



Journal of Human And Education

Volume 4, No. 4, Tahun 2024, pp 361-370

E-ISSN 2776-5857, P-ISSN 2776-7876

Website: <https://jahe.or.id/index.php/jahe/index>

Edukasi Sari Kacang Hijau Untuk Mengatasi Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Sukapura Kecamatan Sragi Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024

Inggit Primadevi¹, Aan Anisah², Widi Arti^{3*}, Dian Cynthia Dewi⁴, Rohmawati⁵, Putri Dian Oktapiana⁶, Zaitun, Anna Dwi Wulandari⁷, Rahmi Dewi⁸, Budi Trisnawati⁹, Miftahul Zannah¹⁰

Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Aisyah Pringsewu

Email: artiwidi874@gmail.com^{1*}

Abstrak

Angka kematian ibu (AKI) merupakan salah satu indikator keberhasilan layanan kesehatan di Indonesia. Kematian ibu dapat terjadi karena anemia. Angka kematian ibu menunjukkan bahwa angka kematian ibu adalah 70% untuk ibu-ibu yang anemia. Anemia pada kehamilan juga berhubungan dengan meningkatnya kesakitan ibu (Amalia, 2018). Anemia yang umum terjadi saat kehamilan yakni anemia defisiensi besi. Zat besi (Fe) pada masa kehamilan. Cara lain untuk menurunkan angka kejadian anemia pada ibu hamil tidak hanya diberikan suplemen tablet Fe, tetapi harus ditunjang dan dibantu dengan memberikan asupan makanan yang kaya akan zat besi. Salah satu jenis kacang-kacangan yang mengandung zat besi tinggi adalah kacang hijau. Kacang hijau mengandung zat-zat yang diperlukan untuk pembentukan sel darah sehingga dapat mengatasi efek penurunan hemoglobin (USDA, 2016). Tujuan Penyuluhan Kepada Masyarakat ini adalah untuk memberikan informasi dan pengetahuan melalui program penyuluhan edukasi dengan melakukan upaya preventif dan promotif dalam mencegah dan mengatasi anemia pada ibu hamil. Penyuluhan dilakukan di desa Sukapura Kecamatan Sragi Kabupaten Lampung Selatan Di Wilayah Kerja Puskesmas Sragi. dengan jarak 113 km dari Universitas Aisyah Pringsewu. Banyak masalah kesehatan yang terjadi di wilayah Puskesmas, Salah satu masalah kesehatan yang harus ditangani yaitu tentang anemia pada ibu hamil. Sehingga dengan kegiatan ini diharapkan masyarakat khususnya ibu hamil mampu memahami dan menyadari pentingnya pengetahuan sari kacang hijau dalam mengatasi Anemia.

Kata Kunci : *Anemia, Ibu Hamil, Sari Kacang Hijau*

Abstract

The maternal mortality rate (MMR) is an indicator of the success of health services in Indonesia. Maternal death can occur due to anemia. The maternal mortality rate shows that the maternal mortality rate is 70% for anemic mothers. Anemia in pregnancy is also associated with increased maternal morbidity (Amalia, 2018). Anemia that commonly occurs during pregnancy is iron deficiency anemia. Iron (Fe) during pregnancy. Another way to reduce the incidence of anemia in pregnant women is not only to give Fe tablet supplements, but to be supported and assisted by providing food intake that is rich in iron. One type of legume that contains high iron is green beans. Green beans contain substances necessary for the formation of blood cells so they can overcome the effects of decreasing hemoglobin (USDA, 2016). The aim of this outreach to the community is to provide information and knowledge through educational outreach programs by carrying out preventive and promotive efforts to prevent and treat anemia in pregnant women. Counseling was carried out in Sukapura Village, Sragi District, South Lampung Regency in the Sragi Health Center Working Area. with a distance of 113 km from Aisyah Pringsewu University. Many health problems occur in the Puskesmas area. One of the health problems

Copyright author

that must be addressed is anemia in pregnant women. So with this activity it is hoped that the community, especially pregnant women, will be able to understand and realize the importance of knowledge of green bean juice in overcoming anemia.

Keywords: *Anemia, Pregnant Women, Green Bean Juice*

PENDAHULUAN

Anemia defisiensi besi merupakan salah satu gangguan yang paling sering terjadi terutama selama masa kehamilan (Kristiyanasari, 2012). Ibu hamil dinyatakan anemia jika hemoglobin (Hb) < 11 mg/L (Kemenkes RI, 2015). Kekurangan zat besi sejak sebelum kehamilan bila tidak diatasi dapat mengakibatkan ibu hamil menderita anemia. Kondisi ini dapat meningkatkan risiko kematian pada saat melahirkan, melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah, janin dan ibu mudah terkena infeksi, keguguran, dan meningkatkan risiko bayi lahir prematur (Kemenkes RI, 2015).

Menurut WHO secara global prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia adalah sebesar 41,8 %. Hasil Riset Kesehatan dasar (Riskesdas) di Indonesia pada tahun 2018 menyatakan bahwa sebanyak 48,9% ibu hamil mengalami anemia, di Provinsi Lampung pada tahun 2019 terdapat 19,48% ibu hamil yang mengalami anemia (Profil Kesehatan Provinsi Lampung, 2019). Angka Kejadian Anemia pada ibu hamil di Kabupaten Lampung Selatan pada tahun 2023 yaitu sebanyak 43%. Angka Kejadian Anemia pada ibu hamil di desa Sukapura Kecamatan Sragi Kabupaten Lampung Selatan pada Mei 2024 terdapat 32 orang ibu hamil yang mengalami anemia sebanyak 13 orang.

Dampak anemia pada ibu hamil menyebabkan hambatan pada pertumbuhan janin baik sel tubuh maupun sel otak, abortus, lamanya waktu partus karena kurang daya dorong rahim, pendarahan post partum, rentan infeksi, rawan dekompensasi cordis, Hipoksia akibat anemia dapat menyebabkan syok bahkan kematian ibu saat persalinan, kematian bayi dalam kandungan, kematian bayi pada usia sangat muda serta cacat bawaan, dan anemia pada bayi yang dilahirkan. Ibu hamil yang mengalami anemia memiliki risiko kematian hingga 3,6 kali lebih besar dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak mengalami anemia (Prawirohadjo, 2012).

Anemia dapat dicegah dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang dengan asupan zat besi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Zat besi dapat diperoleh dengan cara mengonsumsi daging (terutama daging merah) seperti sapi. Zat besi juga dapat ditemukan pada sayuran berwarna hijau gelap seperti bayam dan kangkung, buncis, kacang polong, serta kacang-kacangan seperti kacang hijau (Walyani, 2015). Cara lain untuk menurunkan angka kejadian anemia pada ibu hamil tidak hanya diberikan suplemen tablet Fe, tetapi harus ditunjang dan dibantu dengan memberikan asupan makanan yang kaya akan zat besi. Salah satu jenis kacang-kacangan yang mengandung zat besi tinggi adalah kacang hijau. Kacang hijau mengandung zat-zat yang diperlukan untuk pembentukan sel darah sehingga dapat mengatasi efek penurunan hemoglobin (USDA, 2016).

Biji kacang hijau lebih kecil dibanding biji kacang-kacangan lain. Biji kacang hijau terdiri atas tiga bagian utama, yaitu kulit biji (10%), *kotiledon* (88%) dan lembaga (2%). Pada bagian kulit biji kacang hijau mengandung mineral antara lain fosfor (*P*), kalsium (*Ca*), dan besi (*Fe*). *Kotiledon* banyak mengandung pati dan serat, sedangkan lembaga merupakan sumber protein dan lemak.

Kacang hijau sebagai sumber protein juga sumber zat besi *heme* pembentuk *hemoglobin* darah. Protein dalam tubuh manusia berperan sebagai pembentuk butir-butir darah (*hemopoiesis*) yaitu pembentukan *erythrocyt* dengan *hemoglobin* di dalamnya. Di dalam tubuh, zat besi tidak terdapat bebas, tetapi berasosiasi dengan molekul protein membentuk *feritin*. *Feritin* merupakan suatu kompleks protein-besi. Dalam kondisi transpor, zat besi berasosiasi dengan protein membentuk *transferin*. *Transferin* berfungsi untuk mengangkut besi di dalam darah, sedangkan *feritin* di dalam sel mukosa dinding usus halus (Linder, 2014).

Biji kacang hijau yang telah direbus atau diolah dan kemudian dikonsumsi mempunyai daya cerna yang tinggi dan rendah daya flatulensinya. Hemagglutinin dapat menggumpalkan sel darah merah dan bersifat toksik. Toksisitas hemagglutinin dapat

dihancurkan melalui proses pemanasan pada suhu 100°C. Asam fitat dapat membentuk kompleks dengan Fe atau unsur-unsur mineral, terutama Zn, Mg, dan Ca menjadi bentuk yang tidak larut dan sulit diserap tubuh sehingga mengurangi ketersediaannya dalam tubuh karena menjadi sangat sulit dicerna. Proses fermentasi dapat meningkatkan ketersediaan unsur besi bagi tubuh. Hal ini penting untuk mencegah anemia gizi besi (Astawan, 2012 dalam Retnoriri, 2017). Kacang hijau juga mengandung vitamin C yang membantu dalam melakukan penyerapan Fe dalam tubuh karena dapat merubah bentuk feri menjadi fero.

Kebutuhan zat besi pada ibu hamil berbeda pada setiap umur kehamilannya, pada trimester I naik dari 0,8 mg/hari, menjadi 6,3 mg/hari pada trimester III. Pemberian preparat besi 60 mg/hari dapat menaikkan kadar Hb sebanyak 1 gr%/ bulan. Oleh karena itu edukasi tentang kacang hijau sangat diperlukan untuk mengatasi kejadian anemia pada ibu hamil. Upaya penanganan yang dapat dilakukan tenaga kesehatan dengan penyuluhan tentang kacang hijau mengatasi anemia pada ibu hamil.

Akan tetapi kendala yang dihadapi oleh masyarakat desa adalah minimnya pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya kacang hijau mengatasi anemia pada ibu hamil. Oleh sebab itu diperlukan berbagai program kampanye maupun sosialisasi pemanfaatan kacang hijau dengan memanfaatkan saluran media sosial. Terlebih media sosial banyak digunakan untuk promosi dan kampanye kesehatan masyarakat (Handayani & Arianto, 2023).



Gambar 1. Wawancara Dengan Bidan Desa

Berdasarkan data yang diperoleh dari wawancara dengan bidan desa Sukapura, ditemukan masalah :

1. Terdapat 14 ibu hamil yang mengalami anemia dari 32 ibu hamil yang berada di wilayah desa Tunggal Warg.
2. Pengetahuan ibu hamil tentang pemanfaatan kacang hijau untuk meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil kurang.
3. Ibu hamil belum pernah mendapatkan demonstrasi olahan pangan untuk peningkatan gizi ibu hamil.

Berdasarkan permasalahan yang ditemukan, Tim pengusul berencana untuk melakukan pengabdian masyarakat melalui penyuluhan dan pembuatan sari kacang hijau. Tim pengusul akan mentransfer ilmu dan teknologi kepada ibu hamil, untuk melakukan penyuluhan dan pembuatan sari kacang hijau sebagai upaya peningkatan Hb ibu hamil. Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan penyuluhan Edukasi Sari Kacang Hijau Untuk Mengatasi Anemia Pada Ibu Hamil di desa Sukapura Kecamatan Sragi Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024

Berdasarkan kajian informasi di wilayah desa Sukapura Kecamatan Sragi Kabupaten Lampung Selatan Di Wilayah Kerja Puskesmas Sragi Kabupaten Lampung Selatan, ditemukan permasalahan ibu hamil yang mengalami anemia. Anemia apabila tidak ditangani dapat menyebabkan gangguan ibu dan janin. Oleh karena itu diperlukannya upaya tenaga kesehatan yang berperan penting dalam memberikan pengetahuan dan informasi tentang hal-hal yang baru termasuk dengan memberikan edukasi melalui penyuluhan.

Dengan adanya pengetahuan maka masyarakat dapat mengatasi dan mencegah sejak dini kejadian anemia terutama pada ibu hamil sehingga dapat mengurangi kejadian keluhan-keluhan pada masa kehamilan, persalinan dan nifas dan menurunkan angka kejadian anemia. Metode yang digunakan dalam penyuluhan masyarakat ini yaitu dengan memberikan pendidikan kesehatan dengan ceramah dan diskusi mengenai Edukasi Sari Kacang Hijau Untuk Mengatasi Anemia Pada Ibu Hamil menggunakan media leaflet dan PPT. Sasaran dalam program penyuluhan kepada masyarakat ini adalah ibu hamil di desa Sukapura Kecamatan Sragi Kabupaten Lampung Selatan yang dilakukan pada hari Sabtu tanggal 07 Juni 2024 yang diikuti oleh 32 orang ibu hamil.

Tujuan kegiatan ini adalah untuk pemberdayaan masyarakat terutama ibu hamil dalam pencegahan dan deteksi anemia pada ibu hamil di desa Sukapura Kecamatan Sragi Kabupaten Lampung Selatan. Kegiatan ini bertujuan untuk memberdayakan masyarakat terutama ibu dalam pencegahan dan deteksi anemia, melalui tahapan :

1. Peningkatan pengetahuan ibu dan kader tentang anemia pada ibu hamil.
2. Meningkatkan pengetahuan tentang makanan yang dapat mencegah anemia yaitu sari kacang hijau

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan pengalaman secara langsung dalam menerapkan ilmu yang diperoleh selama di akademik, serta menambah wawasan dalam penerapan penanganan anemia pada ibu hamil menggunakan sari kacang hijau. Responden memiliki informasi tentang manfaat sari kacang hijau untuk kenaikan kadar Hb nya agar tidak terjadi anemia pada ibu hamil, melakukan penyuluhan tentang anemia. Sebagai bahan masukan dalam proses pencegahan anemia pada ibu hamil dapat memanfaatkan sari kacang hijau sebagai salah satu upaya peningkatan kadar Hb pada ibu hamil, dengan memperbanyak leaflet tentang anemia, poster tentang perdarahan dan anemia pada ibu hamil. Penelitian ini dapat menjadi bahan masukan informasi dan referensi kepustakaan tentang cara mengatasi anemia pada ibu hamil dalam pencegahan dan intervensi yang tepat pada ibu hamil untuk menaikkan kadar Hb nya.

METODE

Metode pelaksanaan pada program pengabdian masyarakat ini merupakan sebuah rangkaian tahapan yang disusun secara sistematis melalui beberapa tahapan yang diawali dengan tahap persiapan, persiapan yang dilakukan membuat perencanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Pembentukan anggota tim, kemudian melakukan konsultasi dengan dosen pembimbing mengenai permasalahan topik yang akan diambil kemudian melihat mitra kerjasama yang mempunyai topik permasalahan tersebut. Kemudian berkoordinasi dengan mitra tersebut. Merancang pelaksanaan kegiatan, menentukan waktu kegiatan, menyusun keanggotaan tim beserta deskripsi tugas masing-masing anggota dan pembuatan proposal serta persiapan media penyuluhan.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan setelah perizinan dan persiapan baik sarana dan prasarana sudah siap digunakan. Kegiatan yang dilakukan dibuat semenarik mungkin sesuai dengan rundown acara dan metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi ceramah, diskusi dan tanya jawab dengan para peserta.

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat di desa Sukapura Kecamatan Sragi Kabupaten Lampung Selatan, menggunakan metode yaitu:

1. Survei

Survey adalah suatu cara penelitian deskriptif yang dilakukan terhadap sekumpulan objek yang biasanya cukup banyak dalam jangka waktu tertentu (Notoatmodjo, 2018).

2. Wawancara

Wawancara adalah suatu metode yang digunakan untuk mengumpulkan data, dimana peneliti mendapatkan keterangan dan pendirian secara lisan dari seorang sasaran penelitian (responden) atau bercakap – cakap berhadapan muka dengan orang tersebut (Notoatmodjo, 2018).

3. Observasi

Adalah suatu hasil penelitian aktif dan penuh perhatian menyadari adanya

rangsangan (Notoatmodjo, 2018).

Kegiatan ini meningkatkan pemahaman peserta tentang Edukasi Sari Kacang Hijau Untuk Mengatasi Anemia pada Ibu Hamil dengan memberikan hasil sebagai berikut:

1. Peningkatan pengetahuan khususnya ibu hamil tentang Anemia.
2. Meningkatnya pengetahuan khususnya ibu hamil mengenai makanan apa saja yang dapat mencegah anemia.
3. Para ibu hamil diharapkan dapat membagikan ilmu pengetahaun mengenai Edukasi Sari Kacang Hijau untuk mengatasi Anemia pada Ibu Hamil dilingkungan sekitarnya.
4. Peningkatan kualitas kesehatan para ibu hamil dengan melakukan pencegahan dan mengatasi anemia.

Pengetahuan mengenai anemia pada saat kehamilan sangatlah penting bagi ibu-ibu yang sedang hamil, karena pengetahuan dapat mempengaruhi sikap dan perilaku mereka dalam menjaga pola konsumsi makanan sehari-hari sehingga dapat mencegah terjadinya anemia pada saat kehamilan. Sedangkan status gizi pada saat kehamilan juga perlu diperhatikan, kebutuhan akan zat besi juga meningkat sejalan dengan penambahan umur kehamilan.

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan diperlukan sebagai dukungan dalam menumbuhkan rasa percaya diri maupun sikap dan perilaku setiap hari, sehingga dapat dikatakan bahwa pengetahuan merupakan fakta yang mendukung tindakan seseorang. Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan. Ibu hamil yang mengetahui dan memahami akibat anemia serta cara mencegah anemia akan mempunyai perilaku dan tindakan yang positif sehingga dapat terhindar dari dampak dan risiko anemia pada masa kehamilan. menyatakan bahwa pengetahuan yang baik akan mempengaruhi perilaku kesehatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Proses Kegiatan

Kegiatan ini ditulis berdasarkan rincian waktu yang telah dilaksanakan sesuai dengan rundown dan rencana yang telah ditentukan.

- a. Kegiatan dimulai pukul 9.00-12.00 WIB
- b. Pukul 09.00-09.05 kegiatan dibuka oleh Master Ceremony
- c. Pukul 09.05 - 09.20 dilaksanakan pretest tentang pengetahuan mereka terkait Anemia. Soal pretest ini berisi 10 butir pertanyaan dimana setiap butirnya memberikan pilihan a-d Peserta terlihat serius mengerjakannya dan mengerjakan sesuai kemampuan mereka.
- d. Setelah selesai melaksanakan pretest, pada pukul 09.20-10.45 acara dilanjut dengan penyuluhan tentang Anemia dan manfaat kacang hijau.
- e. Pukul 10.45 -11.00 acara dilanjut dengan melakukan demonstrasi sari kacang hijau.
- f. Pukul 11.00-11.15 yaitu diskusi tentang pengetahuan peserta terkait ibu hamil anemia dan manfaat sari kacang hijau. Dalam diskusi ini fasilitator berdiskusi dengan peserta sambil bertanya. Hasil diskusi menunjukkan bahwa peserta dapat menjawab pertanyaan terkait anemia dan manfaat sari kacang hijau yang diberikan oleh fasilitator. Secara umum pengetahuan mereka tentang ibu hamil dengan anemia dan manfaat sari kacang hijau sudah baik.
- g. Pukul 11.15-11.30 yaitu review materi yang sudah dijelaskan. Proses review dijelaskan dengan bahasa yang lebih sederhana. Selain itu, untuk peserta yang berani menjawab ketika ditanya oleh narasumber diberi hadiah.
- h. Pukul 11.30 - 11.45 acara dilanjutkan dengan posttest. Soal posttest sama dengan soal pretest sebelumnya, peserta terlihat serius mengerjakan posttest yang diberikan.
- i. Dan akhirnya kegiatan pengabdian masyarakat ini resmi ditutup pukul 12.00 WIB. Sebelum semua bubar dan beranjak dari tempat, kegiatan diakhiri dengan sesi foto bersama dengan peserta.

2. Hasil Kegiatan

Pengabdian masyarakat yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Sragi bertempat di Desa Sukapura Kecamatan Sragi Kabupaten Lampung Selatan dan kegiatan di lakukan di Aula Balai Desa Sukapura pada hari Selasa, tanggal 21 Juni 2024. Pelaksanaan pengabdian dilakukan di Aula Desa Sukapura untuk menjaga kenyamanan responden sekaligus sebagai tempat pelaksanaan kegiatan posyandu terintegrasi desa Sukapura. Peserta yang megikuti penyuluhan adalah ibu hamil yang berada di Desa Sukapura. Jumlah ibu hamil yang dapat mengikuti penyuluhan dan pembuatan demonstrasi sari kacang hijau berjumlah 32 orang. Seperti yang terlihat pada Gambar dibawah ini.



Gambar 4.1 Pemeriksaan Hb dan Pretest



Gambar 4.2 Pelaksanaan Penyuluhan



Gambar 4.3 Pelaksanaan Demonstrasi Pembuatan Sari kacang Hijau



3. Luaran yang dicapai

Hasil pengabdian yang telah dilakukan di Sukapura Kecamatan Sragi Kabupaten Lampung Selatan merupakan hal yang tepat hasilnya setelah dilakukan pengabdian terdapat peningkatan pengetahuan para ibu hamil dengan baik. Sebelum diberikan penyuluhan dari 32 orang ibu hamil rata-rata pengetahuan ibu hamil kurang sebanyak 17 orang dan pengetahuan cukup sebanyak 10 orang dan pengetahuan baik sebanyak 5 orang. Setelah diberikan penyuluhan didapatkan pengetahuan cukup sebanyak 6 orang dan pengetahuan baik sebanyak 26 orang.

Pengetahuan mengenai anemia pada saat kehamilan sangatlah penting bagi ibu-ibu yang sedang hamil, karena pengetahuan dapat mempengaruhi sikap dan perilaku mereka dalam menjaga pola konsumsi makanan sehari-hari sehingga dapat mencegah terjadinya anemia pada saat kehamilan. Sedangkan status gizi pada saat kehamilan juga perlu diperhatikan, kebutuhan akan zat besi juga meningkat sejalan dengan penambahan umur kehamilan.

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan diperlukan sebagai dukungan dalam menumbuhkan rasa percaya diri maupun sikap dan perilaku setiap hari, sehingga dapat dikatakan bahwa pengetahuan merupakan fakta yang mendukung tindakan seseorang. Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan. Ibu hamil yang mengetahui dan memahami akibat anemia serta cara mencegah anemia akan mempunyai perilaku dan tindakan yang positif sehingga dapat terhindar dari dampak dan risiko anemia pada masa kehamilan. menyatakan bahwa pengetahuan yang baik akan mempengaruhi perilaku kesehatan

Kegiatan pengabdian ini merupakan transfer pengetahuan dan informasi ilmiah ke masyarakat. Penerapan transfer iptek dilakukan dengan cara yang mudah dipahami oleh sasaran sehingga tujuan kegiatan ini tercapai semaksimal mungkin. Transfer iptek dalam pengabdian masyarakat ini dengan edukasi penyuluhan, tanya jawab dan diskusi langsung mengenai sari kacang hijau untuk mengatasi anemia pada ibu hamil

4. Jejaring Kemitraan

Kegiatan ini merupakan ajang transfer pengetahuan ilmiah ke ranah masyarakat. Penerapan transfer iptek dilakukan dengan cara yang sederhana namun penting dipahami oleh ibu hamil sehingga tujuan kegiatan ini dapat tercapai semaksimal mungkin. Transfer IPtek yang dilakukan dalam kegiatan ini melalui pendidikan kesehatan serta demonstrasi langsung juga penerapannya langsung di lingkungan masyarakat. Selain itu luaran lainnya adalah tersusunya draft manuskrip untuk publikasi program PKM ini.

Tabel 4.3

Luaran yang Dicapai

| No | Kegiatan | Luaran | Indikator Capaian |
|----|----------|--------|-------------------|
|----|----------|--------|-------------------|

| | | | |
|----|---|---|---|
| 1 | Publikasi | Jurnal PKM | - |
| | | Publikasi pada media massa online | Published di face book dan IG |
| | | Video Dokumentasi Pelaksanaan | Publish di facebook,IG dan Wa Dan website resmi Desa Sukapura |
| 2 | Penyuluhan Dan Demonstrasi | | |
| a. | Penyuluhan manfaat kacang hijau untuk mengatasi Anemia pada ibu hamil | Peningkatan pengetahuan ibu hamil | Ada |
| b. | Peningkatan keterampilan ibu hamil membuat sari kacang hijau. | Peningkatan keterampilan ibu hamil membuat sari kacang hijau. | Ada |

5. Peran serta Mitra

Kegiatan pengabmas menggunakan media elektronik (powerpoint dan video) akan meningkatkan pengetahuan masyarakat dan perilaku masyarakat menjadi lebih positif dalam pencegahan anemia pada ibu hamil sehingga dapat mengontrol angka kejadian, morbiditas dan mortalitas. Kegiatan pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan dan deteksi dini terjadinya anemia ibu hamil di desa Sukapura Kabupaten Lampung Selatan sebagai wujud pelaksanaan pemberdayaan masyarakat dan sebagai pelaksanaan tri dharma perguruan tinggi.

6. Temuan baru

Berdasarkan hasil kegiatan, penyampaian materi pengetahuan ibu hamil dan kader sebelum pelatihan dengan nilai kurang dan setelah pelatihan meningkat menjadi baik, demikian juga nilai ketrampilan sebelum pelatihan dengan nilai kurang dan setelah pelatihan meningkat menjadi baik. Ibu hamil di desa Pandanlandung sangat aktif dalam mengikuti pelatihan, dapat dilihat dari data kehadiran selama pelatihan, dan hasilnya sangat memuaskan. Mereka juga menghimbau minta diadakan pelatihan lagi pada topik yang berbeda. Pelatihan penggunaan kartu monitoring tablet Fe, khususnya pada kelompok resiko (ibu hamil) sangat efektif dilakukan mengingat angka penderita anemia pada masa kehamilan yang masih cukup tinggi di desa Pandanlandung dan efek yang ditimbulkan dari anemia pada kehamilan cukup beresiko. Hasil ini sesuai dengan penelitian Susiloningtyas, menyatakan bahwa anemia defisiensi besi pada kehamilan dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan janin dan kelahiran prematur. Lebih lanjut dalam penelitiannya tentang mekanisme biologi dampak pemberian zat besi pada pertumbuhan janin dan kejadian kelahiran premature melaporkan anemia dan defisiensi besi dapat menyebabkan ibu dan janin menjadi stres sebagai akibat diproduksinya corticotropin-releasing hormone (CRH). Peningkatan konsentrasi CRH merupakan faktor resiko terjadinya kelahiran prematur, pregnancy-induced hypertension. Disamping itu juga berdampak pertumbuhan janin. Penelitian tersebut juga didukung oleh penelitian Cristian (2003) dan Palma (2007) yang menyatakan suplemen zat besi

Dengan pelatihan kepada ibu hamil dan kader tentang pencegahan dan deteksi dini terjadinya anemia, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan dapat merubah pola hidup menjadi lebih sehat. Pelatihan ini ditujukan untuk ibu hamil dan kader agar dapat menyampaikan kepada masyarakat wilayahnya khususnya untuk ibu kader dalam upaya monitoring program pemerintah bebas anemia dengan penggunaan kartu tersebut, karena kader dapat secara langsung dan lebih mudah berkoordinasi dengan masyarakat secara. Dengan demikian distribusi ibu hamil yang meminum tablet Fe menjadi meningkat dan angka ibu hamil dengan anemia khususnya di desa Pandanlandung bisa berkurang.

7. Potensi Pengembangan / Berkelanjutan program

Berdasarkan program pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Sujapura peneliti merumuskan beberapa simpulan tentang pencegahan anemia pada ibu hamil dapat dilakukan dengan mengkonsumsi makan makanan bergizi seperti kacang hijau yang kaya akan manfaatnya dan selama ini para ibu hamil belum mengetahuinya. Setelah dilakukan penyuluhan Peserta sudah mengerti dan memahami tentang manfaat kacang hijau sebagai sumber gizi untuk mencegah terjadinya Anemia baik pada ibu hamil maupun pada anak-anak. Oleh karena itu rencana tindak lanjut yang akan dilaksanakan pada program pengabdian masyarakat yaitu dengan menyarankan semua ibu hamil yang datang mengikuti penyuluhan tentang sari kacang hijau supaya ibu hamil dapat memenuhi kebutuhan nutrisinya dengan mudah dan murah. Selain itu memberikan masukan kepada Bides dan kader Desa Sukapura untuk membudidayakan tanaman daun kacang hijau agar dapat dibagikan pada saat posyandu baik sebagai olahan makanan maupun dalam bentuk yang belum diolah.

SIMPULAN

Pengabdian masyarakat di Desa Sukapura telah dilaksanakan pada hari Selasa, tanggal 10 Juni 2024 pukul 09.00Wib. Kegiatan ini dihadiri sebanyak 32 Ibu Hamil yang memiliki rentang kehamilan anak pertama – anak ke 2. Dari 32 Ibu Hamil terjadi peningkatan pengetahuan sebanyak 98%dari sebelum dan sesudah dilakukan pelatihan. Saran tim pengabdian bagi mitra Memperbanyak lagi penyuluhan maupun demonstrasi pembuatan olahan makanan yang dapat meningkatkan gizi baik peningkatan gizi untuk ibu hamil maupun balita dengan menggunakan metode penyuluhan dan media penyuluhan yang menarik karena sifat dari ibu hamil yang memiliki rasa ingin tahu yang tinggi sehingga harus difasilitasi dengan informasi yang benar agar tidak keliru dalam pemahamannya. Dan bagi responden Meningkatkan pengetahuan dengan mencari informasi yang benar tentang permasalahan yang sedang terjadi misalnya bertanya kepada petugas kesehatan (bidan desa) ataupun petugas kesehatan yang ada di desa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih ditujukan kepada kerja Civitas Akademika Universitas Aisyah Pringsew

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, Amirul. (2016). Efektivitas Minuman Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin. Jurnal Temu Ilmiah Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat. Rakernas Aipkema. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/view/2067>. diakses 16 Januari 2021
- Almatsier, S. (2011). Prinsip Dasar Ilmu Gizi, Jakarta : Gramedia Pustaka Utama
- Arisman, (2014). Buku Ajar Ilmu Gizi Dalam Kehidupan, Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Fatmah (2011). Gizi dan Kesehatan Masyarakat: Anemia. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Kristiyanasari (2010). Gizi Ibu Hamil. Yogyakarta : Nuha Medika
- Merryana, (2012). Gizi Reproduksi. Yogyakarta : Pustaka
- Proverawati, A (2011). Buku Ajar Gizi Untuk Kebidanan. Yogyakarta:Medical Book
- Retnorini, Widatiningsih dan Masini, (2017). Pengaruh Kacang Hijau terhadap Ibu Hamil di Puskesmas Pare Kabupaten Temanggung. <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jurkeb/article/view/1908>. diakses 16 Januari 2021
- Rukiyah, Lia y (2019). Asuhan Kebidanan Kegawatdaruratan Maternal dan Neonatal, Trans Info Media: Jakarta
- Saifuddin. (2012). Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal. Jakarta : YBP-SP.

Sulistyoningsih, H. (2011). Gizi Kesehatan Ibu dan Anak. Yogyakarta. Graha Il