

Sosialisasi Pencegahan Hipertensi dan Anemia Ibu Hamil

Socialization of Prevention of Hypertension and Anemia in Pregnant Women

Liliek Pratiwi¹, Ito Wardin²

Universitas Muhammadiyah Cirebon, Cirebon

Korespondensi penulis: liliek.pratiwi@umc.ac.id

Article History:

Received: Januari 10, 2024

Accepted: Februari 03, 2024

Published: Maret 31, 2024

Keywords: Socialization, hypertension, anemia, pregnant women

Abstract: West Java Province Health Profile in 2022, the cause of the highest maternal mortality rate is due to pregnancy hypertension at 29.64%, bleeding at 28.17% and other causes. This must be a concern for health workers and the community, because the health of pregnant women is a shared responsibility. The prevalence of pregnancy hypertension often occurs from five to ten out of one hundred pregnant women who have the potential to experience pregnancy complications, namely hypertension. Hypertension in pregnant women or gestational hypertension appears after 20 weeks of pregnancy, and will disappear after delivery. Factors that can increase the risk of pregnant women developing hypertension are obesity and diabetes mellitus. Pregnancy hypertension if there is protein in the urine then complications will lead to preeclampsia. Pregnant women must pay attention to early signs that lead to preeclampsia to maintain the health of mother and child. The highest cases of pregnant women with anemia were in West Java in 2019. Pregnant women who have complications of hypertension and anemia during pregnancy are at risk of giving birth to babies with low birth weight (LBW). AKI in pregnant and postpartum women, in West Java Province, occurs most often in the maternal age range of 20-35 years, there are also those above the age of 35 years with a percentage of 36%. One intervention strategy to reduce MMR is through pentahelix collaboration between the government, society, academics, professional organizations, the media and the business world, by continuing to emphasize health promotion through socialization on the prevention of hypertension and anemia in pregnant women.

Abstrak

Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2022, penyebab dari angka kematian ibu yang paling tinggi disebabkan karena hipertensi kehamilan sebesar 29,64%, perdarahan sebanyak 28,17% dan penyebab lainnya. Hal ini harus menjadi perhatian tenaga kesehatan dan masyarakat, karena kesehatan pada ibu hamil menjadi tanggungjawab bersama. Prevalensi hipertensi kehamilan seringkali terjadi dari lima sampai sepuluh dari seratus ibu hamil yang berpotensi mengalami masalah komplikasi kehamilan yaitu hipertensi. Hipertensi pada ibu hamil atau hipertensi gestasional muncul pada usia diatas 20 minggu masa kehamilan, dan akan menghilang setelah persalinan. Faktor yang dapat meningkatkan resiko ibu hamil yang terkena hipertensi yaitu obesitas dan diabetes mellitus. Hipertensi kehamilan jika terdapat protein dalam urin maka komplikasi akan mengarah pada preeklamsi. Ibu hamil harus memperhatikan tanda awal yang mengarah oada preeklamsi untuk menjaga kesehatan ibu dan anak. Kasus ibu hamil dengan anemia tertinggi di Jawa Barat pada tahun 2019. Ibu hamil yang memiliki komplikasi hipertensi dan anemia pada masa kehamilan memiliki resiko melahirkan Bayi Dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). AKI pada ibu hamil dan ibu nifas, di Provinsi Jawa Barat paling banyak terjadi pada rentang usia ibu 20-35 tahun, ada juga di atas usia 35 tahun dengan persentase 36%. Salah satu strategi intervensi menurunkan AKI, yaitu dengan kolaborasi pentahelix antara pemerintah, masyarakat, akademisi organisasi profesi, media dan dunia usaha, dengan terus

Liliek Pratiwi: liliek.pratiwi@umc.ac.id

menekankan promosi Kesehatan melalui sosialisasi pencegahan hipertensi dan anemia ibu hamil.

Kata Kunci: Sosialisasi, hipertensi, anemia, ibu hamil

PENDAHULUAN

Ibu hamil sangat penting untuk menjaga kesehatan karena perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya. Pada saat kehamilan terdapat janin yang berada didalam kandungan. Dengan melakukan persiapan kesehatan yang baik ini sangat penting dalam menentukan pertumbuhan dan perkembangan janin yang akan berpengaruh sampai tumbuh kembang bayi setelah di lahirkan. Dalam masa kehamilan wanita akan mengalami perubahan yang sangat signifikan salah satunya pada siklus hormon, sehingga dalam mempersiapkan kehamilan harus dengan matang, supaya dapat mencegah terjadinya masalah dan ketidaknyamanan ibu selama masa kehamilannya. Selain itu, tujuan dalam menjaga kesehatan ibu hamil untuk mencegah terjadinya kelainan dalam kehamilan sampai dengan kelahiran yang akan menyebabkan pengaruh buruk pada ibu maupun pada bayi.

Masalah medis yang umum sering di temukan pada ibu hamil salah satunya hipertensi. Hal ini yang harus ibu perhatikan supaya lebih meningkatkan kesadaran merawat diri. Salah satu yang menjadi penyebab dari kesakitan dan kematian pada ibu hamil dan janin yaitu Hipertensi Dalam Kehamilan (HDK) dari 15-25% pada ibu yang terdiagnosis awal hipertensi dalam kehamilan akan mengalami gangguan yaitu Pre-Eklamsia Berat (PEB). Pada preeklamsia sulit untuk memprediksi yang mana akan mengalami PEB.

Cara yang digunakan untuk mengetahui terdiagnosis hipertensi pada ibu hamil yaitu dengan pemeriksaan tekanan darah yang dilakukan berturut-turut selama dua kali dan dengan selang waktu 4 sampai 6 jam. Ibu hamil yang tekanan darahnya lebih dari 140/90 mmHg dapat didiagnosis hipertensi gestasional. Dalam masa kehamilan jika tekanan darah tinggi tidak segera diobati secara tepat maka akan menimbulkan janin menjadi tidak mendapatkan suplai darah yang cukup yang akan menimbulkan kurangnya nutrisi dan oksigen yang di terima janin yang akan menimbulkan masalah pada pertumbuhan janin.

Selain itu jika hipertensi dalam kehamilan tidak diatasi dengan baik maka tidak hanya berdampak pada ibunya saja tetapi akan berdampak pada pertumbuhan janin. Hal yang harus diwaspadai dari dampak hipertensi selama masa kehamilan adalah bayi lahir prematur,

pertumbuhan janin terlambat, solusio plasenta dan masalah kardiovaskular. Selain hipertensi dalam kehamilan, ibu hamil akan mengalami perubahan pada tubuhnya yang akan menimbulkan pengaruh bagi kondisi kesehatan ibu. Pada tubuh ibu hamil akan membuat sel darah merah yang lebih banyak untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan oksigen bagi janin yang dikandungnya.

Dalam proses produksi sel darah merah dan hemoglobin memerlukan komponen zat besi, asam folat dan vitamin B12. Jika ibu hamil mengalami kekurangan dari salah satu zat tersebut akan menimbulkan terjadinya kekurangan sel darah merah atau anemia. Ibu hamil berisiko terkena anemia dan anemia ini tidak boleh diabaikan karena akan menimbulkan bahaya bagi ibu maupun janinnya. Faktor risiko yang dapat menyebabkan ibu hamil dengan anemia meningkat yaitu hamil kembar, jarak kehamilan ibu yang terlalu dekat, ibu hamil yang mengalami mual dan muntah berlebih, hamil di usia remaja, kurangnya mengonsumsi makanan dengan zat besi dan asam folat yang tinggi, memiliki riwayat anemia sebelum masa kehamilan. Kementerian Kesehatan menargetkan angka stunting mengalami penurunan melalui Gerakan Ibu Hamil Sehat. Hasil analisis situasi di Desa, menunjukkan beberapa ibu hamil masih belum tersosialisasi dengan baik terkait faktor risiko hipertensi kehamilan dan anemia kehamilan.

METODE

Metode kegiatan pengabdian Masyarakat ini dengan melakukan sosialisasi pada ibu hamil dan Wanita usia subur. Sosialisasi dengan menggunakan media power point dan leaflet, dengan topik, “Sosialisasi Pencegahan Hipertensi dan Anemia Ibu Hamil”. Pemilihan sasaran pada Wanita dengan usia subur karena Wanita tersebut akan menghadapi kehamilan selanjutnya. Sedangkan pada ibu hamil sebagai refleksi diri untuk terhindar dari bahaya hipertensi kehamilan dan anemia kehamilan. Di mana target sasaran berjumlah 50 ibu.

HASIL

Setelah dilakukan sosialisasi dengan topik, “Sosialisasi Pencegahan Hipertensi dan Anemia Ibu Hamil”, Nampak respon pertanyaan dan tanggapan terkait hipertensi kehamilan dan anemia kehamilan. Sasaran yang datang menyatakan mendukung kegiatan pengabdian pada Masyarakat ini demi tercapainya derajat Kesehatan ibu di Desa.

Dalam pengukuran tekanan darah secara akurat ini sangat penting untuk mengklasifikasikan hipertensi dan memulai terapi serta ibu hamil untuk rutin memeriksakan diri ke fasilitas Kesehatan atau melakukan antenatal care sebanyak 6 kali kunjungan selama kehamilan.

Selama sosialisasi, pemahaman ibu terkait kunjungan pemeriksaan ibu hamil hanya sebatas untuk USG dan mengetahui bobot Janin dan jenis kelamin janin. Sedangkan deteksi dini gangguan kehamilan akan terlihat setiap trimesternya, dengan rutin memeriksakan diri.

Riset yang dilakukan oleh Tanziha, Damanik, Utama dan Rosmiati (2016), hasil penelitian ini menyatakan bahwa status gizi Kurang Energi Kronik (KEK) merupakan faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Sedangkan yang tidak berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil adalah usia ibu, pendidikan, jumlah kelahiran, frekuensi hamil, jarak hamil, dan antenatal care tidak memiliki hubungan dengan terjadinya anemia. Ibu hamil dengan status gizi KEK memiliki peluang 1,975 kali (95% CI:1,279-3,049) mengalami anemia jika dibandingkan dengan ibu hamil yang memiliki status gizi normal.

DISKUSI

Dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat sosialisasi hipertensi dan anemia ibu hamil perlu diperhatikan juga faktor determinan lain selain edukasi, sosialisasi, yaitu motivasi ibu, dukungan suami, faktor usia, riwayat penyakit, riwayat hipertensi, dan faktor sosial ekonomi, stresor serta lingkungan.

KESIMPULAN

Salah satu tahapan penting bagi ibu hamil yang harus dilakukan untuk kehamilan yang sehat yaitu dengan pemeriksaan kehamilan atau yang dikenal dengan antenatal care (ANC). Pelayanan ANC adalah strategi dan kebijakan dari pemerintah yang digunakan untuk screening awal pada kondisi kehamilan terutama pada kehamilan yang beresiko tinggi salah satu resiko tinggi dalam kehamilan adalah anemia. Dengan adanya pemeriksaan ANC yang di lakukan dengan rutin diharapkan kasus ibu hamil dengan anemia berkurang, Cepat terdeteksinya dan cepat dilakukan intervensi. Jika kadar hemoglobin terus turun ataupun tidak stabil perlu dilakukan pengkajian apakah ibu mengkonsumsi suplemen zat besi dengan baik. Selain itu pemeriksaan laboratorium

merupakan salah satu upaya dalam menentukan ukuran sel darah merah yang digunakan untuk mendeteksi kondisi selain kekurangan zat besi yang perlu segera diatasi.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terimakasih kepada ibu hamil dan Wanita usia subur yang telah bekerjasama dalam kegiatan ini, dan juga tempat kegiatan pengabdian ini yang telah mengijinkan sosialisasi ini terselenggara dengan baik. Terima kasih juga kami kepada Universitas Muhammadiyah Cirebon telah mendukung kegiatan tri darma perguruan tinggi.

DAFTAR REFERENSI

- Palatnik, A., Mukhtarova, N., Hetzel, S. J., & Hoppe, K. K. (2023). Blood pressure changes in gestational hypertension, preeclampsia, and chronic hypertension from preconception to 42-day postpartum. *Pregnancy Hypertension*, 31, 25-31.
- Grewal. Anaemia and pregnancy: Anaesthetic implications. *Indian J Anaesth.* 2010; 54(5):380-6.
- Hardianti U, Amir Y M, Balqis. Faktor Yang Berhubungan Dengan Pelayanan Antenatal Di Puskesmas Pattingalloang Kota Makasar 2013. *Jurnal Akk.* 2013; 2 (2):35-41.
- Dinkes Provinsi Jawa Barat. (2022). Profil kesehatan Provinsi Jawa Barat (p.64-66)
- Yulianto Agus. (2022). Angka Kematian Ibu di Jabar Masih Memprihatinkan. <https://rejabar.republika.co.id/berita/rmk6g4396/angka-kematian-ibu-di-jabar-masih-memprihatinkan> (diakses 20 September 2023)
- Tanziha, I., Damanik, M. R. M., Utama, L. J., & Rosmiati, R. (2016). Faktor risiko anemia ibu hamil di indonesia. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 11(2), 143-152.
- Pratiwi L., Liswanti Y. (2023). LITERATURE REVIEW: DAMPAK ANEMIA DEFISIENSI ZAT BESI IBU HAMIL. Prosiding Seminar Nasional Kesehatan 2023 HIMA Jurusan IKM