

Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Pemanfaatan Umbi Bit sebagai Suplemen Anemia pada Ibu Hamil dan Anak-anak di Kabupaten Klaten

Septiana Laksmi Ramayani*, Vilian Septiana, Definingsih Yuliastuti

Jurusan Farmasi Poltekkes Kemenkes Surakarta

*e-mail: septianaLR@gmail.com

Abstrak

Anemia merupakan kondisi dengan jumlah dan ukuran sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin dibawah nilai batas normal (11g/dL). Kondisi ini mengakibatkan terganggunya kapasitas darah untuk mengangkut oksigen ke sekitar tubuh. Anemia pada ibu hamil dan anak-anak memiliki prevalensi yang cukup tinggi. Tingginya kejadian anemia di Indonesia khususnya Kabupaten Klaten juga disebabkan karena kurang asupan makanan bergizi. Anemia dapat dicegah dengan konsumsi makanan yang kaya zat besi dan vitamin c, konsumsi tablet tambah darah, serta menghindari konsumsi makanan yang mengganggu penyerapan zat besi. Salah satu makanan yang kaya zat besi dan vitamin C adalah umbi bit. Tujuan dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan pengetahuan pemanfaatan umbi bit sebagai suplemen anemia pada ibu hamil dan anak-anak di Kabupaten Klaten. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan pemberian pretest, kemudian dilanjutkan dengan kegiatan penyuluhan pemanfaatan umbi bit sebagai suplemen anemia, dilanjutkan posttest dan ditutup dengan praktek pembuatan jus umbi bit. Berdasarkan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan terjadi peningkatan pemahaman masyarakat tentang pemanfaatan umbi bit sebagai suplemen anemia bagi ibu hamil dan anak-anak. Dari 10 pertanyaan yang diberikan terdapat 7 pertanyaan yang mengalami peningkatan pemahaman dan 3 pertanyaan yang tidak ada perubahan, sehingga diperoleh rata-rata peningkatan pemahaman sebesar 16,32%.

Kata kunci— Peningkatan pengetahuan masyarakat, umbi bit, anemia

Abstract

Anemia is a condition characterized by a lower than normal number and size of red blood cells or hemoglobin concentration (11g/dL). This condition results in the impaired capacity of the blood to transport oxygen throughout the body. Anemia in pregnant women and children has a relatively high prevalence. The high incidence of anemia in Indonesia, especially in Klaten Regency, is also caused by a lack of nutritious food intake. Anemia prevention can be achieved by consuming foods rich in iron and vitamin C, taking iron supplements, and avoiding foods that hinder iron absorption, one of which is beetroot. The purpose of this community service activity is to provide knowledge about the use of beetroot as an anemia supplement for pregnant women and children in Klaten Regency. The implementation of this community service activity was carried out with a pretest, followed by an outreach activity on the use of beetroot as an anemia supplement, followed by a posttest and concluded with a practical session on making beetroot juice. Based on the community service activities conducted, there was an increase in public understanding of the use of beetroot as an anemia supplement for pregnant women and children. From the 10 questions given, there were 7 questions that showed an increase in understanding and 3 questions that showed no change, resulting in an average increase in understanding of 16.32%.

Keywords— Increase in community knowledge, beetroot, anemia

PENDAHULUAN

Anemia merupakan kondisi dengan jumlah dan ukuran sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin dibawah nilai batas normal (11g/dL). Kondisi ini mengakibatkan terganggunya kapasitas darah untuk mengangkut oksigen ke sekitar tubuh. Kejadian anemia di dunia menduduki urutan ketiga dengan prevalensi anemia pada ibu hamil 74% [1].

Menurut World Health Organization 40% kematian ibu dinegara berkembang berkaitan dengan anemia dalam kehamilan. Berdasarkan data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, menyatakan bahwa di Indonesia sebesar 48,9% ibu hamil mengalami anemia [2]. Prevalensi anemia defisiensi besi pada bayi dan anak usia dua tahun 48%, anak usia prasekolah 40%, anak usia sekolah 25% dan Wanita tidak hamil 35%. Prevalensi anemia pada balita di Indonesia sebanyak 33,7% anak laki-laki dan 49,2% anak perempuan. Prevalensi usia 5-14 tahun 42,8% anak lelaki an 49,2% anak perempuan. Prevalensi anemia ibu hamil di Kabupaten Klaten sebesar 9,19% [3]. Pada tahun 2015, terdapat sebanyak 26,6% ibu hamil yang mengalami anemia ringan (8-11 g%) dan 0,74 % anemia berat (<8 g%) dari 34 puskesmas di Kabupaten Klaten [4]. Tingginya kejadian anemia di Indonesia juga disebabkan karena kurang asupan makanan bergizi.

Anemia dapat dicegah dengan konsumsi makanan yang kaya zat besi dan vitamin c, konsumsi tablet tambah darah, serta menghindari konsumsi makanan yang mengganggu penyerapan zat besi. Umbi bit merupakan salah satu umbi-umbian yang kaya akan zat besi. Dalam satu umbi bit mengandung asam folat yang tinggi yaitu 108 mg [5]. Umbi bit dapat meningkatkan kadar hemoglobin secara signifikan untuk untuk mencegah dan

mengatasi anemia [6].

Pemberian jus umbi bit dapat memberikan kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia sebesar 1,474 g/dl sedangkan pemberian tablet Fe hanya memberikan kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia sebesar 0,72 g/dl. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian jus umbi bit memberikan pengaruh signifikan untuk menaikkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia dibandingkan pemberian tablet Fe [7]. Dengan melihat prevalensi anemia yang terjadi pada ibu hamil dan anak-anak di Kabupaten Klaten dan besarnya manfaat umbi bit yang dapat digunakan sebagai penambah darah. Oleh karena itu diperlukan kegiatan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan umbi bit sebagai suplemen anemia pada ibu hamil dan anak-anak di Kabupaten Klaten.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat bekerja sama dengan Kepala Desa Jarum, Kecamatan Bayat, Kabupaten Klaten, Jawa Tengah. Kegiatan dihadiri Para Kader Kesehatan dan ibu-ibu hamil sebanyak 19 orang. Kegiatan diawali dengan kegiatan *pretest* – pembagian leaflet materi – pemaparan materi dan demonstrasi pembuatan jus umbi bit sebagai suplemen anemia - *posttest*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pelaksanaan pengabdian masyarakat di Desa Jarum, RW 01 dan RT 02 Kecamatan Bayat, Kabupaten Klaten, Jawa Tengah

Kegiatan Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Pemanfaatan Umbi Bit Sebagai Suplemen Anemia Pada Ibu Hamil Dan Anak Anak Di Kabupaten Klaten tepatnya di Desa Jarum, RW 01 dan

RT 02 Kecamatan Bayat, Kabupaten Klaten, Jawa Tengah. Kegiatan diawali dengan sambutan dari Sekretaris Desa Jarum yang mewakili Kepala Desa Jarum. Kegiatan selanjutnya adalah sambutan Ketua Tim Pengabdian Masyarakat sekaligus memperkenalkan anggota tim kepada peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini. Rangkaian kegiatan meliputi pendataan demografi responden, pretest, penyajian materi dan posttest. Kegiatan pre-test dan post-test dilakukan untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta sehingga dapat diketahui capaian tujuan kegiatan pengabdian masyarakat.



Gambar 1. Pembukaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

2. Pendataan demografi responden

Kegiatan pendataan demografi peserta dilakukan untuk mengetahui latar belakang peserta yang meliputi usia dan Pekerjaan. Hasil pendataan demografi dapat dilihat pada Tabel 1

Tabel 1. Data Demografi Responden

No.	Kategori	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Usia		
	Dewasa muda (20-30 tahun)	7	36,84
	Dewasa Tengah (31-60 tahun)	12	63,16
2.	Pekerjaan		
	Ibu Rumah Tangga	14	73,68
	Tangga	3	15,79
	Perangkat Desa	2	10,53
	Buruh		

3. Penyampaian materi pemanfaatan umbi bit sebagai suplemen anemia pada ibu hamil dan anak-anak

Materi pemanfaatan umbi bit sebagai suplemen anemia pada ibu hamil dan anak-anak disampaikan oleh Ketua Tim yaitu apt. Septiana Laksmi Ramayani, S.Farm., M.Sc. Penyampaian materi dilakukan dengan membagikan flyer serta mempresentasikan dengan media power point.



Gambar 2. Flyer Materi



Gambar 4. Demonstrasi Pembuatan Jus Umbi Bit



Gambar 3. Penyampaian materi

4. Demonstrasi pembuatan jus umbi bit sebagai suplemen anemia bagi ibu hamil dan anak-anak

Kegiatan demonstrasi dilakukan oleh anggota tim pengabdian masyarakat yaitu mahasiswa semester 3 Program Studi DIII Farmasi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surakarta. Jus umbi bit dibuat dengan penambahan tomat dan madu untuk mengurangi rasa umbi bit yang kurang enak. Tomat diketahui juga dapat digunakan sebagai suplemen anemia, sehingga kombinasi antara umbi bit dan tomat diharapkan menghasilkan efek sinergi meningkatkan hemoglobin bagi ibu hamil dan anak-anak [8].

Setelah dilakukan penyampaian materi dan demonstrasi pembuatan jus umbi bit, selanjutnya dilakukan diskusi atau tanya jawab antara tim dengan peserta pengabdian masyarakat.

5. Pelaksanaan Pretest dan Posttest

Sebelum penyampaian materi dilakukan pembagian lembar pertanyaan kepada peserta sebagai pretest dan setelah kegiatan demonstrasi pembuatan jus umbi bit dibagikan kembali lembar pertanyaan sebagai posttest. Kegiatan pre-test dan post-test dilakukan untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta sehingga dapat diketahui capaian tujuan kegiatan pengabdian masyarakat.



Gambar 5. Pelaksanaan Pretest



Gambar 6. Pelaksanaan Posttest

Berdasarkan hasil pengolaahn nilai pretest dan posttest menunjukan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan responden sebelum dan sesudah penyuluhan. Penyuluhan ini tidak hanya pemaparan materi tentang manfaat umbi bit dalam mencegah anemia saja melainkan adanya kegiatan demonstrasi pengolahan umbi bit yang baik sebagai upaya pencegahan penyakit anemia yang sering diderita oleh ibu hamil dan anak-anak. Pada penyuluhan anemia selain menggunakan metode ceramah peneliti menggunakan media poster dalam penyuluhan. Menampilkan media melalui media cetak seperti poster dapat meningkatkan pengetahuan kepada responden. Poster mempunyai kelebihan diantaranya praktis dan bentuknya menarik sehingga responden tertarik untuk melihat. Dari 10 pertanyaan yang diberikan terdapat 7 pertanyaan yang mengalami peningkatan pemahaman dan 3 pertanyaan yang tidak ada perubahan, sehingga diperoleh rata-rata peningkatan pemahaman sebesar 16,32%.



Gambar 7. Foto Bersama Tim dan Peserta Pengabdian Masyarakat

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat mampu meningkatkan pengetahuan peserta pengabdian masyarakat yang ditunjukkan dengan adanya peningkatan nilai pretest dan posttest sebesar 16,32%.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih saya ucapkan kepada Civitas akademika Poltekkes Kemenkes Surakarta, Kepala Desa Jarum dan jajaran, Para Kader Kesehatan dan masyarakat Desa Jarum atas kesempatan yang diberikan sehingga Kegiatan pengabdian masyarakat pemanfaatan jus umbi bit sebagai suplemen anemia bagi ibu hamil dan anak-anak dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ngurah Rai, I.G.B., Kawengian, S. E.S., Mayulu, N., 2016, Analisis Farktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil. *Jurnal e-Biomedik*, 4(2).
- [2] Widiastini, P. M. F., Purnami, L. A., Triguno Y., 2023, The Relationship Between The Level of Knowledge of Pregnant Women About Anemia in Pregnancy To Compliance with the Consumption of Iron Tablet

- Supplements at The Penebel I Health Center in 2022, *Prima Wiyata Health*, 4(2), hal 47-56
- [3] Wahyuningsih, E., Hartati, L., Puspita, W.D., 2023. Analisis Resiko Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. *Professional Health Journal* 4, 303-313.
<https://doi.org/10.54832/PHJ.V4I2.388>
- [4] Prihati, D.R., Kostania Gita, 2017. Pengaruh Multiple Mikro Nutrien (Mmn) Terhadap Berat Badan Bayi Baru Lahir Di Desa Pandes Klaten. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 2, 66–70.
- [5] Gustina, I., Yuria Mella R.A, Dita Putri Sarah, 2020. Manfaat Pemberian Jus Buah Bit Pada Ibu Hamil Penderita Anemia Terhadap Peningkatan kadar Hemoglobin. *Jurnal Ilmiah BidanV*, 36–44
- [6] Oktavia Ainiyati, S., Aini Retno, N.H., Studi Sarjana Kebidanan, P., 2022, Literature Review: Pengaruh Pemberian Bit (Beta vulgaris L.) Terhadap Kadar Hemoglobin, *Journal of Issues in Midwifery* 6, 10–25.
<https://doi.org/10.21776/UB.JOIM.2022.006.01.2>
- (7) Dewita Dewita, Henniwati Henniwati, 2020, Jus Bit Merah (Beta vulgaris L.) Bermanfaat Meningkatkan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Dengan Anemia, *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6, 462–469.
<https://doi.org/10.33024/JKM.V6I4.2994>
- [8] Maulina. (2018). Perbandingan Efektivitas Madu Dengan ekstrak Buah Bit (Beta Vulgaris) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Mencit Putih Jantan (Mus Musculus L) Strain Double Ditsch Webster. *Anatomical Medical Journal*,1(3).