

PEMBERDAYAAN IBU HAMIL DALAM PENINGKATAN KADAR HB MELALUI BUAH NAGA DI DESA BANGUN REJO KECEMATAN DELI SERDANG

Nur Azizah¹, Kismi Asih Adethia², Rosmani Sinaga³, Juliana Munthe⁴, Henny Rista⁵ Hadisyah⁶

¹³STIKes Mitra Husada Medan
email (azizahlubis243@gmail.com)

ABSTRAK

Anemia pada kehamilan merupakan anemia diakibatkan kekurangan zat besi, anemia defisiensi besi pada wanita hamil merupakan masalah kesehatan yang dialami oleh wanita diseluruh dunia terutama dinegara berkembang., namun prevalensi kejadian anemia masih tinggi di desa bangun rejo mencapai 31,25%, salah satu yang menyebabkan kegagalan pemberian tablet zat besi adalah ibu hamil yang tidak mau mengkonsumsi obat-obatan sehingga ibu hamil sering mengalami kelahiran premature, berat badan lahir rendah, perdarahan akibat anemia. Salah satu alternatif untuk mencegah anemia pada ibu hamil dengan mengkonsumsi buah-buahan yang kandungan zat besi dan vitamin C tinggi seperti buah naga yang diperlukan untuk mensintesis haemoglobin. Upaya meningkatkan kelangsungan dan kualitas hidup ibu dan anak dengan pendekatan promotif dan preventif dengan upaya pencegahan anemia sehingga ibu memahami kondisi kesehatan bayinya secara mandiri dan meningkatkan praktik keluarga dan masyarakat dalam memelihara/ merawat kesehatan dengan memanfaatkan buah naga. Tujuan Pengabdian masyarakat ini dilakukan kepada masyarakat untuk menurunkan masalah kadar haemoglobin melalui pemanfaatan buah naga, metode pengabdian memperlihatkan video pengelolaan buah naga kemudian dilakukan post test dan pre test melalui kuesioner dan pemeriksaan haemoglobin di Desa bangun rejo kecamatan . Hasil kegiatan pengabdian masyarakat mayoritas dapat mengolah buah naga untuk dikonsumsi sebagai pencegahan anemia dan mampu menjawab pertanyaan yang telah diberikan tentang anemia.

Kata Kunci: (Ibu Hamil, Haemoglobin, Buah Naga)

PENDAHULUAN

Anemia pada kehamilan merupakan anemia karena kekurangan zat besi, anemia defisiensi besi pada wanita hamil merupakan problema kesehatan yang dialami oleh wanita diseluruh dunia terutama dinegara berkembang. Badan kesehatan dunia (World Health Organization) melaporkan bahwa ibu-ibu hamil yang mengalami defisiensi besi sekitar 35-75% serta semakin meningkat seiring dengan bertambahnya usiakehamilan. Menurut WHO 40% kematian ibu dinegara berkembang

berkaitan dengan anemia pada kehamilan disebabkan oleh defisiensi besi dan perdarahan akut. Hasil persalinan pada wanita hamil yang menderita anemia defisiensi besi adalah 12-28% angka kematian janin, 30% kematian perinatal dan 7-10% angka kematian neonatal (Proverawati, dkk,2018, Anggeraini,2018).

Besarnya angka anemia ibu hamil berdasarkan usia kehamilan pada trimester I kehamilan adalah 10%, trimester II sebesar 70% dan trimester III sebesar 70%. Menginjak trimester II hingga ke III volume darah dalam wanita meningkat sampai 35%. Sel darah merah

mengangkat lebih banyak oksigen untuk janin (Susiloningtyas, 2017).

Akibat anemia kekurangan zat besi pada ibu hamil dapat menimbulkan gangguan atau hambatan pada pertumbuhan sel - sel tubuh termasuk ke sel - sel otak. Pada ibu hamil dapat mengakibatkan keguguran, lahir sebelum waktunya, berat badan lahir rendah, perdarahan sebelum dan selama persalinan bahkan dapat mengakibatkan kematian pada ibu dan janinnya (Wasnindar, 2018).

Peningkatan kadar Hemoglobin ibu hamil tidak hanya dipengaruhi oleh suplemen Fe semata tetapi didukung oleh konsumsi makanan yang mengandung zat - zat yang dibutuhkan dalam sintesis hemoglobin (Uluwiyatun, 2018). Salah satu makanan yang banyak mengandung vitamin dan mineral yaitu buah naga. Buah naga merupakan tanaman jenis kaktus yang menurut beberapa ahli buah naga bermanfaat bagi kesehatan manusia karena memiliki kandungan gizi cukup lengkap yang dapat meningkatkan zat besi (Fe) (Thamrin, 2018). Kandungan Fe buah naga 0,55 - 0,65 mg/ 100gr (Jamilah, 2018), sedangkan kandungan Fe dalam buah bit 0,074 mg/ 100 gr (Hemming, 2017). Hal tersebut menunjukkan bahwa buah naga memiliki kandungan Fe lebih tinggi dari buah bit.

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini program yang dilakukan adalah memperdayakan ibu hamil untuk meningkatkan kadar haemoglobin melalui buah naga. Kegiatan Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan di desa bangun rejo, target sasaran dalam pengabdian masyarakat ibu hamil di desa bangun rejo kecamatan deli serdang penyuluhan dilakukan di balai desa bangun rejo dengan jumlah peserta sebanyak 25 orang dengan melakukan beberapa tahapan

meliputi: Tahapan persiapan, kegiatan yang di lakukan menentukan wilayah sasaran, survey wilayah sasaran, kerjasa mitra, perizinan tempat yang dilakukan, membuat rancangan materi dalam bentuk video pembuatan buah naga, menyiapkan kuesioner yang akan di bagikan pada saat post test dan persiapan alat haemoglobin. Tahap selanjutnya tahap penyuluhan memperlihatkan video pengelolaan buah naga untuk mempermudah pemahaman ibu hamil sehingga menambah pengetahuan dan meningkatkan hb ibu hamil, menyiapkan power point yang berkaitan dengan materi penyuluhan yang dibutuhkan. Tahap pendampingan yang dibantu oleh kader kesehatan posyandu hasil pemberdayaan pengolahan buah naga yang materi penyuluhan sebelumnya diberikan. Kemudian dilakukan evaluasi pada tahap penyuluhan dengan cara mengisi kuesioner yang terkait dengan peningkatan kadar haemoglobin melalui pemberian buah nag. Tujuan program pengabdian kepada masyarakat ini adalah terwujudnya peningkatan kemampuan ibu hamil dalam meningkatkan kadar haemoglobin melalui pemberian buah naga di desa bangun rejo dalam rangka upaya pencegahan anemia dan terbentuknya kader kesehatan di kelas ibu untuk mendampingi ibu hamil dalam menagani anemia dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat terutama dalam upaya pencegahan kejadian anemia di desa bangun rejo

METODE

Tempat pelaksanaan pengabdian masyarakat di Desa Bangun Rejo Kecamatan Deli serdang di lakukan di balai desa , Waktu pelaksanaan pada bulan januari- juni 2021. Khalayak sasaran/Mitra

Kegiatan Mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi kepala desa bangun rejo dan ibu hamil yang memiliki kadar hb yang rendah. Subjek dalam pengabdian masyarakat ini adalah seluruh ibu hamil dari lingkungan desa bangun rejo. Kegiatan dilaksanakan dan sudah ditetapkan setiap bulannya. Kegiatan diawali dengan mengurus surat izin ke desa bangun rejo sebagai izin untuk melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat di desa tersebut. Langkah- langkah kegiatan pengabdian dengan tahapan sebagai berikut yaitu :



HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan diawal dengan melakukan penyuluhan kepada ibu hamil yang memiliki kadar haemoglobin yang rendah di desa bangun rejo, jumlah ibu yang mengikuti dari awal sampai akhir kegiatan pelaksanaan pemeriksaan haemoglobin sangat antusias. Dengan pelaksanaan penyuluhan dan diskusi kepada ibu hamil rata-rata hasil respon yang diperoleh adalah positif dan bersedia untuk mengikuti kegiatan pemberdayaan ibu hamil dalam peningkatan kadar haemoglobin melalui buah naga setiap bulannya untuk kadar hb. Pengabdian ini dilakukan di Desa Bangun Rejo, Pada kegiatan ini dihadiri oleh bapak kepala desa bangun rejo dan ketua pelaksana pengabdian, 15 Responden ibu hamil yang akan dilakukan pemeriksaan haemoglobin setelah diberikan buah naga dan di pantau selama 6 bulan untuk peningkatan kadar haemoglobin. dan TIM Pengabdian UPPM STIKes Mitra Husada Medan. Adapun kadar HB Ibu hamil sebelum dan sesudah di berikan buah naga dengan peningkatan kadar haemoglobin sebagai berikut:

Hasil penilaian keberhasilan penyuluhan dengan cara pemebrian kuesioner pada ibu hamil. Kegiatan ini diberikan penyuluhan dan menampilkan video kepada ibu hamil untuk menambah pengetahuan tentang anemia dan cara penggolaaan buah naga. Sebelumnya didapatkan data dari puskesmas bangun rejo data ibu hamil yang mengalami anemia. Dari 15 ibu hamil yang mengalami anemia dilakukan pemeriksaan HB sebelum diberikan buah naga didapatkan ibu hamil 10 orang mengalami anemia ringan dan 5 orang anemia sedang, setelah dilakukan penyuluhan dan bagaimana pengolaan buah naga untuk dikonsumsi dan diukur setelah 2 minggu kemudian untuk melihat peningkatan kadar

HB bahwa mengalami peningkatan 2 gr% dari pemeriksaan awal

Pemberian informasi berupa penyuluhan tentang pengolahan buah naga yang dapat meningkatkan kadar haemoglobin pada ibu hamil salah satu bentuk pemberdayaan ibu hamil dengan mengikuti kelas ibu hamil, sehingga ibu dapat mendapatkan informasi dan saling bertukar informasi selama kehamilan dan dalam menangani kasus anemia pada ibu hamil.

Ibu hamil yang telah mengkonsumsi buah naga mengalami peningkatan kadar HB secara signifikan, buah naga dapat dijadikan alternatif untuk menaikkan kadar haemoglobin pada ibu hamil tanpa ada efek samping. Naik turunnya kadar hemoglobin sesudah pemberian jus buah naga juga dipengaruhi oleh nutrisi yang dikonsumsi ibu hamil, aktivitas fisik serta pola istirahat ibu hamil tersebut. Perbedaan kenaikan kadar haemoglobin pada ibu hamil sebelum dan sesudah mengkonsumsi buah naga disebabkan karena asupan nutrisi yang tidak cukup, bertambahnya zat gizi yang hilang, dan meningkatnya kebutuhan nutrisi ibu selama masa hamil.

Pencegahan dan penanganan anemia defisiensi besi bisa dilakukan dengan cara mengkonsumsi tablet tambah darah (Fe) dan dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi seperti daging merah dan sayur-sayuran. Zat besi (Fe) merupakan mikro elemen yang esensial bagi tubuh. Zat ini terutama diperlukan dalam hemopoiesis (pembentukan darah), yaitu dalam sintesa hemoglobin. Zat besi bagi ibu hamil penting untuk pembentukan dan mempertahankan sel darah merah (Sedioetama, 2018). Salah satu makanan yang banyak mengandung vitamin dan mineral yaitu buah naga. Menurut penelitian yang dilakukan oleh

penelitian Ratu Puspita Tahun 2019 dengan judul Pengaruh Pemberian Buah Naga Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Sindang Jaya Kabupaten Tangerang didapat hasil dari 10 responden didapatkan hasil bahwa ibu hamil yang memiliki anemia rendah sebanyak 30% dan ibu hamil yang memiliki Hemoglobin normal sebanyak 70% ibu hamil didapatkan hasil p-value 0,005.

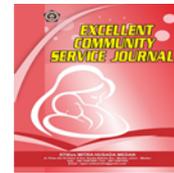
Dokumentasi Kegiatan pengabdian

1. Pemeriksaan HB



2. Pelaksana Pengabdian





KESIMPULAN DAN SARAN

Dalam pelaksanaan pengabdian yang dilakukan Ada perbedaan antara tindakan pemberian buah naga terhadap kadar HB untuk Pre dan Post dengan Dari 15 ibu hamil yang mengalami anemia dilakukan pemeriksaan HB sebelum diberikan buah naga didapatkan ibu hamil 10 orang mengalami anemia ringan dan 5 orang anemia sedang, setelah dilakukan penyuluhan dan bagaimana pengolaan buah naga untuk dikonsumsi dan diukur setelah 2 minggu kemudian untuk melihat peningkatan kadar HB bahwa mengalami peningkatan 2 gr% dari pemeriksaan awal . pada Ibu hamil di Desa Bangun Rejo Kecamatan Deli serdang.

Saran dalam pengabdian masyarakat ini sebaiknya pemantauan kadar HB tetap dilaksanakan untuk pencegahan preventif dengan mengkonsumsi makanan bergizi seimbang melalui buah naga secara untuk meningkatkan Kesehatan ibu dan anak pada masa kehamilan dan diharapkan adanya tindak lanjut yang dilakukan oleh Ibu hamil diharapkan melakukan pemeriksaan ANC sejak kehamilan awal sehingga akan diketahui status anemia sejak TM I dan mengkonsumsi jus buah naga serta bagi tenaga kesehatan diharapkan memberikan konseling gizi. penelitian ini dapat dijadikan sebagai metode nonfarmakologi untuk tindakan menaikkan kadar hemoglobin salah satunya dengan Pemberian buah naga Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil serta melakukan penyuluhan-penyuluhan untuk menambah pengetahuan hamil tentang penanganan anemia

UCAPAN TERIMA KASIH

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh penulis tidak terlepas dari

banyak operan yang mendukung, penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang terkait dalam kegiatan ini. Terima kasih kepada kepala desa bangun rejo yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melaksanakan kegiatan pengabdian di desa tersebut. Terima kasih juga kepada bidan desa dan kader yang sudah banyak membantu penulis untuk kegiatan pengabdian ini. Terima kasih kepada Bapak Drs. Imran saputra Surbakti., MM sebagai Ketua Pengurus Yayasan Mitra Husada Medan yang telah memfasilitasi penulis hingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan lancar. Terima kasih kepada ibu Dr.Siti Nurmawan Sinaga., SKM., M.Kes selaku Ketua STIKes Mitra Husada Medan Yang terus memberikan motivasi kepada penulis untuk melaksanakan kegiatan ini. Terima kasih kepada UPPM STIKes Mitra Husada Medan yang sudah membantu penulis agar kegiatan ini dapat dilaksanakan dengan baik

DAFTAR PUSTAKA

- Ratu Puspita Tahun, (2019) " Pengaruh Pemberian Buah Naga Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Sindang Jaya Kabupaten. Tahun 2019.
- Proverawati, A. (2011). Anemia dan Anemia kehamilan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rodriguez, Bernal, *et al.*, 2017. *Maternal Nutrition and Fetal Growth: the Role of Iron Status and Intake During Pregnancy*. Dovepress. Available from: <http://www.dovepress.com/maternal-nutrition-and-fetal-growth-the-role-of-iron-status-and-intake-peer->

- [reviewed-article-NDS](#). [Accessed 29th April 2020]
- Saifuddin, A. B., Rachimhadhi, T. dan Wiknjosastro, G. H., 2018. *Ilmu kebidanan Sarwono Prawirohardjo*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo Guyton dan Hall, 2018
- Sediaoetama, Achmad Djaeni. 2018. Ilmu Gizi. Jakarta : Dian Rakyat
- Sofro, Abdul Salam M., 2017. *Darah*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Hoffbrand *et al.*, 2015
- Saifuddin, A. B., Rachimhadhi, T. dan Wiknjosastro, G. H., 2018. *Ilmu kebidanan Sarwono Prawirohardjo*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo Guyton dan Hall, 2018
- Saifuddin, A. B., Adriaansz, G., Wiknjosastro, G. H. dan Waspodo, D., 2019. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Tao, L dan Kendall, K., 2018. *Sinopsis Organ Sistem : Sistem Reproduksi*. Pamulang – Tangerang Selatan : Karisma Publishing Group.
- Thamrin, H., Budu, Werna, N., 2018. Pengaruh Pemberian Buah Naga Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri. Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat