

## **Penyuluhan Tentang Pemberian Tablet Penambah Darah Pada Ibu Hamil Sebagai Pencegahan Stunting**

**Efrida Yanti<sup>1</sup>, Ummi Irmadani<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Institut Teknologi dan Kesehatan Sumatera Utara, Indonesia

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Efrida Yanti

**E-mail:** [efridayanti44@yahoo.com](mailto:efridayanti44@yahoo.com)

### **Abstrak**

*Ibu hamil sering menghadapi tantangan terkait pemahaman, kesiapan mental, dalam menghadapi Kehamilan yang sering kali disertai dengan kecemasan, rasa takut, dan mengalami anemia dan dapat mengakibatkan stunting pada anak. Masalah ini diperburuk oleh minimnya edukasi manfaat pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil yang tepat. Tujuan dari pengabdian ini adalah memberikan edukasi kesehatan tentang manfaat pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil yang berbasis pendekatan partisipatif kepada ibu hamil di Desa Parandolok Mardomu Kecamatan Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan. Metode yang digunakan adalah ceramah, dan tanya jawab terarah, Solusi yang diusulkan adalah memeriksakan kehamilan ketenaga kesehatan dan mengkonsumsi tablet tambah darah selama kehamilan. Dalam memahami anemia pada ibu hamil bisa menyebabkan stunting pada anak. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang mengkonsumsi tablet tambah darah, hubungan anemia pada ibu hamil dengan stunting pada anak. Kesimpulannya, edukasi yang sistematis terhadap ibu hamil sangat penting untuk menghindari terjadinya stunting pada anak. Ibu hamil wajib mengkonsumsi tablet tambah darah. Diharapkan hasil pengabdian ini dapat dilanjutkan sebagai program berkelanjutan di Desa Parandolok Mardomu.*

**Kata Kunci** - hamil, anemia, tablet, stunting

### **Abstract**

*Pregnant women often face challenges related to understanding, mental readiness, in facing Pregnancy which is often accompanied by anxiety, fear, and experiencing anemia and can result in stunting in children. This problem is exacerbated by the lack of education on the benefits of giving iron tablets to pregnant women properly. The purpose of this community service is to provide health education about the benefits of giving iron tablets to pregnant women based on a participatory approach to pregnant women in Parandolok Mardomu Village, Sipirok District, South Tapanuli Regency. The method used is lectures, and directed questions and answers. The proposed solution is to check the pregnancy with health workers and consume iron tablets during pregnancy. In understanding anemia in pregnant women can cause stunting in children. This activity is expected to increase the knowledge of pregnant women about consuming iron tablets, the relationship between anemia in pregnant women and stunting in children. In conclusion, systematic education for pregnant women is very important to prevent stunting in children. Pregnant women are required to consume iron tablets. It is hoped that the results of this community service can be continued as a sustainable program in Parandolok Mardomu Village.*

**Keywords** - pregnancy, anemia, tablets, stunting

## PENDAHULUAN

Pendahuluan menguraikan latar belakang permasalahan yang diselesaikan, isu-isu yang terkait dengan masalah yg diselesaikan, kajian tentang penelitian dan atau kegiatan pengabdian pada masyarakat yang pernah dilakukan sebelumnya oleh pengabdian lain atau pengabdian sendiri yang relevan dengan tema kegiatan pengabdian yang dilakukan. Di pendahuluan harus ada kutipan dari hasil penelitian/pengabdian lain yang menguatkan pentingnya PKM.

Kehamilan adalah proses alami ketika sel telur wanita dibuahi oleh sperma, membentuk zigot yang kemudian berkembang menjadi janin di dalam rahim selama kurang lebih 40 minggu (9 bulan 7 hari). Kehamilan melibatkan berbagai perubahan fisiologis pada tubuh ibu untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin, Elly, N., Annuril, K. F., & Annisa, R. (2021).

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang ditandai dengan tinggi badan anak yang berada di bawah standar usianya. Salah satu faktor risiko utama stunting adalah anemia pada ibu hamil yang berujung pada gangguan pertumbuhan janin. Anemia pada kehamilan dapat dicegah dengan pemberian tablet tambah darah (TTD), yang mengandung zat besi dan asam folat, Sari, N. P., & Widodo, Y. (2020).

Kekurangan tablet tambah darah pada ibu hamil dapat meningkatkan risiko stunting pada anak. Tablet tambah darah, yang mengandung zat besi, sangat penting untuk mencegah anemia pada ibu hamil. Anemia pada ibu hamil, terutama kekurangan zat besi, dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan janin, sehingga meningkatkan risiko stunting. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita (di bawah usia lima tahun) akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, terutama pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), Puslitbang Gizi dan Makanan. (2019).

Berdasarkan World Health Organization. (2016), Prevalensi balita *stunting* di dunia berdasarkan *World Health Organization* (WHO) 2018 sebanyak 151 juta balita mengalami *stunting* di tahun 2017. Indonesia menempati urutan ketiga di wilayah Asia Tenggara sebesar 36,4%, WHO memberikan batas untuk prevalensi *Stunting* ialah <20%(Hidayah & Marwan, 2020). Pada hasil Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 prevalensi *stunting* di Indonesia turun 2,8% menjadi 21,6%. Saat ini Sumatera utara juga mengalami penurunan angka stunting setiap tahunnya, prevalensi *stunting* di Sumatera Utara pada tahun 2022 berdasarkan hasil SSGI Sebanyak 21,1% dan Bali menjadi kota Provinsi dengan prevalensi *Stunting* terendah sebanyak 8,0%, walaupun demikian masalah *stunting* tetap menjadi masalah kesehatan masyarakat yang perlu terus diawasi, Kemenkes RI. (2021).

Berdasarkan penelitian, telah diakui saat ini bahwa setiap kehamilan dapat memiliki potensi dan membawa risiko bagi ibu dan bayi. WHO memperkirakan sekitar 15% dari seluruh wanita hamil akan berkembang menjadi komplikasi yang berkaitan dengan kehamilannya dan dapat mengancam jiwanya dan terhadap bayinya bisa terjadi stunting. Bidan sebagai pemberi pelayanan kebidanan akan menemukan wanita hamil dengan komplikasi- komplikasi yang mungkin dapat mengancam jiwa, Hidayah, N., & Marwan, M. (2020).

Hastuty, M. (2020), Oleh karena itu, bidan harus dapat mendeteksi sedini mungkin terhadap komplikasi yang terjadi apabila Ibu hamil tidak mendapat tablet penambah darah selama hamil. Karena setiap wanita hamil tersebut berisiko mengalami komplikasi baik terhadap ibu hamil ataupun bayinya. Yang sudah tentu juga memerlukan kerjasama dari para ibuibu dan keluarganya, yang dimana jika tanda-tanda bahaya ini tidak dilaporkan atau tidak terdeteksi, dapat mengakibatkan kematian ibu.

## METODE

Kegiatan ini dilakukan di Desa Parandolok Mardomu Kecamatan Sipirok abupaten Tapanuli Selatan selama 2 hari. Adapun kegiatan ini terdiri dari beberapa tahap yaitu:

Pembukaan, Mengucapkan salam dan melakukan perkenalan.

- a. Pembukaan, Mengucapkan salam dan melakukan perkenalan dan Menjelaskan tujuan penyuluhan

---

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



- b. Pemberian materi tentang Pemberian Tablet penambah darah pada ibu hamil
- c. Memberi kesempatan pada peserta penyuluhan untuk bertanya.
- d. Mengevaluasi peserta penyuluhan dengan menanyakan tentang materi yang telah disampaikan.
- e. Penutup. Merangkum materi penyuluhan yang telah disampaikan, Memberi salam penutup

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kehamilan adalah proses alami ketika sel telur wanita dibuahi oleh sperma, membentuk zigot yang kemudian berkembang menjadi janin di dalam rahim selama kurang lebih 40 minggu (9 bulan 7 hari). Kehamilan melibatkan berbagai perubahan fisiologis pada tubuh ibu untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin. Kekurangan tablet tambah darah pada ibu hamil dapat meningkatkan risiko stunting pada anak. Tablet tambah darah, yang mengandung zat besi, sangat penting untuk mencegah anemia pada ibu hamil. Anemia pada ibu hamil, terutama kekurangan zat besi, dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan janin, sehingga meningkatkan risiko stunting. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita (di bawah usia lima tahun) akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, terutama pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK).

Pada Kegiatan penyuluhan kepada masyarakat tentang Manfaat pemberian tablet penambah darah sebagai pencegahan stunting di Desa paran dolok mardomu Kecamatan Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan dilakukan selama dua hari dengan memberikan pemahaman tentang pentingnya Pemberian tablet penambah darah, bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu hamil mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah (TTD) guna mencegah anemia dan stunting pada anak.

Penyuluhan menekankan bahwa TTD, yang mengandung zat besi dan asam folat, sangat penting untuk pembentukan sel darah merah yang sehat dan mencegah anemia pada ibu hamil. Anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, dan stunting pada anak dan Penyuluhan menjelaskan bagaimana TTD membantu mencegah stunting pada anak, yaitu dengan memastikan ibu hamil memiliki cukup zat besi dan nutrisi untuk pertumbuhan janin yang optimal. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis, yang dapat berdampak jangka panjang pada kesehatan dan perkembangan anak

Upaya penyuluhan kesehatan tentang Manfaat Pemberian tablet penambah darah pada ibu hamil sebagai pencegahan stunting di Desa Parandolok Mardomu Kecamatan Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan mengerti dan memahami dengan baik bagaimana kesehatan yang sesungguhnya dan ibu hamil dapat mengerti tentang manfaat tablet penambah darah selama hamil.



**Gambar 1.**

Foto Ibu hamil lagi mendengarkan Materi Penyuluhan

## **KESIMPULAN**

### **Kesimpulan**

Kesimpulan yang di peroleh dari Pengabdian Masyarakat tentang Pemberian Tablet penambah pada ibu hamil adalah sebagai berikut Upaya penyuluhan kesehatan tentang Manfaat Pemberian tablet penambah darah pada ibu hamil sebagai pencegahan stunting di Desa Parandolok Mardomu Kecamatan Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan mengerti dan memahami dengan baik bagaimana kesehatan yang sesungguhnya dan ibu hamil dapat mengerti tentang manfaat tablet penambah darah selama hamil.

*Stunting* ialah masalah gizi kurang yang dialami pada anak yang dimulai saat didalam kandungan diketahui dengan tinggi badan anak lebih pendek daripada anak seumurannya *Stunting* merupakan masalah gizi kronis hal ini karena terjadinya malnutrisi yang disebabkan tidak tercukupinya kebutuhan zat gizi dimasa lampau, dalam pengukuran *stunting* yang diperhatikan ialah tinggi badan atau panjang anak, umur dan jenis kelaminnya.

Saat ini Sumatera utara juga mengalami penurunan angka *stunting* setiap tahunnya, prevalensi *stunting* di Sumatera Utara pada tahun 2022 berdasarkan hasil SSGI Sebanyak 21,1% dan Bali menjadi kota Provinsi dengan prevalensi *Stunting* terendah sebanyak 8,0%, walaupun demikian masalah *stunting* masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang harus tetap di tindak lanjutin.

Kejadian kurang gizi pada ibu hamil menjadi peran dalam tingginya angka *stunting* di Indonesia, ibu hamil dengan status gizi kurang sering mengalami lemas, lesu, nafsu makan berkurang, turunnya berat badan sehingga asupan gizi yang dibutuhkan janin tidak terpenuhi.

Pemerintah melaksanakan upaya pencegahan dengan gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), program ini mencakup pencegahan dalam usaha spesifik dan sensitif yaitu dengan langsung berkaitan dengan masalah gizi, seperti pemberian makanan tambahan pada ibu hamil dan balita, melakukan Inisiasi Menyusui Dini (IMD), menegakkan ASI Eksklusif pada bayi sampai 6 bulan, memperhatikan umur pemberian MP-ASI dan memberikan Tablet Tambah Darah (TTD) pada ibu hamil sebanyak minimal 90 butir selama masa kehamilan.

### **Saran**

Diharapkan kepada seluruh ibu hamil yang ada di Desa Parandolok Mardomu Kabupaten Tapanuli Selatan agar dapat mengetahui tentang manfaat pemberian tablet tambah darah sewaktu hamil Ibu hamil guna untuk mencegah stunting pada saat hamil perlu ditekankan pada pentingnya zat besi untuk pembentukan hemoglobin dan pencegahan anemia, yang keduanya berperan penting dalam pertumbuhan janin dan kesehatan ibu.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terimakasih diucapkan kepada pihak-pihak yang telah membantu terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini di Desa Parandolok Mardomu Kecamatan Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Elly, N., Annuril, K. F., & Annisa, R. (2021). Pendampingan Ibu Hamil Dalam Self Care Nutrition Management (SNM) Dalam Upaya Pencegahan Risiko Stunting di Kecamatan Air Periukan Seluma. *Jurnal Pemberdayaan Komunitas MH Thamrin*, 3(1), 48–58.
- Ernawati, A. (2022). Media Promosi Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Tentang Stunting. *Jurnal Litbang : Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK*, 18(2), 139–152.
- Hastuty, M. (2020). Hubungan Anemia Ibu Hamil dengan Kejadian Stunting. *Jurnal Online Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*, 4(2), 112–116.

- Hidayah, N., & Marwan, M. (2020). Upaya Pemberdayaan Masyarakat Dalam Menciptakan Generasi Milenial Sadar Gizi Yang Bebas Stunting Melalui Kegiatan 1000 HPK. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(1), 86–93. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i1.4>
- Kemendes RI. (2021). *Pedoman Pencegahan Stunting Terintegrasi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Puslitbang Gizi dan Makanan. (2019). *Laporan Nasional Riset Gizi dan Kesehatan*. Jakarta: Badan Litbangkes, Kemendes RI.
- Rahayu, D. (2018). "Pengaruh Pemberian Tablet Tambah Darah terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil." *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 9(2), 112–118.
- Sari, N. P., & Widodo, Y. (2020). "Peran Kader Kesehatan dalam Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Tablet Tambah Darah pada Ibu Hamil." *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(1), 45–53.
- Waryana. (2010). *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- World Health Organization. (2016). *Guideline: Daily Iron and Folic Acid Supplementation in Pregnant Women*. Geneva: WHO.