencegah anemia maka akan mempunyai perilaku kesehatan yang baik dengan harapan akan terhindar dari resiko anemia dalam kehamilan. Sebagai besar pengetahuan manusia diperoleh melalui pendidikan, pengalaman orang lain, media massa, dan lingkungan (Notoatmodjo, 2010).

### 2) Pendidikan

Pendidikan dapat mempengaruhi perilaku seseorang, terutama dalam memotivasi sikap berperan serta dalam perkembangan kesehatan. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin mudah menerima atau menyesuaikan dengan hal yang baru. Pendidikan mempengaruhi proses belajar sehingga dengan memiliki pengetahuan yang lebih tinggi akan cenderung memperoleh lebih banyak informasi baik dari orang lain maupun dari media masa. Semakin banyak informasi yang didapatkan maka semakin banyak pula pengetahuan yang didapatkan tentang kesehatan. Pendidikan bukan hanya bisa didapat dari pendidikan formal tetapi juga non formal ( Notoatmodjo, 2010).

Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap pengetahuan yang dimiliki ibu. Pendidikan dapat mengubah pola pikir manusia dalam memilih bahan makanan yang dikonsumsi. Ibu dengan tingkat pendidikan yang memadai dapat memilih makanan sumber zat besi untuk mencegah terjadinya anemia (Budiono, 2009).

### 3) Faktor sosial – ekonomi

Lingkungan sosial akan mendukung tingginya pengetahuan seseorang, sedangkan ekonomi dikaitkan dengan pendidikan, ekonomi baik maka tingkat pendidikan akan tinggi. (Notoatmodjo, 2010).

Faktor sosial ekonomi juga berpengaruh terjadinya anemia. Ibu hamil yang masih mempercayai terhadap pantang-patangan makan yang bisa menghambat terciptanya pola makan sehat bagi ibu hamil. Asupan ibu hamil kurang dikarenakan ada pantangan pada suatu makan akan berdampak pada terjadinya anemia dikarenakan asupan tidak tercukupi dengan baik (Sulistyoningsih, 2011).

#### b. Faktor langsung

Menurut Arisman (2007), faktor langsung yang mempengaruhi kadar Hb pada ibu hamil yaitu:

##### 1) Kepatuhan konsumsi tablet Fe

Ibu hamil diajarkan untuk mengkonsumsi paling sedikit 90 tablet besi selama masa kehamilan. Zat besi yang berasal dari makanan belum bisa mencukupi kebutuhan selama hamil, karena zat besi tidak hanya dibutuhkan oleh ibu saja tetapi juga untuk janin yang ada di dalam kandungannya. Apabila ibu hamil selama masa kehamilan patuh mengkonsumsi tablet Fe maka resiko terkena anemia semakin kecil (WHO, 2002). Kepatuhan ibu sangat berperan dalam meningkatkan kadar Hb. Kepatuhan tersebut meliputi ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi, ketepatan cara mengkonsumsi dan keteraturan frekuensi mengkonsumsi tablet Fe (Hidayah dan Anasari, 2012).

## 2) Status gizi ibu hamil

Status gizi adalah suatu keadaan keseimbangan dalam tubuh sebagai akibat pemasukan konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi yang digunakan oleh tubuh untuk kelangsungan hidup dalam mempertahankan fungsi-fungsi organ tubuh (Supriasa, dkk, 2001).

Status gizi ibu hamil yang buruk akan berdampak bagi ibu dan janin. Ibu hamil yang menderita anemia, sehingga suplai darah yang mengantarkan oksigen dan makanan pada janin akan terhambat, sehingga janin akan mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan. Oleh karena itu pemantauan gizi ibu hamil sangat penting dilakukan (Maulana, 2010).

## 3) Penyakit infeksi

Beberapa infeksi penyakit yang beresiko terjadinya anemia antara lain TBC, cacangan dan malaria, karena menyebabkan terjadinya penghancuran sel darah merah dan terganggunya eritrosit. Cacangan dapat menyebabkan malnutrisi dan mengakibatkan anemia. infeksi malaria juga dapat menyebabkan anemia (Nurhidayat, 2013).

## 4) Perdarahan

Perdarahan merupakan penyebab anemia yang dikarenakan terlampau banyaknya besi yang keluar dari tubuhnya. pada ibu hamil yang terjadi anemia akan beresiko terjadi pendarahan pada saat persalinan dikarenakan asupan makan dan zat besi selama kehamilan tidak optimal (Arisman, 2007).

## c. Faktor tidak langsung

Menurut Arisman (2007), faktor tidak langsung yang mempengaruhi kadar Hb pada ibu hamil yaitu:

### 1) Frekuensi ANC

Antenatal Care (ANC) adalah pengawasan sebelum persalinan terutama pada pertumbuhan dan perkembangan janin dalam rahim. Pemeriksaan ANC secara rutin akan mendeteksi keadaan



anemia ibu akan lebih dini, sebab pada tahap awal anemia pada ibu hamil jarang sekali menimbulkan keluhan bermakna. Keluhan timbul setelah anemia sudah ketahap yang lanjut ( Arisman, 2007).

## 2) Paritas

Paritas adalah jumlah kehamilan yang menghasilkan janin yang mampu hidup diluar rahim. Paritas >3 merupakan faktor terjadinya anemia. Hal ini disebabkan karena terlalu sering hamil dapat menguras cadangan zat gizi tubuh ibu ( Arisman, 2007).

Ibu hamil dengan paritas tinggi berhubungan dengan kondisi organ reproduksi yang belum pulih ditambah dengan menyusui. Pemulihan organ tubuh memerlukan konsumsi zat besi yang cukup bagi ibu hamil. Apabila ibu hamil belum bisa mengembalikan cadangan zat besi dalam tubuhnya tetapi sudah hamil lagi akan berdampak pada kondisi anemia. Kondisi inilah yang menyebabkan anemia kehamilan pada ibu yang paritas tinggi (Yanti, 2016).

## 3) Umur Ibu

Umur adalah lama waktu hidup atau sejak dilahirkan. Umur sangat menentukan suatu kesehatan ibu, ibu dikatakan beresiko tinggi apabila ibu hamil berusia di bawah 20 tahun dan di atas 35 tahun. (Walyani, 2018).

Ibu hamil pada umur terlalu muda (<20 tahun ) tidak atau belum siap untuk memperhatikan lingkungan yang diperlukan untuk pertumbuhan janin. Terjadi kompetisi makanan antar janin dan ibunya sendiri yang masih dalam pertumbuhan dan adanya pertumbuhan hormonal yang terjadi selama kehamilan. Umur ibu hamil di atas 35 tahun lebih cenderung mengalami anemia, hal ini disebabkan karena pengaruh turunnya cadangan zat besi dalam tubuh akibat masa fertilisasi ( Arisman, 2007).

## 4) Jarak kehamilan

Jarak kehamilan yang terlalu dekat juga dapat mempengaruhi kadar Hb ibu hamil karena belum kembali sepenuhnya organ reproduksi ibu untuk menerima janin kembali sehingga dapat mempengaruhi penyerapan nutrisi baik untuk ibu dan untuk janin (Romdhona, 2015).

## LAMPIRAN FOTO



### ANEMIA PADA IBU HAMIL

#### A. Apa yang dimaksud dengan Anemia (Kurang Darah)

Adalah suatu kelainan dimana kadar zat Hemoglobine (jumlah butir-butir darah merah) kurang dari normal.



#### B. Apakah Tanda-tanda Anemi (Kurang Darah)

1. Mata berkeruh-kunang
2. Gampang mengantuk
3. Pacat
4. Lesu
5. Lidah, bibir, kuku pacat



#### C. Apa Penyebab Kurang Darah

Sebab utama adalah karena :

- Kurang makan bahan makanan sumber zat besi dan protein
- Kurang makan sayuran hijau seperti : Kangkung, daun katuk, Daun ubi jalar, Bayam, Daun Singkong, Sawi hijau, Kacang buncis, Kecapir, Kacang panjang, dll



Penyebab lain adalah karena :

- Terlalu sering melahirkan
- Jarak kehamilan kurang dari 2 tahun.
- Penyakit menahun seperti : Cacing tambung dalam usus, dan T.B.C

#### D. Apa Bahaya Kurang Darah

Bagi Ibu Hamil :

- Membahayakan jiwa ibu, terutama waktu melahirkan (pendarahan).

Bagi ibu menyusui :

- Ibu akan lemah dan menunggu pertumbuhan anak yang disusui

Bagi bayi :

- Mengganggu pertumbuhan bayi dalam kandungan, kemungkinan bayi dilahirkan dengan Bayi Berat Badan Lahir Rendah.



#### E. Bagaimana Cara Mencegah Kurang Darah?

1. Makanlah sayuran berwarna hijau dan kacang-kacangan, ikan, telur, susu, daging, hati, tahu, tempe, secara bergantian setiap hari.

## DAFTAR HADIR PESERTA

"Pencegahan dan Penanganan Anemia pada Ibu Hamil"

NO	NAMA	ALAMAT	TANDA TANGAN
1	Hartati	Di. KH. Ashari	Hu
2	Dwi anan	"	Du
3	Haryani	"	Hu
4	Anisa	"	Au
5	Ayu Legar	"	Au
6	Khodijah	"	Ku
7	Putri Anggrani	"	Pu
8	Rosdiana	"	Ru
9	Pasmata	"	Pu
10	Rokah	"	Ru
11	Yasmata	"	Yu
12	Rita Mariani	"	Ru
13	Ici Rosnani	"	Iu
14	Indarsih	"	Iu
15	Yani Puspita	"	Yu
16	Sonca	"	Su
17	Hartati	"	Hu
18	Indah-K	"	Iu
19	Emilia	"	Eu
20	Gustira	"	Gu
21	Surgana	"	Su
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			

Palembang, Juni 2019

Ketua Pelaksana,



Meta Rosdiana, SST., M.Kes

## ANGGARAN BIAYA

NO	URAIAN	JUMLAH (Rp)
1.	Honor	880.000
2.	Bahan/Perangkat/Peralatan	400.000
3.	Perjalanan	1.000.000
4.	Pengumpulan dan Pengelolaan Data	720.000
	Jumlah biaya	3.000.000

### 1. Honor

No.	Pelaksana Kegiatan	Jumlah	Jumlah Jam/Minggu	Honor/Jam	Biaya (Rp)
1	Ketua Pelaksana	1	12/3	35.000	420.000
2	Pelaksana	1	12/3	35.000	420.000
3	Teknisi	1	2/3	70.000	140.000
4	Tenaga Harian	2	2/3	150.000	300.000
Jumlah Biaya					880.000

### 2. Bahan/Perangkat/Peralatan

No	Bahan	Biaya Satuan (Rp)	Banyak	Biaya (Rp)
1	Bahan Ajar	6.000	50	300.000
2	Pulpen	2.000	50	100.000
Jumlah Biaya				400.000

### 3. Perjalanan

No	Jenis	Biaya Satuan (Rp)	Banyak	Biaya (Rp)
1	Transportasi Ketua Pelaksana	1	200.000	200.000
2	Anggota Pelaksana 1	1	200.000	200.000
3	Anggota Pelaksana 2	1	100.000	100.000
4	Anggota Pelaksana 3	1	100.000	100.000
Jumlah Biaya				600.000

### 4. Pengumpulan dan Pengelolaan Data

No	Tujuan	Biaya Satuan (Rp)	Banyak	Biaya (Rp)
1	Copy dan Jilid	5	50.000	250.000
2	Biaya tak terduga	-	-	470.000
Jumlah Biaya				720.000