

LAPORAN
HIBAH INTERNAL
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
TAHUN AJARAN 2021



Kelas Ibu Hamil Dalam Masa Pandemi Covid-19 Menuju Kehamilan Yang Sehat Dengan Bebas Anemia di Puskesmas Tanah Abang

DISUSUN OLEH:

Ketua Tim : Revinel, M.Keb (0302107301)
Anggota tim : Aning Subiyatin, SST., M.Kes (0307077703)

**PRODI PROFESI KEBIDANAN FAKULTAS KEDOKTERAN DAN
KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA
TAHUN 2021**

*Note : *) jangan diisi/dirubah*

**HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA**

Judul Pengabdian Masyarakat :
**Kelas Ibu Hamil Dalam Masa Pandemi Covid-19 Menuju Kehamilan Yang
Sehat Dengan Bebas Anemia di Puskesmas Tanah Abang**

Ketua Tim :

Nama Lengkap dan Gelar : Revinel, M.Keb
NIDN : 0302107301
Prodi : Prodi kebidanan
Alamat Email : revinel@umj.ac.id
No Hp : 081311092921

Anggota :

Nama Lengkap dan Gelar : Aning Subiyatin, SST., M.Kes
NIDN : 0307077703
Prodi : Prodi Kebidanan

Lokasi kegiatan/ Mitra : Puskesmas Kecamatan Tanah Abang Jakarta Pusat
Utara

Jumlah Dana usulan : Rp. 5.000.000,-
Sumber Dana : FKK UMJ

Jakarta, 9 Juni 2021

Menyetujui,
Kaprodi profesi Kebidanan

Ketua Pengabdian Kepada Masyarakat



Elli Hidayati, SST, MKM
NIDN : 0316036602



Revinel, M.Keb
NIDN : 0302107301

Mengetahui,
Ka. UPT Penelitian dan Pengabdian Masyarakat

Menyetujui,
Dekan FKK-UMJ



Rike Syahniar, SKM., M.Biomed
NIDN : 0316019102



Dr. dr. Muhammad Fachri, Sp.P., FAPSR., FISR
NIDN : 0308097905

DAFTAR ISI

	Hal
HALAMAN SAMPUL	1
HALAMAN PENGESAHAN	2
DAFTAR ISI	3
LAPORAN PENGAMBDIAN KEPADA MASYARAKAT	4
1. Kajian ajian Internalisasi Al Islam Kemuhammadiyahahan	6
2. Ringkasan	7
3. Pendahuluan	8
4. Solusi permasalahan	10
5. Metode	10
6. Gambar IPTEK	11
7. Peta Lokasi Mitra Sasaran	12
8. Hasil Pengabdian kepada Masyarakat	12
9. Pembahasan	15
10. Rekomendasi	15
11. Deskripsi Tugas Tim	15
12. Jadwal Kegiatan	16
REFERENSI	
LAMPIRAN	



LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
HIBAH \${Fakultas Kedokteran dan Kesehatan }, Universitas Muhammadiyah
Jakarta
Tahun Usulan \${2021_usulan}, Tahun Pelaksanaan \${2021_pelaksanaan}

1. Judul *)

\${ Kelas Ibu Hamil Dalam Masa Pandemi Covid-19 di Puskesmas Tanah Abang }

2. Topik *)

\${ Menuju Kehamilan Yang Sehat Dengan Bebas Anemia }

3. Bidang Ilmu *)

\${ Kebidanan _ ilmu }

4. Mitra Pengabdian Masyarakat *)

\${ Puskesmas Tanah Abang }

5. Lokasi Pengmas *)

\${ Jakarta Pusat }

6. Identitas Peneliti *)

Peran	Nama	Sinta ID / NIM	Fakultas	Bidang Studi
Ketua Pengusul	\${ Revinel _ket }	\${sinta_6677122_ketua }	\${ Kedokteran dan Kesehatan _ketua }	\${Profesi _Kebidanan_ketua }
Anggota Dosen 1	\${ Aning Subiyatin _ang1 }	\${sinta_6677431_ang1 }	\${Kedokteran dan kesehatan _ang1 }	\${Sarjana _Kebidanan_ang1 }
Anggota Dosen 2	\${nama_ang2 }	\${sinta_id_ang2 }	\${fakultas_ang2 }	\${bid_studi_ang2 }
Anggota Dosen 3	\${nama_ang3 }	\${sinta_id_ang3 }	\${fakultas_ang3 }	\${bid_studi_ang3 }
Anggota Dosen 4	\${nama_ang4 }	\${sinta_id_ang4 }	\${fakultas_ang4 }	\${bid_studi_ang4 }
Anggota Dosen 5	\${nama_ang5 }	\${sinta_id_ang5 }	\${fakultas_ang5 }	\${bid_studi_ang5 }
Anggota Mhs 1	\${ Salma Dhiya Musaffa _mhs1 }	\${ 2019700037 mhs1 }	-	-
Anggota Mhs 2	\${Riani Widi Astuti_mhs2 }	\${2018700011_mhs2 }		-

7. Pengesahan Usulan Proposal *)

Tanggal Pengajuan	Tanggal Persetujuan	Pimpinan Pemberi Persetujuan	Jabatan	Lembaga / Fakultas
-------------------	---------------------	------------------------------	---------	--------------------

`\${tanggal_pengajuan_prop1}`	`\${tanggal_prop_disetujui1}`	`\${nama_ketua}`	`\${jbt_ketua}`	`\${nama_lbg}`
-------------------------------	-------------------------------	------------------	-----------------	----------------

Tanggal Pengajuan	Tanggal Persetujuan	Pimpinan Pemberi Persetujuan	Jabatan	Lembaga / Fakultas
`\${tanggal_pengajuan_prop2}`	`\${tanggal_prop_disetujui2}`	`\${nama_dekan}`	`\${jbt_dekan}`	`\${nama_fakultas}`

8. Riwayat Pengabdian Kepada masyarakat Ketua Pengusul *)

<p>`\${</p> <p>KEGIATAN PROFESIONAL/PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT</p>		
Tahun	Jenis>Nama Kegiatan	Tempat
2018	Pemeriksaan IVA	Perguruan Muhammadiyah kota Bekasi
2018	Pendidikan Kesehatan anak	Sekolah Alam Bekasi
2018	Penyuluhan Kesehatan reproduksi remaja	SMA maarif nurul hidayah kec. Cikelet kab. Garut jabar
2019	Edukasi Kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)	Sekolah AL-Bukhori Bekasi
2019	Penyuluhan Kesehatan reproduksi pada remaja Putri	SMA 1 Muhammadiyah Jakarta Pusat
2020	Usaha Peningkatan Kesehatan Reproduksi, pencegahan NAPZA dan Merokok	SMA N 27 Jakarta Pusat
2020	Edukasi dan Pelatihan Kader Kesehan mencuci tangan pakai sabun dengan 6 langkah WHO, cara pemakaian Hand Sanitizer	diwilayah RW 30 Kelurahan teluk pucung, Kabupaten Bekasi Utara
<p>}`</p>		

1. Kajian Internalisasi Al Islam Kemuhammadiyah dengan pengabdian kepada masyarakat maksimal satu lembar dengan 1,5 spasi.

Keberhasilan pembangunan kesehatan di Indonesia berdampak terhadap peningkatan derajat kesehatan serta mendapatkan pelayanan kesehatan yang mudah terjangkau oleh seluruh lapisan masyarakat, tentunya kesehatan terhadap Ibu dan anak yang perlu mendapatkan prioritas dalam penyelenggaraan upaya kesehatan, karena ibu dan anak merupakan kelompok yang rentan. Hal ini tentu terkait dengan fase kehamilan, persalinan dan nifas pada ibu dan fase tumbuh kembang pada anak. sehingga upaya kesehatan ibu dan anak menjadi salah satu prioritas pembangunan kesehatan di Indonesia.[1]

Peningkatan kualitas hidup manusia perlu dimulai sejak dini yaitu sejak manusia berada dalam kandungan. Kehamilan merupakan salah satu bentuk kebesaran Allah SWT, bagi sepasang suami istri, dalam pandangan Islam wanita yang sedang hamil akan mendapatkan kemuliaan di hadapan Allah SWT. Islam sebagai agama yang sempurna mengatur semua aspek kehidupan, dan memberikan perhatian besar terhadap kelangsungan keluarga. Permasalahan keluarga tentu saja berkaitan erat dengan wanita dan anak-anak. Bahkan wanita memegang peranan terhadap kelangsungan dan kesinambungan pada keluarganya tersebut.

Perkembangan keluarga melalui proses keturunan, menjadikan wanita berada pada posisi terpenting dalam melahirkan generasi baru dari manusia. Allah SWT berfirman: Artinya: “Dialah yang telah menciptakan kamu dari jiwa yang satu, lalu dijadikan darinya pasangannya, lalu melahirkan dari keduanya banyak laki-laki dan perempuan.”(QS. Ar-rum: 30) yaitu sebagai berikut:

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَةَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ
لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾

Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama (Islam); (sesuai) fitrah Allah disebabkan Dia telah menciptakan manusia menurut (fitrah) itu. Tidak ada perubahan pada ciptaan Allah. (Itulah) agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui.

Proses kehamilan yang sepenuhnya diemban oleh calon ibu, merupakan sebuah kerja keras dan penuh resiko. Membuat wanita berada di ambang ancaman, jika salah permasalahan tersebut tidak mendapatkan perhatian memadai dari semua pihak. Oleh karena itu, Islam telah menjelaskan bagaimana seharusnya seorang wanita hamil diperlakukan. Apa saja hak mereka dan tentu saja kewajiban suami terhadap pasangannya yang sedang mengandung anaknya tersebut.

Sementara itu, masalah kesehatan anak juga mendapat perhatian besar dalam Islam. Pertumbuhan dan keselamatan seorang anak di masa kecil, menentukan nasibnya dikemudian hari. Keselamatan dan kesehatan ibu hamil dan anak-anak merupakan tulang punggung dari kesinambungan di dunia.

Kewajiban semua pihak untuk peduli terhadap masalah tersebut. Oleh karena itu, penting bagi ibu untuk tahu semua informasi secara lengkap, seputar kehamilan untuk menjaga kehamilan tetap sehat hingga nantinya bayi lahir dengan sehat.. Dengan Informasi terkait dengan kehamilan, persalinan dan tumbuh kembang anak akan banyak didapatkan saat pemeriksaan kehamilan atau disebut juga dengan antenatal care (ANC), khususnya pada kegiatan kelas ibu hamil.

2. Ringkasan *usulan maksimal 500 kata yang memuat permasalahan, solusi dan target luaran yang akan dicapai. Ringkasan juga memuat uraian secara cermat dan singkat rencana kegiatan yang diusulkan.*

Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan global di negara berkembang maupun negara maju, sangat tergantung dengan mortalitas dan morbiditas pada ibu dan bayi, termasuk resiko keguguran, lahir mati, prematuritas, dan berat bayi lahir rendah. Kondisi ini akan menjadi masalah yang dapat mengancam pada 1000 hari pertama kehidupan (HPK) terhadap kesehatan ibu dan anak. Anemia pada kehamilan adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) yaitu 11 g/dl, pada trimester pertama dan 10,5 g/dl pada trimester kedua dan ketiga.[2]. Angka kejadian anemia sesuai Rischesdas 2013 dilaporkan sebesar 37,1% dan 48,9% pada tahun 2018. Dari data tersebut menunjukkan tren kenaikan. [3][4]

Masa pandemi Covid-19 di Indonesia berdampak pada berbagai sektor kesehatan salah satunya pelayanan kesehatan terhadap pemeriksaan pada ibu hamil atau *Atenatal Care* (ANC). Kementerian Kesehatan .R.I telah mengeluarkan suatu kebijakan buku Pedoman Bagi Ibu Hamil, Ibu Nifas dan Bayi Baru Lahir Selama Covid-19, dengan adanya keterbatasan pemeriksaan selama kehamilan kefasilitas kesehatan selama masa pandemi Covid-19, harus adanya perjanjian dan penundaan kegiatan kelas ibu hamil, serta adanya ketidaksiapan layanan dari segi tenaga dan sarana prasarana termasuk Alat Pelindung Diri merupakan tantangan tersendiri[5]

Keadaan ini akan berpengaruh pada kesehatan ibu hamil yang merupakan golongan yang berisiko pada masa pandemi Covid-19, tentunya perlu strategi yang terencana, terarah dan terprogram dalam melakukan tata laksana anemia pada kehamilan masa pandemi Covid-19. Upaya untuk mencapai tujuan tersebut dicanangkan kelas ibu hamil sebagai sarana belajar tentang informasi kesehatan pada masa kehamilan, persalinan, nifas dan bayi baru lahir. dan mempersiapkan menjadi seorang ibu [6]

Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM), ini bertujuan untuk memberdayakan kelompok ibu hamil agar dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam pencegahan komplikasi secara dini selama kehamilan dan mempersiapkan persalinan secara normal.[6]

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, Setelah dilakukan diskusi dengan

mitra berdasarkan temuan masalah, maka intervensi yang dilakukan adalah pendampingan kelas ibu hamil pada masa Covid-19 dalam upaya meningkatkan Kesehatan ibu dan janin Menuju Kehamilan Yang Sehat Dengan Bebas Anemia.

Solusi : Permasalahan yang diberikan terhadap mitra adalah untuk dapat meningkatkan pengetahuan dan pencegahan komplikasi ibu hamil dengan anemia, diantaranya; dampak anemia terhadap kehamilan, mengenal sumber-sumber makanan zat besi. Target program adalah meningkatnya pengetahuan dan keterampilan ibu hamil tentang anemia dan mengenal sumber-sumber makanan zat besi.

Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi interaktif. Pendekatan secara langsung, curah pendapat, ceramah, tanya jawab, untuk peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil tentang anemia dan pemantauan kadar anemia. Luaran yang ingin dihasilkan berupa laporan yang diunggah ke repository Universitas Muhammadiyah Jakarta dan Publikasi ilmiah melalui jurnal nasional ber ISSN

Kata Kunci maksimal 5 kata

Kata_kunci_1 Anemia; kata_kunci2 Ibu hamil; kata kunci3 kelas ibu hamil

3. Pendahuluan maksimal 2000 kata yang berisi uraian analisis situasi dan permasalahan mitra. Uraikan permasalahan dan kasus yang dihadapi mitra dengan disertai profil mitra, data, gambar/foto situasi mitra. Jika terkait dengan produksi usaha maka jelaskan potensi dan peluang produksi dan manajemen usaha mitra. Tuliskan secara jelas justifikasi pengusul bersama mitra dalam menentukan persoalan prioritas yang disepakati untuk diselesaikan selama pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat.

Anemia merupakan penurunan kapasitas darah dalam membawa oksigen yang disebabkan oleh penurunan jumlah sel darah merah atau berkurangnya konsentrasi hemoglobin dalam sirkulasi darah. Anemia dalam kehamilan menurut WHO didefinisikan sebagai kadar hemoglobin yang kurang dari 11 gr/dl.[7].

Angka Kematian Ibu (AKI) adalah salah satu menjadi indikator yang digunakan untuk mengukur status kesehatan ibu pada suatu wilayah, di Indonesia masih diprioritaskan pada upaya peningkatan derajat kesehatan Ibu dan anak, terutama pada kelompok ibu hamil, bersalin dan bayi pada masa perinatal. Berdasarkan Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017, Angka Kematian Bayi (AKB) 24/1000 KH, adapun target Sustainable Development Goals (SDGs) pada tahun 2030 adalah AKI mencapai 70/100.000 KH, sedangkan AKB 12/1000 KH.

Millenium Development Goals (MDGs) menargetkan Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia turun menjadi 102/100.000 kelahiran hidup (KH) pada tahun 2015, akan tetapi berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia, AKI pada tahun 2015 sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup, hal ini menunjukkan penurunan yang sangat lambat dibandingkan pada tahun 2012 yaitu sebesar

359/100.000 KH. [1].

Kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia sebagian besar di akibatkan kekurangan besi (Fe) yang diperlukan untuk pembentukan hemoglobin. Program pemerintah telah mengatasinya dengan mengadakan pemberian suplemen besi minimal 90 tablet selama kehamilan, namun hasilnya belum memuaskan, Ibu hamil menjadi salah satu kelompok yang harus mendapatkan perhatian ekstra di tengah pandemi Covid-19 seperti saat ini. Ibu hamil rentan terjadinya anemia apabila pola makan yang kurang beragam, bergizi dan seimbang, apa bila ibu hamil mengalami kekurangan asupan makanan yang kaya dengan zat besi, ibu bisa mengalami anemia, ditakutkan akan terjadinya Abortus, perdarahan yang berakibatkan fatal terhadap ibu dan janinnya.

Dewasa ini penyuluhan kesehatan Ibu dan Anak pada umumnya masih banyak dilakukan melalui konsultasi perorangan atau kasus per kasus yang diberikan pada waktu ibu memeriksakan kandungan atau pada waktu kegiatan posyandu. Kegiatan penyuluhan semacam ini bermanfaat untuk menangani kasus per kasus namun memiliki kelemahan antara lain: 1) Pengetahuan yang diperoleh hanya terbatas pada masalah kesehatan yang dialami saat konsultasi 2) Penyuluhan yang diberikan tidak terkoordinir sehingga ilmu yang diberikan kepada ibu hanyalah pengetahuan yang dimiliki oleh petugas saja 3) Tidak ada rencana kerja sehingga tidak ada pemantauan atau pembinaan secara lintas sektor dan lintas program. Pelaksanaan penyuluhan tidak terjadwal dan tidak berkesinambungan. Untuk mengatasi kelemahan-kelemahan di atas, direncanakan metode pembelajaran kelas ibu hamil. Kegiatan yang direncanakan adalah pembahasan materi Buku KIA dalam bentuk tatap muka dalam kelompok yang diikuti diskusi dan tukar pengalaman antara ibu-ibu hamil dan petugas kesehatan. Kegiatan kelompok belajar ini diberi nama kelas ibu hamil

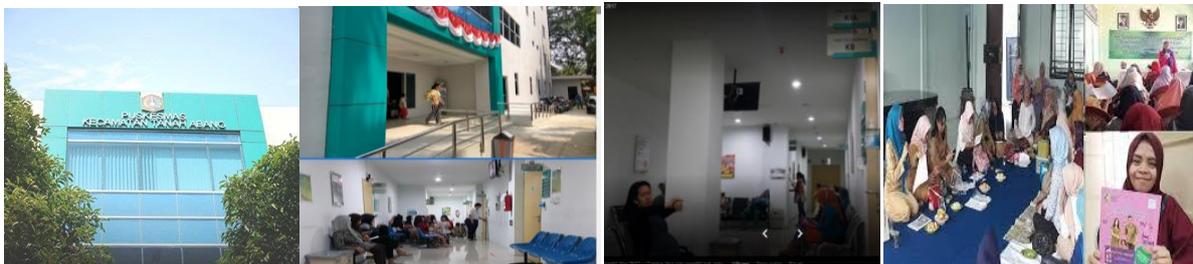
Kelas Ibu Hamil merupakan solusi untuk dapat belajar bersama tentang kesehatan bagi ibu hamil, dalam bentuk tatap muka dalam kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan, berubah sikap dan prilaku ibu hamil, mengenai kehamilan, perawatan kehamilan, persalinan, perawatan nifas, perawatan bayi baru lahir, mitos, penyakit menular dan akte kelahiran, kegiatan ini terintegrasi dengan layanan kesehatan ibu yang disediakan oleh pemerintah.[1]

Kelas ibu hamil adalah kelompok belajar ibu-ibu hamil dengan umur kehamilan antara 4 minggu s/d 36 minggu (menjelang persalinan) dengan jumlah peserta maksimal 10 orang. Di kelas ini ibu-ibu hamil akan belajar bersama, diskusi dan tukar pengalaman tentang kesehatan ibu dan anak (KIA) secara menyeluruh dan sistematis serta dapat dilaksanakan secara terjadwal dan berkesinambungan. Kelas ibu hamil difasilitasi oleh bidan / tenaga kesehatan dengan menggunakan paket kelas ibu hamil yaitu buku KIA, flip chart, pedoman pelaksanaan kelas ibu hamil, pegangan fasilitator kelas ibu hamil dan buku senam ibu hamil.

Permasalahan yang didapat di wilayah Tanah Abang ini adalah salah satu kecamatan di wilayah Kota Administrasi Jakarta Pusat, pemukiman yang padat penduduk, menurut data BPS Provinsi

DKI Jakarta Kepadatan penduduk di Kecamatan Tanah Abang yang memiliki 7 Kelurahan mencapai 13.540 per km². Dalam masa pandemi Covid-19 masih kurangnya kesadaran masyarakat untuk mematuhi peraturan protokol kesehatan dari pemerintah, dapat kita lihat dari status orang tanpa gejala (OTG) untuk beraktifitas di luar rumah, sehingga tingkat kepatuhan masyarakat masih kurang dalam menerapkan 3 M (Memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak) bagian kecemasan dari ibu hamil untuk melakukan ANC, sehingga ibu hamil enggan datang memeriksakan kehamilannya dengan alasan khawatir tertular Covid 19.

Dari hasil studi pendahuluan yang didapatkan dari Mitra bahwa kasus ibu hamil dengan anemia sebesar 50,6 %, ini menjadi salah satu kelompok yang harus mendapatkan perhatian ekstra di tengah pandemi Covid-19, “Menuju Kehamilan Yang Sehat Dengan Bebas Anemia”.



Gambar 1 : Lokasi Mitra Pengabdian kepada Masyarakat Masa Pandemi covid-19

4. Solusi Permasalahan maksimum terdiri atas 1500 kata yang berisi uraian semua solusi yang ditawarkan untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Uraikan juga hasil riset tim pengusul yang berkaitan dengan kegiatan pengabdian yang akan dilaksanakan.

Solusi Permasalahan:

Beragam solusi telah dilakukan dalam upaya akselerasi penurunan angka kejadian anemia pada ibu hamil yaitu baik dari perbaikan penyebab langsung maupun tidak langsung, untuk dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, perubahan sikap dan perilaku, serta pencegahan risiko komplikasi ibu hamil dengan anemia, diantaranya;

1. Pengabdian kepada Masyarakat yang akan dilakukan erat sekali hubungannya dengan kegiatan riset yang telah dilakukan, di lokasi mitra.
2. Program kesehatan ibu dan anak merupakan program lintas sektoral dan melibatkan beberapa faktor diantaranya bidan koordinator, petugas kesehatan, keluarga dan ibu hamil sendiri.

3. Melakukan edukasi pendidikan kesehatan pada ibu hamil secara langsung dengan menggunakan media buku KIA, Leaflet, ceramah, dan diskusi, dengan berkolaborasi dengan Mitra
4. Melakukan evaluasi dengan cara diberikan kuisioner pre test dan post test, guna mengukur tingkat pemahamannya.
5. Luaran yang akan dicapai adalah peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang menuju kehamilan yang sehat dengan bebas anemia Luaran kuantitatif : Pengetahuan ibu hamil meningkat 80%

5. Metode pelaksanaan maksimal terdiri atas 2000 kata yang menjelaskan tahapan atau langkah-langkah dalam melaksanakan solusi yang ditawarkan untuk mengatasi permasalahan mitra. Pada bagian ini diuraikan juga kepakaran dan tugas masing-masing anggota tim, evaluasi pelaksanaan program dan keberlanjutan program di lapangan setelah kegiatan pengabdian kepada masyarakat selesai dilaksanakan serta luaran dan target yang akan dicapai.

Metode Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat mengacu pada hasil penelitian sebelumnya yang telah dilakukan di lokasi mitra dan atas permintaan dari mitra, Langkah yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat kelas ibu hamil “**Menuju Kehamilan Yang Sehat Dengan Bebas Anemia**” dalam *masa pandemi Covid-19*.

Kegiatan ini terbagi menjadi dua tahap yakni tahap persiapan dan tahap pelaksanaan:

Tahap persiapan,

1. Melakukan kajian data dan rekomendasi hasil penelitian sebelumnya dilokasi mitra
2. Menerima permohonan mitra dalam peningkatan kapasitas ibu hamil menegani edukasi pencegahan anemia pada kehamilan, untuk dapat menuju kehamilan yang sehat dengan bebas anemia.
3. Menerima permohonan mitra peningkatan pengetahuan para ibu hamil tentang anemia pada kehamilan
4. Tim pengabdian kepada masyarakat dan Mitra menetapkan solusi terhadap permasalahan berupa edukasi tentang anemia pada kehamilan melalui kelas ibu hamil
5. Merancang desain pemberian edukasi pada ibu hamil

Tahap pelaksanaan

1. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan secara langsung di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Tanah Abang di Lantai 2 ruang terbuka depan Poli KIA
2. Melakukan identifikasi/mendaftar semua ibu hamil yang datang ke puskesmas Tanah Abang sebanyak 19 ibu hamil,

3. Kegiatan kelas ibu hamil terbagi 2 kelas, yaitu setiap kelas berjumlah 10 orang dan selama pelaksanaan peserta dan petugas melakukan protokol kesehatan.
4. Kegiatan pre test dilakukan kepada peserta sebelum mendapat materi tentang anemia pada kehamilan. Kegiatan pre test ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana tingkat pengetahuan ibu hamil tentang anemia pada kehamilan sebelum diberikan penyuluhan. Kegiatan pre test ini terdiri dari 10 pertanyaan tentang riwayat anemia pada kehamilan.
5. Kegiatan kelas ibu hamil dilakukan secara bergantian secara langsung berupa memberikan edukasi tentang anemia pada kehamilan, dan di buka oleh Bidan Koordinator puskesmas dan tim pengabdian kepada masyarakat dari prodi kebidanan FKK UMJ,
6. Pemaparan materi tentang anemia pada kehamilan selama 45 menit, kemudian dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab selama 45 menit, secara bergantian dengan kelas berikutnya
7. Setelah pemaparan materi dan diskusi selesai kegiatan berikutnya berupa post test.
8. Post test dilakukan kepada peserta yang mengikuti kegiatan penyuluhan dari awal sampai akhir. Kegiatan post test ini bertujuan untuk melihat sejauh mana efektivitas kegiatan penyuluhan yang dilakukan kepada para peserta. Kemudian hasil pre test dan post test ini selanjutnya dibandingkan untuk dilakukan analisis.
9. Target luaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berupa laporan yang diunggah ke repository Universitas Muhammadiyah Jakarta dan publikasi ilmiah melalui jurnal nasional ber ISSN.

Untuk merealisasikan kegiatan PkM ini, adapun tim pelaksana yang memiliki kualifikasi yang memadai sesuai dengan kepakaran yang diperlukan dalam keberhasilan pelaksanaan kegiatan.

Ketua Tim Pelaksana kegiatan PKM : Revinel, M.Keb

Kepakaran : Kebidanan (Kesehatan ibu dan anak)

Tugas :

1. Memfasilitasi perijinan dan kerjasama dengan mitra
2. Bertanggung jawab terhadap penyusunan proposal
3. Melakukan koordinasi pelaksanaan kelas ibu hamil, dan monitoring
4. Merancang konsep kelas ibu hamil memberikan edukasi Menuju Kehamilan Yang Sehat Dengan Bebas Anemia, dan merancang desain banner leaflet
5. Menyusun laporan, mempresentasikan hasil, menyusun publikasi, bertanggungjawab terhadap pelaksanaan PkM

Anggota : I Aning Subiyatin, SST., M.Kes

Kepakaran : Kesehatan Reproduksi)

Tugas :

1. Membantu dalam penyusunan proposal
2. Merancang konsep kelas ibu hamil memberikan edukasi Menuju Kehamilan Yang Sehat Dengan Bebas Anemia, dan merancang desain banner leaflet
3. Membantu pelaksanaan kelas ibu hamil
4. Membantu memonitoring pendampingan
5. Membantu menyusun laporan, mempresentasikan hasil, menyusun publikasi, bertanggungjawab terhadap pelaksanaan PkM

Anggota : Mahasiswa

1. Riani Widi Astuti
2. Salma Dhiya Musaffa

Membantu merancang konsep kelas ibu hamil memberikan edukasi Menuju Kehamilan Yang Sehat Dengan Bebas Anemia, merancang desain banner leaflet

6. Jadwal pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat disusun dengan mengisi langsung tabel berikut dengan memperbolehkan penambahan baris sesuai banyaknya kegiatan.

No	Nama Kegiatan	Bulan											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Persiapan													
1	Mengkaji hasil data di lokasi Mitra												
2	Melakukan tahap Kerjasama dengan mitra												
3	Pembagian tugas dalam Tim												
4	Menyusun materi dan bahan /sumber												
5	Menyiapkan media												
6	Perencanaan teknis kegiatan, perizinan , koordinasi dengan mitra												
7	Pembuatan media saluran komunikasi dengan mitra (WA)												
8	Penyusunan instrumen pengetahuan pre-test dan post-test												
Pelaksanaan													
9	Pre test												
10	Pemberian edukasi dalam kelas ibu hamil												
11	Post Test												
Evaluasi													
12	Tahap Monitoring dan evaluasi												
13	Pelaporan												
14	Publikasi												

7. Daftar Pustaka disusun dan ditulis berdasarkan sistem nomor sesuai dengan urutan pengutipan.

Hanya pustaka yang disitasi pada usulan yang dicantumkan dalam Daftar Pustaka.

- [1] Kemenkes RI, *Profil Kesehatan Indonesia 2018 [Indonesia Health Profile 2018]*. 2019.
- [2] B. A. Saifudin, T. Rachimhadhi, and G. H. Wiknjastro, *Ilmu Kebidanan*, 4th ed. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, 2008.
- [3] Kementerian Kesehatan RI, “Risikesdas 2013,” 2013.
- [4] K. R. Kementrian, “Hasil Utama Risikesdas 2018,” *Kementrian Kesehat. RI*, 2018.
- [5] E. Nurjismi, “SITUASI PELAYANAN KEBIDANAN PADA MASA PANDEMI COVID – 19 DAN MEMASUKI ERA NEW-NORMAL,” *ibi.or.id*, 2020. .
- [6] S. Patriajati and A. Sriatmi, “Determinants of Mothers’ Participation in Antenatal Classes,” *J. Adm. Kesehat. Indones.*, vol. 7, no. 2, p. 139, 2019, doi: 10.20473/jaki.v7i2.2019.139-146.
- [7] OMS, “The global prevalence of anaemia in 2011,” *Who*, pp. 1–48, 2011.
- [8] P. V. Corona, “Lindungi keluarga.”
- [9] WHO, “Interim guidance April 2020: Water, sanitation, hygiene and waste management for the COVID-19 virusInterim guidance April 2020,” *World Heal. Organ.*, no. April, pp. 1–9, 2020.

8. Gambaran IPTEK berisi uraian maksimal 500 kata menjelaskan gambaran iptek yang akan diimplentasikan di mitra sasaran.

Gambaran IPTEKS dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh tim ini adalah. Melakukan edukasi melalui kelas ibu hamil “Menuju Kehamilan Yang Sehat Dengan Bebas Anemia”. dilakukan secara langsung, dengan menerapkan protokol kesehatan untuk mencegah penularan Covid-19 dimana sampai saat ini masa pandemi belum berakhir. Selain itu, juga merupakan salah satu solusi strategi untuk pencegahan anemia pada ibu hamil.

Indikator keberhasilan Pengabdian kepada Masyarakat dilihat melalui pengukuran pre-test (dilakukan sebelum pemberian edukasi) dan post-test (setelah pemberian seluruh pesan ibu hamil bebas anemia secara lengkap diberikan).

9. Peta Lokasi Mitra Sasaran berisikan gambar peta lokasi mitra yang dilengkapi dengan penjelasan jarak mitra sasaran dengan UMJ dan penjelasan LPCR setempat yang dilibatkan.



Gambar 2 : Peta Lokasi

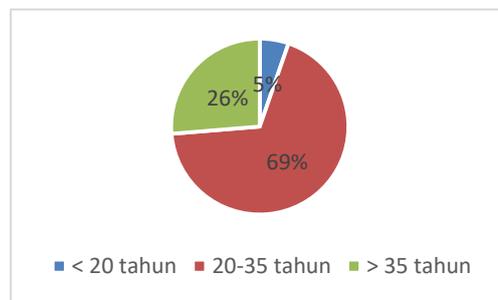
Letak Puskesmas Kecamatan Tanah Abang berada di bagian barat Kodya Jakarta Pusat. Wilayah Kecamatan Tanah Abang merupakan wilayah yang padat dengan penduduk yang heterogen serta merupakan sentra perdagangan. Pengurangan penduduk di Kecamatan Tanah Abang disebabkan oleh adanya pembangunan perkantoran, hotel mewah, plaza dan apartemen. Batas wilayah Kecamatan Tanah Abang: Utara : Kecamatan Gambir, Timur : Kecamatan Menteng, Selatan : Kodya Jakarta Barat, Barat : Kodya Jakarta Selatan (Jl. Gatot Subroto)

10. Hasil Pengabdian kepada Masyarakat

10.1 karakteristik ibu hamil

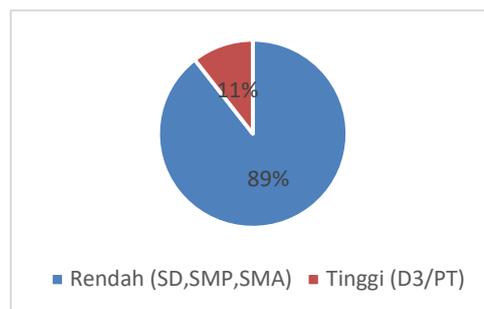
a. Umur ibu hamil

berdasarkan umur ibu hamil yang berkunjung melakukan pemeriksaan kehamilan di Puskesmas kecamatan Tanah Abang Jakarta Pusat



Gambar 4: umur ibu hamil

b. Pendidikan ibu hamil



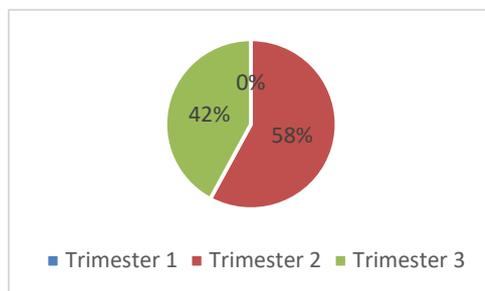
Gambar 4: Tingkat umur ibu hamil

c. Pekerjaan ibu hamil



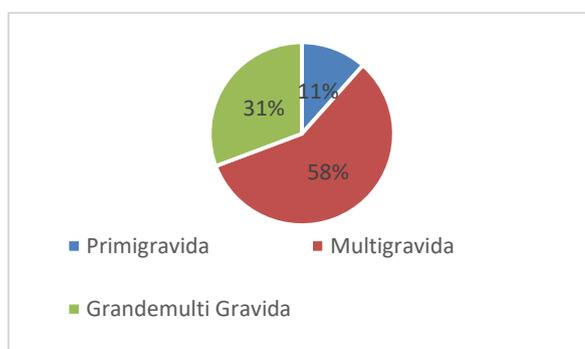
Gambar 5: Tingkat pekerjaan ibu hamil

d. Usia kehamilan



Gambar 6: Tingusia kehamilan

e. Gravida



Gambar 7: Gravida

10.2 Tingkat pengetahuan ibu hamil

a. Pengetahuan ibu hamil tentang anemia pada kehamilan

Pengetahuan ibu hamil tentang anemia pada kehamilan mengalami peningkatan dari sebelum dan setelah dilakukan edukasi tentang

Variabel	Mean	SD	SE	P Value	N
Pengetahuan anemia					
Pre test	70.53	26.34	6.04	0.000	19
Post tes	88.94	14.48	3.32		

Gambar 8. Pengetahuan ibu hamil tentang anemia pada kehamilan

11. Pembahasan

Kegiatan kelas ibu hamil telah menunjukkan manfaat yang positif terhadap peningkatan pengetahuan dari sebelum dan setelah mengikuti kelas ibu hamil, maka dari itu disarankan kepada ibu hamil agar rajin mengikuti kelas ibu hamil, melakukan ANC secara teratur kunjungan wajib pertama dilakukan pada trimester 1 direkomendasikan oleh dokter untuk melakukan skrining faktor resiko, kunjungan wajib ke 2 dilakukan pada trimester 3 (satu bulan sebelum taksiran persalinan) harus oleh dokter untuk persiapan persalinan, ibu hamil diminta untuk mempelajari buku KIA

Kunjungan selebihnya dapat dilakukan atas nasehat dari tenaga kesehatan dan di dahului dengan perjanjian, sesuai anjuran Kemenkes,2020, masa pandemi covid -19 dan minum 90 tablet Fe selama hamil serta konsumsi makanan yang mendukung pencegahan anemia seperti daging, susu, sayuran hijau dan makanan bergizi lainnya, dan juga diharapkan bagi suami untuk mengingatkan istri setiap hari untuk minum tablet Fe.

12. Rekomendasi

Berdasarkan hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat maka hal yang dapat direkomendasikan adalah sebagai berikut:

1. Melakukan kelas ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas kecamatan tanah Abang, dilakukan terhadap ibu hamil lainnya di wilayah yang menjadi ibu hamil resiko dalam kehamilannya khususnya anemia dalam kehamilan.
2. Melakukan tindak lanjut kegiatan ini dengan meneruskan edukasi kepada sasaran utama yaitu ibu hamil, suami, dan elemen keluarga atau pihak terdekat lainnya yang berperan dalam kesehatan ibu hamil “Menuju Kehamilan Yang Sehat Dengan Bebas Anemia”.

Lampiran 1. Surat keputusan dekan kegiatan Pengabdian kepada masyarakat



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA FAKULTAS KEDOKTERAN DAN KESEHATAN

KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS KEDOKTERAN DAN KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA Nomor : 10 Tahun 2021

Tentang

PENERIMA HIBAH PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT INTERNAL FAKULTAS KEDOKTERAN DAN KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA

Bismillahirrahmanirrahim
Dekan Fakultas Kedokteran dan Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jakarta :

- Menimbang : 1. Bahwa selubungan dengan telah diumumkan Penerima Hibah Pengabdian kepada Masyarakat Internal Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta;
2. bahwa berdasarkan pertimbangan sebagaimana dimaksud dalam huruf a dan b maka dipandang perlu ditetapkan dengan keputusan Dekan Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta;
- Mengingat : 1. Undang-undang Nomor : 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional;
2. Undang-undang Nomor : 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi;
3. Keputusan PPM tentang Qaidah Perguruan Tinggi Muhammadiyah;
4. Keputusan Rektor Nomor : 277 Tahun 2020 tentang Pengelolaan Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat di Lingkungan Universitas Muhammadiyah Jakarta;
5. Surat Keputusan Pimpinan Pusat Muhammadiyah Nomor: 146/KEP/1.0/D/2021 tentang Pengangkatan Pelaksana Tugas Rektor UMM tanggal 26 Januari - 25 Mei 2021;
6. Keputusan Rektor nomor : 673 Tahun 2019 tentang Pengangkatan Dekan Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta periode 2019-2023, tanggal 23 Desember 2019 sampai dengan 23 Desember 2023;
7. Statuta Universitas Muhammadiyah Jakarta;
- Memperhatikan : Surat Memo Ka. UPT Penelitian dan Pengmas FKK UMM tanggal 26 Februari 2021 tentang Permohonan SK penerang Hibah Pengabdian kepada masyarakat internal FKK UMM;

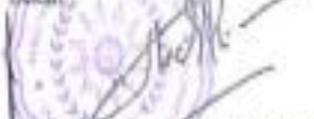
MEMUTUSKAN

- Menetapkan :
- Pertama : Menetapkan Nama Penerima Hibah Pengabdian kepada Masyarakat Internal Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta Tahun 2021 seperti termaat dalam lampiran keputusan ini;
- Kedua : Penerima Hibah Pengabdian kepada Masyarakat Internal Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta tahun 2021 berkewajiban melaksanakan pengabdian kepada masyarakat sesuai panduan pengabdian kepada masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta;
- Ketiga : Penerima hibah Pengabdian Masyarakat sebagaimana dimaksud dalam diktam pertama wajib menghasilkan PKM yang berkontribusi untuk kepentingan umum atau nasional harus disebarhaskan dengan diseminarkan, dipublikasikan, dipatenkan, dan/atau cara lain untuk penyempurnaan hasil PKM kepada masyarakat;
- Keempat : Dalam melaksanakan Pengabdian kepada Masyarakat, para penerima Hibah Pengabdian kepada Masyarakat Internal Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta bertanggung jawab kepada Dekan melalui ketua UPT Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta;
- Kelima : Segala biaya yang timbul akibat diterbitkannya keputusan ini dibebankan kepada Anggaran Pendapatan dan Belanja Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Kenam : Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan dan apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam keputusan ini, akan diadakan perbaikan sebagaimana mestinya;

Ditetapkan di JAKARTA

Pada tanggal : 8 Maret 2021

Dekan



Dr. dr. Muhammad Fachri, SP.P., FAPSR., FISR.

NID. 20.1096

Tersusun

1. Kasubag Keuangan dan SDM
2. Yb
3. Arap

Lampiran :

Norme : F.7-UMJ/HH/2021

Tanggal : 8 Maret 2021

DAFTAR HIBAH PENELITIAN KEPADA MASYARAKAT FAKULTAS KEDOKTERAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA TAHUN 2021

No	Kemas	Anggota	Lokasi	Judul Penelitian	Jumlah Biaya
1	Revised, MKeb	1. Aning Subiyanto, SST, M.Kes	Wilayah Kerja Pukesmas Kecamatan Tanah Abang Jakarta Pusat	Kelas Ibu Hamil Dalam Masa Pandemi Covid-19 di Pukesmas Tanah Abang	Rp. 5.000.000,-


Dekan
Dr. dr. Muhammad Fachri, SP.P., FAPSR., FISR.
NID. 20.1096

Lampiran 2. Surat izin penyelenggaraan dari Sudin Jakarta Pusat

	<p>PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA DINAS KESEHATAN SUKU DINAS KESEHATAN KOTA ADMINISTRASI JAKARTA PUSAT Jl. Pencetakan Negara No. 82 Telp. 4242106, 4228948, 4289656 J A K A R T A</p>	Kode Pos : 10560
<hr/>		
Nomor	: 3007 / 4.773	24 April 2021
Sifat	: biasa	
Lampiran	: -	
Hal	: izin pengabdian masyarakat	
<p>Kepada Yth. Ketua Prodi Profesi Bidan Fakultas Kedokteran Dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta di Jakarta</p>		
<p>Sehubungan dengan surat No.71/70-UMU/IV/2021 tanggal 20 April 2021 perihal permohonan izin kegiatan Pengabdian Masyarakat oleh para Dosen Universitas Muhammadiyah Jakarta, yang akan dilaksanakan di Puskesmas Tanah Abang, ketua tim dan tema kegiatan sebagai berikut :</p>		
<p>Ketua : Revinel, MKeb Tema : Kelas Ibu Hamil Dalam Masa Pandemi Covid-19 Menuju Kehamilan Yang Sehat Dengan Bebas Anemia Di Puskesmas Kecamatan Tanah Abang.</p>		
<p>Dengan ini disampaikan bahwa pada prinsipnya kami tidak keberatan atas permohonan tersebut, untuk proses selanjutnya saudara dapat menghubungi Kepala Puskesmas yang dituju. Segala bentuk kegiatan yang dilakukan harus mematuhi dan menjalankan protokol kesehatan. Setelah kegiatan selesai dilaksanakan agar segera memberikan laporan (dalam bentuk flashdisk) kepada Kepala Puskesmas dan Kepala Suku Dinas Kesehatan Kota Administrasi Jakarta Pusat.</p>		
<p>Demikian atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.</p>		
<p>Kepala Suku Dinas Kesehatan Kota Administrasi Jakarta Pusat</p>  <p>dr. Erizon Safari, MKK NIP.197203272002121004</p>		
<p>Tembusan : 1. Kepala Dinas Kesehatan Prov. DKI Jakarta 2. Kepala Puskesmas Kecamatan Tanah Abang.</p>		

Lampiran 3. Absensi Kegiatan Pengabdian kesehatan Masyarakat

DAFTAR HADIR KELAS IBU HAMIL ANEMIA PADA KEHAMILAN
PENGABDIAN PADA MASYARAKAT SI KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN FK UMI

HARI Senin
TANGGAL 31 Mei 2021

NO	NAMA	ALAMAT	TTD
1	Nora Rachmawati	Jl. boturgja ujung	1. <i>[Signature]</i>
2	DIYARA AMJANI	Jl. Dukuh Punggir II	2. <i>[Signature]</i>
3	RAVEENA	Jl. Jati Bunder III	3. <i>[Signature]</i>
4	Sengja Karisma	Jl. Penjernihan cilik I	4. <i>[Signature]</i>
5	Selifa Sarah	Rusun Benhil 2	5. <i>[Signature]</i>
6	Yuwena Inwati P	Rusunawa KS Tuban	6. <i>[Signature]</i>
7	Yeni Sutjani	Perumahan pintu air	7. <i>[Signature]</i>
8	MURINGIH	PAM BARU KOTA	8. <i>[Signature]</i>
9	TITIN KOMARIH	Jl kota bumi Ujung	9. <i>[Signature]</i>
10		RVAW 01/003 tanahawang	10.
11	HUKMAH	RT 6/03 Petambora	11. <i>[Signature]</i>
12	Dian Permatasari	RT 12 RW 01 Perampayan	12. <i>[Signature]</i>
13	MEINI KURNIAH	PERAMPAYAN RT 09/00	13. <i>[Signature]</i>
14	Silviana Utami	Tanah Alang dt baris 2	14. <i>[Signature]</i>
15	Auli auli	Jl. KPEB I H-01/07	15. <i>[Signature]</i>
16	Mutiara Citta	DE PINDIT I	16. <i>[Signature]</i>
17	KARYAWATI GITA	Jl Petajo Binatu II	17. <i>[Signature]</i>
18	Amirah	Jl. Mejid I NO 27 Binatu	18. <i>[Signature]</i>
19	Asifah	Gg. Beringin RT 05/01	19. <i>[Signature]</i>
20	Angela pratina P	kebon kacang	20. <i>[Signature]</i>

Lampiran 4. Materi Kegiatan Pengabdian kesehatan Masyarakat

ANEMIA PADA IBU HAMIL

Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dimana kadar hemoglobin dibawah 11 gr % pada trimester I dan III atau kadar Hb < 10,5 gr% pada trimester II.

DAMPAK PADA IBU HAMIL

- Bahaya selama kehamilan
- Bahaya selama persalinan
- Bahaya rifas
- Bahaya terhadap janin

MANFAAT ZAT BESI

- Menambah asupan nutrisi pada janin
- Mencegah anemia defisiensi zat besi
- Mencegah perdarahan saat persalinan
- Menurunkan risiko kematian pada ibu karena perdarahan pada masa persalinan

NUTRISI ANEMIA PADA IBU HAMIL

Daging Merah, Kacang-kacangan, Sayur hijau, Vitamin C

IBU HAMIL SELAMA MASA PANDEMI COVID-19

- Jaga jarak dengan orang lain
- Tutup mulut dan hidung saat bersin atau batuk dengan siku terlipat atau tisu
- Cuci tangan secara rutin
- Hindari menyentuh mata, hidung, dan mulut

BUKU KIA KESEHATAN IBU DAN ANAK

362.198.2 Ind b

BAGIAN IBU

BAB I BUKU KIA SEHAT IBU SELAMA KEHAMILAN, PERSALINAN, KELAHIRAN, IBU DAN ANAK

BUKU KIA DISELUKAIKAN SAMPAI ANAK BERUMUR 5 TAHUN

Nama Ibu : _____
 NIK Ibu : _____

No. Buku: _____
 Dikeluarkan Tanggal: Kab./Kota _____ Provinsi _____
 Fasilitas Kesehatan: _____

Pengabdian Kepada Masyarakat
PUSKESMAS KECAMATAN TANAH ABANG

IBU HAMIL SELAMA MASA PANDEMI COVID-19

- Jaga jarak dengan orang lain
- Tutupi mulut dan hidung saat bersin atau batuk dengan siku terlipat atau tisu
- Cuci tangan secara rutin
- Hindari menyentuh mata, hidung, dan mulut

ANEMIA PADA IBU HAMIL

Anemia berarti kurangnya hemoglobin dalam darah. Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dimana kadar hemoglobin dibawah 11 gr % pada trimester I dan III atau kadar Hb < 10,5 gr% pada trimester II.

Apa PENYEBAB ANEMIA pada Ibu Hamil?

- Meningkatnya kebutuhan zat besi untuk pertumbuhan janin
- Kurangnya asupan zat besi pada makanan yang dikonsumsi ibu hamil
- Pola makan ibu terganggu akibat mual selama kehamilan
- Adanya kecenderungan rendahnya cadangan zat besi (Fe)
- Pada wanita akibat persalinan sebelumnya dan menstruasi

FAKTOR RISIKO ANEMIA PADA IBU HAMIL

- Umur < 20 tahun atau > 35 tahun
- Pendarahan akut
- Pekerja berat
- Makan kurang dari 3 kali dan makanan yang dikonsumsi kurang zat besi

Bagaimana TANDA & GEJALA ANEMIA pada Ibu Hamil?

- Mengeluh cepat lelah, letih, lesu, lemas
- Tampak pucat
- Pusing
- Mata berkeruh-kunang
- Kurang semangat
- Nafsu makan menurun (anoreksia)
- Konsentrasi hilang
- Nafas pendek dan jantung berdebar-debar

Apa DAMPAK ANEMIA pada Ibu Hamil?

Anemia pada ibu hamil bisa menghambat serta mengganggu kesehatan ibu dan janin yang tengah dikandung. Anemia dapat terjadi pada setiap ibu hamil, karena itulah kejadian ini harus selalu diwaspadai.

Dampak yang bisa muncul antara lain:

- Abortus
- Persalinan prematur
- Gangguan pertumbuhan janin dalam rahim
- BBLR (Berat Bayi Lahir Rendah)
- Tidak kuat mengedan
- Pendarahan pada persalinan

MAKANAN PENCEGAH ANEMIA

Daging sapi, bayam, kacang hijau, merah, brokoli, hati ayam atau sapi, susu kedelai

Pisang, tomat, kentang, kacang-kacangan

Ikan, telur, daging ayam, daging sapi, produk susu

Kacang merah, bayam, daging ayam, brokoli, jeruk, pepaya, alpukat, kacang hijau

MANFAAT ZAT BESI

- Menambah asupan nutrisi pada janin
- Mencegah anemia defisiensi zat besi
- Mencegah perdarahan saat persalinan
- Menurunkan risiko kematian pada ibu karena perdarahan pada masa persalinan

Lampiran 5. Kuesioner pretest-Posttest Kegiatan Pengabdian kesehatan Masyarakat

60

Kuesioner Evaluasi Awal
Materi Kelas Ibu Hamil

Terima kasih atas kehadiran ibu pada pelaksanaan kelas ibu hamil hari ini. Evaluasi (pre-test) ini bertujuan supaya kelas ibu hamil menjadi lebih baik nantinya.

Nama: YUNIANGANI
Umur: 32
Usia kehamilan: 30 MINGGU
Pendidikan: IPM
Pekerjaan: IRT
Kehamilan ke berapa: 2
Alamat tempat tinggal: JL. PAM BAYU RAYA NO 10

- Berapakah kadar Hb (Hemoglobin) ibu hamil yang mengalami anemia?
 - a. 11 gr/dl
 - b. <11 gr/dl
 - c. 12 gr/dl
 - d. <12 gr/dl
2. Apa dampak anemia dalam kehamilan?
 - a. Abortus
 - b. Persalinan premature
 - c. Pertumbuhan janin terhambat
 - d. Semua benar
3. Apa dampak anemia dalam persalinan?
 - a. Gangguan his
 - b. Tidak kuat mengejan
 - c. Kala I berlangsung lama
 - d. Semua benar
4. Apa dampak anemia dalam nifas?
 - a. Perdarahan post partum
 - b. Mudah infeksi pada masa nifas
 - c. ASI berkurang
 - d. Semua benar
5. Apa dampak anemia terhadap janin?
 - a. Kematian intrauterine
 - b. Persalinan premature
 - c. Berat badan lahir rendah
 - d. Semua benar
6. Apa tanda dan gejala dari anemia pada ibu hamil?
 - a. Pusing, leih, dan lesu
 - b. Meriang

- b. Meriang
 - c. Begah
 - d. Mual
7. Apakah penyebab anemia pada ibu hamil?
 - a. Kekurangan zat besi
 - b. Kekurangan vitamin A
 - c. Kekurangan vitamin B
 - d. Kekurangan vitamin D
8. Apakah suplemen yang diberikan pada ibu hamil yang mengalami anemia?
 - a. Zat besi/tablet besi
 - b. Calcium
 - c. Vitamin B12
 - d. Vitamin D
9. Apakah fungsi pemberian suplemen zat besi?
 - a. Meningkatkan kadar Hb
 - b. Menurunkan Hb
 - c. Menstabilkan Hb
 - d. Semua salah
10. Sumber makanan yang mengandung zat besi
 - a. Daging
 - b. Ikan, telur
 - c. Sayur-sayuran hijau tua (bayam, kangkung, daun singkong)
 - d. Semua benar

80

Kuesioner Evaluasi Akhir
Materi Kelas Ibu Hamil

Terima kasih atas kehadiran ibu pada pelaksanaan kelas ibu hamil hari ini. Evaluasi (post-test) ini bertujuan supaya kelas ibu hamil menjadi lebih baik nantinya.

Nama: YUNIANGANI
Umur: 32
Usia kehamilan: 30 MINGGU
Pendidikan: IPM
Pekerjaan: IRT
Kehamilan ke berapa: 2
Alamat tempat tinggal: JL. PAM BAYU RAYA NO 10

- Berapakah kadar Hb (Hemoglobin) ibu hamil yang mengalami anemia?
 - a. 11 gr/dl
 - b. <11 gr/dl
 - c. 12 gr/dl
 - d. <12 gr/dl
2. Apa dampak anemia dalam kehamilan?
 - a. Abortus
 - b. Persalinan premature
 - c. Pertumbuhan janin terhambat
 - d. Semua benar
3. Apa dampak anemia dalam persalinan?
 - a. Gangguan his
 - b. Tidak kuat mengejan
 - c. Kala I berlangsung lama
 - d. Semua benar
4. Apa dampak anemia dalam nifas?
 - a. Perdarahan post partum
 - b. Mudah infeksi pada masa nifas
 - c. ASI berkurang
 - d. Semua benar
5. Apa dampak anemia terhadap janin?
 - a. Kematian intrauterine
 - b. Persalinan premature
 - c. Berat badan lahir rendah
 - d. Semua benar
6. Apa tanda dan gejala dari anemia pada ibu hamil?
 - a. Pusing, leih, dan lesu
 - b. Meriang

- c. Begah
 - d. Mual
7. Apakah penyebab anemia pada ibu hamil?
 - a. Kekurangan zat besi
 - b. Kekurangan vitamin A
 - c. Kekurangan vitamin B
 - d. Kekurangan vitamin D
8. Apakah suplemen yang diberikan pada ibu hamil yang mengalami anemia?
 - a. Zat besi/tablet besi
 - b. Calcium
 - c. Vitamin B12
 - d. Vitamin D
9. Apakah fungsi pemberian suplemen zat besi?
 - a. Meningkatkan kadar Hb
 - b. Menurunkan Hb
 - c. Menstabilkan Hb
 - d. Semua salah
10. Sumber makanan yang mengandung zat besi
 - a. Daging
 - b. Ikan, telur
 - c. Sayur-sayuran hijau tua (bayam, kangkung, daun singkong)
 - d. Semua benar

Lampiran 6. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian kesehatan Masyarakat



