

PENYULUHAN KESEHATAN MANFAAT SUPLEMENTASI ASAM FOLAT PADA IBU HAMIL DI DESA KOLAM KECAMATAN PERCUT SEI TUAN TAHUN 2021

Khairani¹, Lisa Anggriani Tanjung²

^{1,2}Program Studi D-IV Manajemen Informasi dan Kesehatan, Universitas Imelda Medan, Indonesia

Info Artikel

Riwayat Artikel:

Diterima, 01 April 2022

Direvisi, 30 Mei 2022

Diterima, 31 Mei 2022

Kata Kunci:

Penyuluhan
Kesehatan
Asam Folat

ABSTRAK

Asam folat merupakan salah satu vitamin dari kelompok vitamin B yang sangat penting bagi kehamilan khususnya pada 12 minggu pertama kehamilan. Ketika tubuh bayi sedang dibentuk guna mencegah terjadinya kecacatan tabung saraf yang sedang berkembang. Asam folat merupakan satu-satunya vitamin yang kebutuhannya selama hamil dua kali lipat sebelum hamil. Jenis Penelitian ini survey analitik menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sampel pada penelitian berjumlah 30 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil merespon dengan baik pada setiap materi penyuluhan yang diberikan karena merasakan bahwa materi ini sangat bermanfaat untuk kehamilan. Pada penelitian ini ibu hamil merespon dengan baik pada materi penyuluhan yang diberikan karena merasakan bahwa materi ini sangat bermanfaat untuk kehamilan dimana kekurangan asam folat lebih berisiko untuk mengalami anemia serta persalinan prematur.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Corresponding Author:

Khairani

Program Studi D-IV Manajemen Informasi dan Kesehatan,

Universitas Imelda Medan,

Jl. Bilal No. 52 Kelurahan Pulo Brayan Darat I Kecamatan Medan Timur, Medan - Sumatera Utara.

Email: khairanif409@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Indonesia. Kematian Ibu dan anak menjadi penekanan pada Deklarasi Millenium Development Goals (MDGs) 4 serta lima yaitu *reduce child mortality dan improve maternal health*. Kesehatan Ibu menjadi keliru satu kunci utama bagi kesehatan generasi penerusnya, sedangkan kesehatan anak adalah aset Negara kedepannya. Indonesia tidak memberikan perkembangan yang relatif signifikan dalam perjuangan menurunkan kematian Ibu dan anak. Hal ini terbukti dari data SDKI 2007 dan 2012 yg memberikan bahwa angka Kematian mak (AKI) semakin tinggi dari 228 per 100.000 KH tahun 2007 sebagai 359 per 100.000 KH tahun 2012, sedangkan sasaran MDGs 102 per 100.000 KH (Mansbridge, 1998).

Tingginya AKI yang terjadi penyebab utamanya karena anemia pada kehamilan. ibu hamil serta balita merupakan kelompok rawan terhadap masalah kesehatan serta

kekurangan gizi. Dilema itu seperti Kekurangan energi Kronis (KEK) dan Anemia Defisiensi Besi (ADB). Kurang darah serta KEK pada ibu hamil menaikkan efek kejadian BAYi Berat Lahir Rendah (BBLR), kelahiran yang kurang bulan (premature), mortalitas ada ibu serta bayi serta stunting (anak pendek). Hal ini berkaitan dengan asupan gizi yang kurang optimal selama kehamilan yang berperan krusial bagi tumbuh kembang janin (Zulkifli, 2011).

Pertumbuhan dan perkembangan janin pada ibu dengan anemia dan KEK tak akan optimal serta bisa mengakibatkan IUGR (Intra Uterine Growth Retardation) dan BBLR. Apabila tak ada perbaikan terjadinya IUGR dan BBLR, maka akan mengakibatkan permasalahan stunting. Stunting memerlukan perhatian spesifik sebab meningkatkan risiko terhambatnya pertumbuhan motorik dan mental, berkurangnya kemampuan berpikir, produktivitas serta menaikkan efek resiko obesitas dan penyakit keturunan lainnya misalnya Diabetes, Hipertensi, Janutng, Stroke dan Kanker yang memiliki efek pada kualitas Manusia secara induktif pada masa yang akan datang (Hinderaker et al., 2002).

Menurut UNICEF frame (2007), permasalahan gizi disebabkan oleh rendahnya tingkat konsumsi zat gizi serta penyakit infeksi yang berasal dari rendahnya ketahanan pangan dan kemiskinan. Kabupaten Karangasem dan Klungkung memiliki penduduk miskin terbanyak di Bali yaitu Kabupaten Karangasem (6,43%) dan Kabupaten Klungkung (6,10%) diatas rata-rata penduduk miskin di Provinsi Bali (4,56%) sedangkan Di Provinsi Sumatera Utara (18,2%) pada Kabupaten Deli Serdang (12,5%) (*Profil Kesehatan Sumatera Utara. 2017. Dinas Kesehatan Kota Medan, n.d.*).

Berbagai upaya sudah dilaksanakan pada rangka penanggulangan Anemia Defisiensi Besi (ADB) dan KEK pada kehamilan, namun prevalensi kejadiannya masih tinggi. Salah satu perkiraan yang mengakibatkan gagalnya dalam pemberian zat besi bagi ibu hamil ialah pasokan zat besi pada tubuh. Pemberian makanan tambahan bagi ibu hamil dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) serta vitamin zat besi folat selama masa kehamilan merupakan suatu usaha dalam mengurangi masalah gizi dalam masa kehamilan di Indonesia.

Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) tahun 2013, ibu hamil membutuhkan tambahan zat energi sejumlah 180 kkal/hari pada trimester 1 serta 300 kkal/hari pada trimester 2 dan 3, sedangkan penambahan kebutuhan zat besi bagi ibu hamil sejumlah 9 mg/hari pada trimester 2 serta 13 mg/hari pada trimester 3 menjadikan seorang ibu hamil memerlukan 1000 mg zat besi dalam masa kehamilannya. Kendala yang terjadi yaitu kurangnya perencanaan persediaan serta penyebaran vitamin zat besi folat dan pendidikan maupun komunikasi, informasi serta edukasi (KIE) gizi dan kesehatan yang tidak efektif dapat menyebabkan kedua usaha ini (Zulkifli, 2011). Tujuan dilaksanakan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini ialah memberikan informasi kepada ibu hamil di Desa Percut Sei Tuan akan pentingnya konsumsi asam folat pada masa kehamilan.

2. METODE

Metode pelaksanaan untuk mencapai tujuan dari pengabdian masyarakat ini menggunakan metode deskriptif observasional (Notoatmodjo, 2007) dimana tim pengabdian masyarakat menilai tingkat pemahaman ibu hamil dan aplikasinya mengenal manfaat suplementasi asam folat bagi ibu hamil selama kehamilan berjalan dengan baik. Tim pengabdian masyarakat memberikan penyuluhan tentang pengertian asam folat, manfaat asam folat, jenis suplementasi asam folat, makanan yang mengandung asam folat, dampak yang timbul akibat tidak mengkonsumsi asam folat. Setelah diberikan pendidikan selama 30 menit dengan 3 tahapan, kemudian dilakukan post test terlebih dahulu, namun sebelumnya partisipan di lakukan post test terlebih dahulu. Partisipan yang terlibat yaitu

sebanyak 30 partisipan di Desa Kolam Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang, dengan pemilihan sampel berdasarkan purposive sample Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Juni 2021. Teknik dalam pre test maupun post test untuk mengevaluasi tingkat pemahaman ibu hamil yaitu dengan kuesioner tentang manfaat suplementasi asam folat bagi ibu hamil selama kehamilan. Sosialisasi dan pendidikan kesehatan tentang manfaat suplementasi Asam Folat dengan metode ceramah dan tanya jawab menggunakan leaflet dengan durasi 30 menit. Media yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah leaflet yang disajikan dalam penyuluhan.

3. HASIL DAN ANALISIS

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat mengenai penyuluhan berupa pembinaan pengetahuan manfaat Vitamin asam folat pada ibu hamil di Desa Kolam Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang bersama dengan para tokoh masyarakat setempat adalah sebagai berikut: 1) Kegiatan pelatihan kepada ibu-ibu hamil dilaksanakan dengan menggunakan metode ceramah tentang pengetahuan manfaat suplementasi asam folat dan memberikan contoh sumber zat gizi yang mengandung asam folat sehingga ibu hamil mampu mengenal zat gizi asam folat untuk dikonsumsi sehari-hari, 2) Pada pertemuan ini ibu hamil sebagai partisipan merespon dengan baik pada setiap materi penyuluhan yang diberikan karena merasakan bahwa materi ini sangat bermanfaat untuk kehamilan yang sedang dilalui saat ini, 3) Kekurangan Zat besi folat pada ibu hamil lebih mengakibatkan resiko dalam mengalami kekurangan darah dan persalinan premature. Tidak hanya mengakibatkan pada ibu hamil, kurangnya vitamin zat besi folat dapat berdampak pada gangguan pada janin dalam kandungan seperti contoh berat lahir rendah (BBLR) serta cacat bawaan pada cerebrum seperti bayi tidak memiliki tulang tengkorak (anensefali) dan cacat lahir ketika sumsum tulang belakang bayi gagal berkembang dengan baik (spinabifida) sehingga mulai dari dini untuk tetap mengkonsumsi asam folat.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tentang Manfaat Suplementasi Asam Folat Pada Ibu Hamil di Desa Kolam Percut Sei Tuan

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
Pre Test	30	34,5
Post Test	30	71,06

4. KESIMPULAN

Pelaksanaan Pengabdian masyarakat dalam meningkatkan pemahaman tentang manfaat suplementasi asam folat pada ibu hamil dalam pencegahan anemia serta persalinan premature serta berdampak pada janin yaitu cacat bawaan pada otak telah berhasil dilakukan dengan semangat peserta yang luar biasa dalam mendiskusikan materi. Keberhasilan dalam pengabdian kepada masyarakat ini ditunjukkan pula dengan peningkatan pemahaman peserta dengan nilai rata-rata pre test sebesar 34,5 menjadi rata-rata Post test sebesar 71,06 ibu hamil kurang memahami manfaat yang terkandung dalam asam folat setelah dilakukan pengabdian kepada masyarakat telah memahami dengan baik. Selain dari hasil nilai pre test dan post test ditunjukkan pula dengan kesesuaian materi yang disampaikan terhadap kurangnya pemahaman arti pentingnya asam folat bagi ibu hamil. Pengetahuan ibu hamil dalam mengkonsumsi asam folat sangat penting karena mempengaruhi kecerdasan otak anak serta mencegah terjadinya cacat bawaan pada anak seperti sipinda bifida serta anensefali.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada semua yang telah membantu dalam terselenggaranya Pengabdian Masyarakat ini yaitu kepada kepala Desa Percut Sei Tuan, kepada ibu hamil, para kader yang membantu dilapangan serta teman-teman dosen.

DAFTAR PUSTAKA

- Hinderaker, S. G., Olsen, B. E., Lie, R. T., Bergsjø, P. B., Gasheka, P., Bondevik, G. T., Ulvik, R., & Kvåle, G. (2002). Anemia in pregnancy in rural Tanzania: Associations with micronutrients status and infections. *European Journal of Clinical Nutrition*, 56(3), 192–199. <https://doi.org/10.1038/sj.ejcn.1601300>
- Mansbridge, J. (1998). Skin substitutes to enhance wound healing. *Expert Opinion on Investigational Drugs*, 7(5), 803–809. <https://doi.org/10.1517/13543784.7.5.803>
- Notoatmodjo, S. (2007). Promosi Kesehatan & Perilaku. In *Jakarta: Rineka Cipta* (Vol. 1, Issue 1).
- Profil Kesehatan Sumatera Utara. 2017. Dinas Kesehatan Kota Medan.* (n.d.).
- Zulkifli, A. (2011). *Pola Konsumsi dan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil di Kabupaten Maros, Sulawesi Selatan.* 15(1), 31–36.