

Pendampingan Ibu Hamil dalam Upaya Pencegahan Anemia melalui Metoda *Small Group Discussion* Dan Demonstrasi Pembuatan Kudapan di Desa Karangagung Kecamatan Palang Kabupaten Tuban

Teresia Retna P, Wahyuningsin TN, Roudlotul Jannah

Prodi DIII Keperawatan Tuban, Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Surabaya

Corresponding author: pinboitem@rocketmail.com

Abstract:

During pregnancy, the need for nutrients increases, this is necessary to meet the needs of fetal growth and development, and maintenance of maternal health, nutritional deficiencies can lead to anemia. Data from the Tuban Health Office in 2017 of 17,655 pregnant women who suffer from anemia 4,638 (26,2701 %.), in 2018 out of 16,498 pregnant women, 3,331 (20,1903%), while data from Puskesmas Palang the total number of pregnant women in 2019 was 765 people, with 213 pregnant women (28%) experiencing restriction including anemia, while the year 2020 received 317 mothers, 37 mothers with anemia (11.7%), 21 pregnant women (6.6%). The purpose of this PKM-M activity is to provide information, to raise awareness for pregnant women about the importance of fulfilling nutrition for mothers and the fetus during pregnancy to prevent anemia so that they can change the behavior of pregnant women from those who do not understand to be more preventive during pregnancy. The activity was carried out for 2 days using the Small Group Discussion method, an evaluation activity using video calls, which was divided into 5 groups, 1 (one) student coordinating 10 pregnant women, this activity was carried out for 1 week after the meeting. The results of increased knowledge in pregnant women were obtained. with an average of 80,906 before mentoring after mentoring 81.3, discipline and skills in making snacks, there was an increase from before mentoring almost half (44%) who rarely made snacks, to most (56%) pregnant women were motivated and regularly made various forms of snacks, although a small proportion of pregnant women (22%) were still found, who were rarely and never wanted to make snacks. Assistance or interaction through the Small Group Discussion method as a substitute for visits by health workers can make it easier to detect the discovery of new cases of anemia in pregnant women, and the skills of pregnant women are needed, starting from selecting ingredients, food that meets nutritional requirements, processing and serving it as an effort to prevent anemia during pregnancy.

Keywords: Pregnancy anemia symptom, accompaniment

Abstract:

Pada masa kehamilan kebutuhan zat gizi meningkat, hal ini diperlukan untuk memenuhi kebutuhan tumbuh kembang janin, pemeliharaan kesehatan ibu, kekurangan zat gizi dapat mengakibatkan anemia. Data Dinas Kesehatan Tuban tahun 2017 dari 17.655 ibu hamil yang menderita anemia 4.638 (26,2701 %.), tahun 2018 dari 16.498 ibu hamil sebanyak 3.331 (20,1903%), sedangkan data dari Puskesmas Palang jumlah ibu hamil tahun 2019 sebanyak 765 orang, dengan jumlah ibu hamil yang mengalami kekurangan termasuk anemia sebanyak 213 orang (28%), sedangkan tahun 2020 dari 317 ibu, dengan jumlah ibu hamil yang anemia sebanyak 37 orang (11,7%), dan ibu hamil sebanyak 21 orang (6,6%). Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan informasi, meningkatkan kesadaran bagi ibu hamil tentang pentingnya pemenuhan gizi bagi ibu dan janin selama masa kehamilan untuk mencegah terjadinya anemia sehingga dapat mengubah perilaku ibu hamil dari yang belum mengerti menjadi lebih preventif selama masa kehamilan. Kegiatan dilaksanakan selama 2 hari dengan metode Small Group Discussion merupakan kegiatan evaluasi dengan menggunakan video call, yang dibagi menjadi 5 kelompok, 1 (satu) orang mahasiswa mengkoordinir 10 orang ibu hamil, kegiatan ini dilaksanakan selama 1 minggu setelah pertemuan. Didapatkan hasil peningkatan pengetahuan pada ibu hamil, dengan rata-rata sebelum pendampingan 80,906 setelah pendampingan 81,3, kedisiplinan dan keterampilan dalam membuat cemilan, terjadi peningkatan dari sebelum pendampingan hampir separuhnya (44%) yang jarang membuat cemilan, menjadi sebagian besar (56%) ibu hamil termotivasi dan rutin membuat berbagai bentuk cemilan, meskipun masih ditemukan sebagian kecil ibu hamil (22%) jarang dan tidak pernah mau membuat cemilan. Pendampingan atau interaksi melalui metode Small Group Discussion sebagai pengganti kunjungan tenaga kesehatan dapat mempermudah mendeteksi ditemukannya kasus baru anemia pada ibu hamil, dan keterampilan ibu hamil sangat dibutuhkan mulai dari pemilihan bahan, makanan yang memenuhi syarat gizi, pengolahan dan penyajiannya sebagai upaya pencegahan anemia pada masa kehamilan.

Kata kunci : anemia, kehamilan, pendampingan

I. LATAR BELAKANG

Kehamilan adalah proses fisiologis yang normal dialami wanita (Hartini, 2018). Fungsi fisiologis dalam masa kehamilan akan berjalan dengan normal jika kebutuhan nutrisi ibu terpenuhi (Yulaikhah, 2009). Dalam masa kehamilan, kebutuhan zat gizi meningkat. Hal ini

diperlukan untuk memenuhi kebutuhan tumbuh kembang janin, dan pemeliharaan kesehatan ibu. Kekurangan nutrisi dapat mengakibatkan anemia (Deswani, 2018). Anemia dalam kehamilan diketahui sebagai bahaya potensial bagi ibu dan anak. Sebanyak 48,9% ibu hamil di Indonesia mengalami anemia atau kekurangan darah merah. Persentase tersebut berdasar

pada hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 meningkat dibandingkan pada tahun 2013 yang menunjukkan persentase sebesar 37,1%. (Riskesdas, 2018) Anemia dapat ditandai dengan penurunan jumlah sel darah merah dan konsentrasi Hb (Hemoglobin) dibawah normal kurang dari 11 gr%. Selama kehamilan, anemia meningkatkan resiko kelahiran kurang bulan. Selain itu, anemia dapat meningkatkan mortalitas ibu dengan menurunkan toleransi ibu terhadap hemologi. (Green & Wilkinson, 2012).

Angka Kematian Ibu (AKI) di negara Asia Tenggara Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2014 tercatat bahwa di Indonesia menunjukkan angka 214 per 100.000 jiwa. Pada tahun 2015 AKI di Indonesia diangka 359 per 100.000. Angka tersebut dikategorikan tinggi sedangkan target MDGs 2015 adalah 102 per 100.000, dan Target SDGs tahun 2030 berkurang menjadi 70 per 100.000 kelahiran hidup. Pada tahun 2017, AKI di Provinsi Jawa Timur mencapai 91,92 per 100.000 kelahiran hidup. Angka ini mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2016 yang mencapai 91 per 100.000 kelahiran hidup (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2017). Selain itu, menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Tuban (2017) jumlah kematian Maternal di Kabupaten Tuban pada tahun 2017 sebanyak 10 kasus. Jika dibandingkan pada tahun 2016 jumlahnya hanya menurun 1 kasus dari 11 kasus menjadi 10 kasus kematian ibu.

Dinas Kesehatan Tuban tahun 2017-2018 menyatakan bahwa ibu hamil dengan anemia sebagai berikut; tahun 2017 dari 17.655 ibu hamil yang menderita anemia 4.638 (26,2701%), tahun 2018 dari 16.498 ibu hamil, 3.331 (20,1903 %) ibu hamil menderita anemia. Berdasarkan data dari Puskesmas Palang diperoleh data jumlah keseluruhan ibu hamil tahun 2019 sebesar 765 orang, dengan 213 ibu hamil (28%) yang mengalami resti termasuk anemia, sedangkan tahun 2020 di dapatkan ibu hamil 317 ibu, yang mengalami anemia 37 ibu (11,7%), ibu hamil resti 21 ibu (6,6%). Menurut Handayani (2019) masih banyaknya ibu hamil yang terkena anemia, dikarenakan kebiasaan ibu hamil melewati kecukupan nutrisi zat besi dalam menu makanannya, sehingga menunjukkan angka penderita anemia ibu hamil yang relative tinggi. Semasa hamil kebutuhan zat besi sangat meningkat. Ibu hamil membutuhkan asupan unsur besi dari makanan lebih dari biasanya (Rismalinda, 2015). Menurut Peneliti Dafroyati (2014) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mengakibatkan meningkatnya angka kejadian anemia pada ibu hamil, antara lain, usia ibu hamil yang terlalu muda, status ekonomi rendah mempengaruhi dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi selama kehamilan, budaya, tingkat pendidikan yang juga mempengaruhi tingkat pengetahuan ibu hamil tentang makanan dan nutrisi-nutrisi yang harus dipenuhi selama masa kehamilan serta tingkat kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi obat penambah darah.

Hutahean (2013) menyatakan, kejadian anemia pada ibu hamil akan mengakibatkan terjadinya gangguan kesehatan baik pada ibu maupun janinnya, karena fungsi oksigen dan jantung terganggu oleh menurunnya kadar Hb. Hal ini menjadi penyebab risiko morbiditas dan mortalitas ibu serta kematian perinatal secara bermakna lebih tinggi, Dampak pada ibu dapat menyebabkan

aborts, persalinan prematur, peningkatan terjadi infeksi, ancaman dekompensasi jantung jika Hb kurang dari 6,0 g% (Pratami, 2016). Menurut penelitian Putri dkk (2015) menyatakan bahwa dari 224 ibu hamil dengan anemia yang mengalami abortus sebanyak 91 orang (40,6%). Mengingat besarnya dampak anemia terhadap ibu hamil dan janinnya maka pencegahan anemia yang dilakukan pada ibu hamil yaitu dengan selalu mengkonsumsi nutrisi yang baik selama kehamilan. Makan makanan yang tinggi kandungan zat besi yang dapat membantu tubuh menjaga pasokan zat besi yang diperlukan untuk tubuh. Selain itu pemberian vitamin C juga dapat mencukupi zat besi dan folat (Proverawati, 2018). Menurut penelitian Putri dkk (2015), Ibu hamil yang tidak teratur melakukan pemeriksaan kehamilan kemungkinan mengalami anemia 4,421 kali lebih besar dibandingkan dengan ibu hamil yang teratur melakukan pemeriksaan kehamilan, selain itu upaya pemerintah untuk mengurangi angka kejadian anemia dalam kehamilannya itu dengan menjalankan program Pelayanan Antenatal Terpadu yang didalamnya termasuk pelayanan konseling masalah gizi selama kehamilan, pemeriksaan kadar hemoglobin minimal 1 kali pada trimester pertama dan 1 kali pada trimester ketiga, dan pemberian tablet Fe dan asam folat minimal 90 tablet selama kehamilan. Mengingat tingginya angka ibu hamil yang menderita anemia, juga bahaya yang ditimbulkan akibat anemia baik untuk ibu maupun janin yang sedang dikandungnya, maka penting kiranya dilakukan pendampingan pada ibu hamil, pendampingan adalah suatu proses pemberian kemudahan (fasilitas) yang diberikan pendamping kepada klien dalam mengidentifikasi kebutuhan dan memecahkan masalah serta mendorong tumbuhnya inisiatif dalam proses pengambilan keputusan, sehingga kemandirian klien secara berkelanjutan dapat diwujudkan (Direktorat Bantuan Sosial, 2007). Pendampingan ibu hamil dengan anemia dilaksanakan secara berkesinambungan dengan mengikutsertakan keluarga baik dalam pengolahan, pemilihan, penyajian makanan dengan gizi seimbang bagi ibu hamil, sehingga ibu hamil dalam melakukan pencegahan terhadap resiko yang terjadi akibat anemia bagi ibu dan janinnya. Tujuan dari kegiatan PKM-M ini adalah dapat memberikan informasi, menumbuhkan kesadaran pada ibu hamil tentang pentingnya pemenuhan gizi bagi ibu dan janin selama masa kehamilan untuk mencegah anemia sehingga mampu merubah perilaku ibu hamil dari yang belum mengerti menjadi lebih preventif selama masa kehamilan peralatan medis harus dilakukan pengujian dan kalibrasi sesuai dengan ketentuan yang berlaku [1].

Setelah melaksanakan kegiatan perkuliahan di kampus teknik elektromedik Surabaya, penulis mendapati bahwa alat kalibrasi untuk oksigen regulator sendiri belum pernah dibuat sebelumnya. Penulis berinisiatif membuat suatu alat untuk alat ukur oksigen regulator agar bisa dimanfaatkan untuk bahan pembelajaran mahasiswa. Berdasarkan identifikasi masalah diatas, penulis bermaksud ingin membuat alat ukur flowmeter yang dapat mengukur aliran oksigen yang dikeluarkan oleh oksigen regulator.

II. METODE

A. Tahapan Kegiatan :

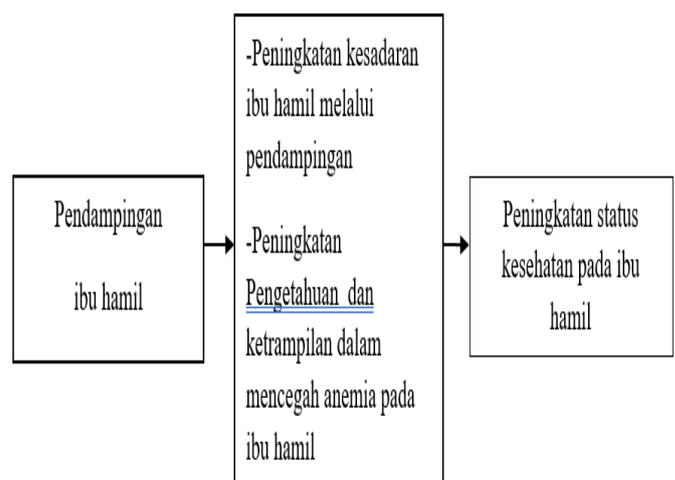
1. Koordinasi dengan Puskesmas palang, bidan desa Karang Agung dan satgas covid-19, untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat tgl 6 Agustus 2020
2. Pengadaan alat dan bahan yang dibutuhkan pada kegiatan Pengabdian Masyarakat, antara lain:
 - *Leaflet* yang berisikan materi anemia pada ibu hamil dan pencegahannya
 - Bahan pembuatan kudapan: Daging ikan, 1 ikat bayam, daun bawang, tepung terigu, tepung tapioka, telur ayam 2 butir, minyak goreng, tusuk sate
 - Bahan dan alat untuk protokol kesehatan antara lain: handsanitizer, masker, sabun cair
3. Penggandaan kuesioner untuk pre test dan post test, dimana kuesioner yang disebar berisikan beberapa aspek antara lain: pengertian anemia, tanda dan gejala, dampak anemia pada ibu hamil serta pencegahannya. Setiap pertanyaan diberikan jawaban (Benar) dan (Salah).
4. Kegiatan dilakukan selama 2 hari dengan metoda *Small Group Discussion*, rincian kegiatan sebagai berikut :
Hari pertama tanggal 2 september 2020 terbagi 2 sesi, sesi pertama diikuti 15 ibu hamil, sesi kedua 15 ibu hamil, pelaksanaan hari kedua tanggal 3 september 2020 dengan 1 sesi yang diikuti 20 ibu hamil. *Small Group Discussion* dibagi menjadi beberapa kelompok dan sesi mengingat kondisi pandemi Covid-19 diharuskan menghindari kerumunan dan melakukan penerapan *physical distancing* dan proteksi bagi ibu hamil yang beresiko tinggi tertular Covid-19.
Kegiatan yang dilakukan pre test anemia pada ibu hamil, penyuluhan materi anemia dan pencegahannya, pemutaran video senam hamil dan peragaannya, demonstrasi pembuatan kudapan dan terakhir dilakukan post test.
5. Kegiatan evaluasi dengan menggunakan *video call*, yang terbagi dalam 5 kelompok, 1 (satu) mahasiswa mengkoordinir 10 ibu hamil, kegiatan ini dilakukan selama 1 minggu setelah pertemuan.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan tanggal 2-3 september 2020, di balai desa karangagung kecamatan Palang Kabupaten Tuban, dengan khalayak sasaran seluruh Ibu hamil sejumlah 50 orang di wilayah kerja Puskesmas Palang Kabupaten Tuban. Rincian kegiatan sebagai berikut: Hari pertama tanggal 2 september 2020

terbagi 2 sesi, sesi pertama diikuti 15 ibu hamil, sesi kedua 15 ibu hamil, pelaksanaan hari kedua tanggal 3 september 2020 dengan 1 sesi yang diikuti 20 ibu hamil.

B. Instrumen Kegiatan

- a. Metode yang dilakukan dalam pengabdian masyarakat ini adalah :
Secara Luring untuk seluruh kegiatan, demonstrasi pembuatan kudapan dengan pemutaran video, dan video senam hamil serta peragaannya yang di demonstrasikan oleh perwakilan mahasiswa.
Tehnik pelaksanaan adalah:
 - 1) Pre tes pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Palang.
 - 2) Pemberian materi pencegahan anemia pada ibu hamil.
 - 3) Pemutaran video senam hamil
 - 4) Pemutaran video demonstrasi pembuatan kudapan.
 - 5) Post tes pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Palang.
 - 6) Melaksanakan evaluasi yang berkaitan dengan struktur, proses, dan hasil Evaluasi, melalui informasi yang dilakukan oleh tim pelaksana pengabdian masyarakat bersama perwakilan keluarga di wilayah kerja Puskesmas Palang, untuk mengetahui tingkat keberhasilan program (dilakukan selama 1 minggu setelah penyuluhan).
- b. Menyusun laporan hasil dari pelaksanaan pendampingan pada ibu hamil dalam upaya mencegah terjadinya anemia dalam kehamilan
- c. Media: LCD, PPT berupa gambar materi, video, alat dan bahan, leaflet, kuesioner pre dan post test
- d. Narasumber: Mahasiswa pelaksana kegiatan PKM-M Poltekkes Kemenkes Surabaya Prodi DIII Keperawatan Tuban.



Gambar 1 : Realisasi pemecahan masalah pencegahan anemia pada ibu hamil melalui pendampingan dengan metode *small group discussion*,

dan demonstrasi pembuatan kudapan di Kecamatan Palang.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Ibu Hamil berdasarkan umur, pekerjaan dan tingkat pendidikan di desa Karang Agung Kecamatan Palang Kabupaten Tuban September tahun 2020

Tabel 1. Distribusi ibu hamil berdasarkan Umur, tingkat pendidikan dan Pekerjaan di desa Karangagung kecamatan Palang Tahun 2020

No	Karakteristik	Frekuensi N=110	Persentase N=100
Umur ibu hamil (dalam tahun)			
1	Kurang dari 23 th	4	8%
2	23 – 44 th	46	92%
3	Lebih dari 44 th	-	-
Tingkat Pendidikan			
1	SD	1	2%
2	SMP	10	20%
3	SLTA	34	64%
4	PT	5	10%
5.	SD	1	2%
Pekerjaan			
1	Bekerja	12	24%
2	Tidak bekerja	38	76%

Dari tabel di atas didapatkan karakteristik ibu hamil bahwa hampir seluruhnya berumur 23-44 tahun sebanyak 46 ibu hamil (92%), sebagian besar berpendidikan SLTA yaitu 34 ibu hamil (64%), dan hampir seluruhnya yaitu 38 ibu hamil (76%) tidak bekerja

Hasil evaluasi pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah penyuluhan Anemia

Tabel 2. Evaluasi hasil pre-test pengetahuan ibu hamil anemia di desa Karangagung Kecamatan Palang Tahun 2020.

Pengetahuan	Σ	%
Baik	34	68%
Cukup	16	32%
Kurang	-	-
Total	50	100 %

Didapatkan hasil Pre Tes pengetahuan ibu hamil tentang anemia sebelum penyuluhan didapatkan yang berpengetahuan baik sebagian besar yaitu 34 ibu hamil (68%), sedangkan yang berpengetahuan cukup hampir setengahnya yaitu 16 ibu hamil (32%), pengetahuan yang kurang tidak ada.

Tabel 4.3 Evaluasi hasil post-test pengetahuan ibu hamil tentang anemia di desa Karangagung Kecamatan Palang Tahun 2020.

Pengetahuan	Σ	%
Baik	35	70%

Cukup	15	30%
Kurang	-	-
Total	50	100 %

Dari tabel diatas didapatkan hasil post tes menunjukkan ada perubahan kearah yang lebih baik yaitu terjadi peningkatan pengetahuan, didapatkan yang berpengetahuan baik sebagian besar yaitu 35 ibu hamil (70%), sedangkan yang berpengetahuan cukup hamper setengahnya yaitu 15 ibu hamil (30%), pengetahuan yang kurang tidak ada. Dari data diatas didapatkan peningkatan pengetahuan pada ibu hamil dengan rata-rata sebelum pelaksanaan kegiatan 80,906 setelah penyuluhan 81.

Evaluasi ketrampilan ibu hamil dalam pembuatan kudapan sebelum dan sesudah dilakukan pendampingan

Tabel 3. Evaluasi hasil keterampilan ibu hamil sebelum pendampingan di desa Karangagung Kecamatan Palang Tahun 2020.

Keterampilan Pembuatan Kudapan	Σ	%
Teratur	12	24%
Jarang	22	44%
Tidak pernah	16	32%
Total	50	100 %

Pada Tabel di atas didapatkan hasil sebelum dilakukan pendampingan pembuatan kudapan yang teratur dan aktif membuat kudapan sebagian kecil yaitu 12 ibu hamil (24%), hampir setengahnya yaitu 22 ibu hamil (44%) jarang membuat kudapan, sedangkan yang tidak pernah membuat kudapan hampir setengahnya yaitu 16 ibu hamil (32%),

Tabel 4. Evaluasi hasil keterampilan ibu hamil sesudah pendampingan di desa Karangagung Kecamatan Palang Tahun 2020.

Keterampilan Pembuatan Kudapan	Σ	%
Teratur	28	56%
Jarang	11	22%
Tidak pernah	11	22%
Total	50	100%

Berdasarkan uraian data diatas Keteraturan Ibu Hamil dalam membuat kudapan smpol ikan tengiri setelah pendampingan melalui *video call* didapatkan, yang teratur membuat kudapan sebagian besar yaitu 28 ibu hamil (56%), yang jarang dan tidak pernah sebagian kecil yaitu 11 ibu hamil (22%).Keteraturan dan motivasi ibu hamil untuk membuat kudapan, didapatkan peningkatan dari sebelum pendampingan hampir setengahnya (44%) yang jarang membuat kudapan, menjadi sebagian besar (56%) ibu hamil termotivasi dan teratur membuat berbagai macam bentuk kudapan, walaupun masih ditemukan ibu hamil sebagian kecil (22%), yang masih jarang dan tidak pernah berkeinginan untuk membuat kudapan.

Evaluasi Pelaksanaan

Evaluasi dilakukan melalui tahapan:

1. **Evaluasi struktur**, yang terdiri dari :

- a. Persiapan media
Persiapan terkait media tidak ada hambatan karena sudah dipersiapkan secara baik. Media yang digunakan berupa, Laptop, PPT, leaflet, video tutorial pembuatan kudapan.
- b. Persiapan leaflet dan video
Leaflet dan video dapat diselesaikan seminggu sebelum kegiatan di mulai.
- c. Materi kegiatan
Materi kegiatan disiapkan dengan menggunakan PPT yang mengacu pada materi anemia pada ibu hamil dan pencegahannya.
- d. Persiapan sarana dan prasarana
Sarana prasarana tidak ada hambatan
- e. Koordinasi dengan pihak terkait
Koordinasi dengan pihak terkait tidak ada hambatan dan dukungan yang diterima tim sangat bagus.

2. Evaluasi Proses:

2.1 : Pengetahuan

- a. Pemberian materi sudah sesuai dengan rencana
- b. Pembagian kelompok diskusi (*Small Group Discussion*) terlaksana
- c. Kehadiran peserta aktif dan hadir selama kegiatan
- d. Waktu pelaksanaan sesuai dengan jadwal yang sudah ditetapkan
- e. Pre tes dan post tes
Hasil pre tes dan post tes telah digambarkan pada diagram 1 dan 2
- f. Proses pendampingan
Hasil pre tes dan post tes telah digambarkan pada diagram 1 dan 2
- g. Proses pendampingan
Proses pendampingan dilakukan oleh mahasiswa, dimana perwakilan mahasiswa menjelaskan materi kepada ibu hamil kemudian dibuka sesi tanya jawab dan pemutaran video senam hamil dan pembuatan kudapan.

2.2 Evaluasi keterampilan pada ibu hamil dengan melakukan tanya jawab *via whatsapp* dan didapatkan hasil sebagai berikut:

- a. Sebagian ibu hamil sudah lupa mengenai materi yang diberikan saat kelas ibu hamil, dengan pendampingan ini merasa terbantu untuk mengingat kembali tentang anemia dalam kehamilan
- b. hampir keseluruhan Ibu hamil aktif bertanya mengenai anemia dan dampaknya pada masa kehamilan
- c. sebagian besar ibu hamil (56%) sudah mencoba teratur membuat berbagai jenis kudapan dengan berbagai variasi bahan.

3. Evaluasi Hasil:

- a. Berdasarkan hasil evaluasi diri ibu hamil
Hasil evaluasi ibu hamil menyatakan bahwa kegiatan pendampingan tersebut bermanfaat sebagai upaya pencegahan anemia, pengetahuan ibu hamil meningkat setelah diberikan materi.
- b. Hasil pre tes dan post tes didapatkan peningkatan jumlah ibu hamil yang didapatkan rata rata sebelum penyuluhan 80,96 sesudah penyuluhan 81,3

- c. Evaluasi ketrampilan ibu hamil meningkat dari hampir setengahnya (44%) jarang membuat kudapan menjadi sebagian besar (56%) ibu hamil teratur membuat kudapan, yang jarang dan tidak pernah sebagian kecil (22%), ketrampilan membuat kudapan ini sebagai salah satu upaya pencegahan anemia dalam masa kehamilan.

IV. PEMBAHASAN

Hasil evaluasi pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah penyuluhan Anemia

Dari tabel diatas didapatkan hasil post tes menunjukkan ada perubahan kearah yang lebih baik yaitu terjadi peningkatan pengetahuan, didapatkan yang berpengetahuan baik sebagian besar yaitu 35 ibu hamil (70%), sedangkan yang berpengetahuan cukup hamper setengahnya yaitu 15 ibu hamil (30%), pengetahuan yang kurang tidak ada. Dari data diatas didapatkan peningkatan pengetahuan pada ibu hamil dengan rata-rata sebelum pelaksanaan kegiatan 80,906 setelah penyuluhan 81,3 dapat disimpulkan Peningkatan pengetahuan terjadi karena pada saat dilakukan *Small Group Discussion* semua ibu hamil berpartisipasi dalam melakukan diskusi, semua ibu hamil aktif berbicara seperti mengungkapkan pendapatnya, bertanya, menjawab pertanyaan dari fasilitator sampai memecahkan masalah bersama. Faktor lain yang mempengaruhi pengetahuan tentang anemia adalah pendidikan ibu (Wawan & Dewi, 2011). Salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi pengetahuan adalah adanya informasi. Informasi merupakan fungsi yang penting sebelum di lakukan suatu tindakan bahkan klien dapat mengambil keputusan yang tepat dan memberi kesempatan untuk bertanya lebih lanjut (Wasis, 2013). Dengan adanya informasi maka seseorang akan lebih mengetahui tentang suatu hal.

Evaluasi ketrampilan ibu hamil dalam pembuatan kudapan sebelum dan sesudah dilakukan pendampingan

Keteraturan Ibu Hamil dalam membuat kudapan smpol ikan tengiri setelah pendampingan melalui *video call* didapatkan, yang teratur membuat kudapan sebagian besar yaitu 28 ibu hamil (56%), yang jarang dan tidak pernah sebagian kecil yaitu 11 ibu hamil (22%). Keteraturan dan motivasi ibu hamil untuk membuat kudapan, didapatkan peningkatan dari sebelum pendampingan hampir setengahnya (44%) yang jarang membuat kudapan, menjadi sebagian besar (56%) ibu hamil termotivasi dan teratur membuat berbagai macam bentuk kudapan, walaupun masih ditemukan ibu hamil sebagian kecil (22%), yang masih jarang dan tidak pernah berkeinginan untuk membuat kudapan.

Evaluasi pembuatan makanan kudapan dilakukan dengan cara *video call* dengan ibu hamil dalam kurun waktu 1 minggu setelah pelaksanaan kegiatan penyuluhan yang terbagi menjadi 5 kelompok, dengan tujuan untuk melihat sejauh mana kemampuan ibu dalam pembuatan makanan kudapan. Didapatkan bahwa jenis kudapan yang di olah ibu hamil adalah smpol ikan tengiri sesuai yang di demontrasikan oleh mahasiswa. Menurut ibu hamil, alasan memilih

membuat kudapan sempol ikan tengiri adalah selain mudah dalam pengolahannya, bahan baku untuk membuat kudapan juga mudah didapat. bentuk kudapan lain yang dibuat ibu nugget dengan campuran bayam dan ikan.

Secara teori menurut Moh.Surya (1981) belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalaman individu itu sendiri dalam interaksinya dengan lingkungan.

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa perubahan dari diri seseorang melalui belajar dapat memberikan motivasi untuk berubah yang menjamin kelangsungan dan memberikan arah pada kegiatan belajar tersebut, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh ibu hamil dapat tercapai, utamanya pembuatan makanan kudapan bernutrisi sebagai upaya pencegahan anemia pada ibu hamil

V. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan maka dapat disimpulkan:

- 1) Pendampingan ibu hamil Melalui Metode *Small Group Discussion* dapat terselenggarakan dengan baik dan berjalan dengan lancar. Kegiatan ini mendapat sambutan sangat baik terbukti ibu hamil antusias dan aktif bertanya saat penyuluhan tentang materi anemia dalam kehamilan
- 2) Pemutaran video dan peragaan senam hamil, mendapat sambutan yang baik, dan hampir keseluruhan ibu meminta video senam hamil untuk dapat dipraktikkan di rumah
- 3) Demonstrasi pembuatan kudapan sebagai salah satu cara untuk meningkatkan pemenuhan gizi ibu hamil mendapatkan respon yang sangat baik, dimana sebagian besar ibu sudah melaksanakan membuat kudapan dengan berbagai variasi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Direktorat Jenderal Bina Gizi Masyarakat dan Kesehatan Ibu dan Anak. Jakarta, Indonesia: Kementerian Kesehatan RI; 2011.
2. During Pregnancy in Gondar, Northwest.Ethiopia: An Institutional Based Cross Sectional Study. Hindawi Publishing Corporation; 2014.
3. Farsi Y. Effect Of High Parity On Occurrence Of Anemia in Pregnancy: a cohort study. BMC Pregnancy Childbirth, 11 (7), pp 7. 2011;
4. Hikmat, Harry. Strategi Pemberdayaan Masyarakat. Bandung: Humaniora Utama Press; 2010.
5. Melku M, Assis Z, Alem M, Enawgaw B. Prevalence and Preditors of Maternal Anemia. Preval Preditors Matern Anemia. 2014;
6. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT. Rineka Cipta; 2012.
7. Proverawati. Anemia dan Anemia Kehamilan. Yogyakarta: Nuha Medika; 2011.
8. Ridayanti. Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu Hamil Dengan Kejadian Anemia pada Kehamilan Di

Puskesmas Banguntapan I Bantul. Yogyakarta: UMY; 2012.

9. Suyitno, Amin. Pemilihan Model-Model Pembelajaran dan Penerapannya di Sekolah. Jakarta: Pusdiklat Tenaga Teknis Keagamaan-Depag; 2007.
10. Tarwoto, Wasnidar. Buku Saku Anemia Pada Ibu Hamil, Konsep dan Penatalaksanaan. Jakarta: Trans Info Media; 2013.
11. A W, Dewi M. Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusi. Cetakan II. Yogyakarta: Nuha Medika; 2011.