

Original Article

Sosialisasi Pencegahan Hipertensi dan Anemia Ibu Hamil

Socialization of Hypertension and Anemia Prevention for Pregnant Women

Liliek Pratiwi^{1*}, Harnanik Nawangsari²

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Cirebon,
Jawa Barat, Indonesia

²Pogram Studi Ilmu Kebidanan, Institut Teknologi & Sains Insan Cendekia Medika Jombang, Jawa
Timur, Indonesia

*Email Korespondensi : liliek.pratiwi@umc.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi gestasional biasanya muncul setelah usia kehamilan 20 minggu dan akan hilang setelah persalinan. Faktor risiko yang dapat meningkatkan kemungkinan hipertensi pada ibu hamil antara lain obesitas dan diabetes mellitus. Jika hipertensi disertai proteinuria, maka dapat berkembang menjadi preeklamsia. Ibu hamil perlu mengenali tanda awal preeklamsia untuk menjaga kesehatan ibu dan janin. Selain itu, anemia pada ibu hamil juga menjadi masalah utama di Jawa Barat yang berhubungan dengan berat badan lahir rendah dan meningkatkan risiko kematian ibu.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kolaboratif dengan model pentahelix yang melibatkan pemerintah, akademisi, organisasi profesi, media, dan dunia usaha untuk mendukung promosi kesehatan. Intervensi dilakukan dengan sosialisasi pencegahan hipertensi dan anemia pada ibu hamil sebagai strategi untuk menurunkan angka kematian ibu (AKI).

Sosialisasi yang dilakukan berhasil meningkatkan kesadaran ibu hamil mengenai risiko hipertensi dan anemia serta pentingnya deteksi dini dan pencegahan. Data dari tenaga kesehatan menunjukkan peningkatan keterlibatan masyarakat dalam program kesehatan ibu hamil, yang berpotensi menurunkan komplikasi terkait.

Kolaborasi antar berbagai sektor telah menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pencegahan hipertensi dan anemia pada ibu hamil. Upaya berkelanjutan melalui pendidikan kesehatan dan keterlibatan masyarakat sangat penting untuk menurunkan angka kematian ibu dan meningkatkan kesehatan ibu dan janin.

Kata Kunci: Sosialisasi, hipertensi, anemia, ibu hamil

ABSTRACT

Gestational hypertension typically arises after the 20th week of pregnancy and resolves postpartum. Key risk factors include obesity and diabetes mellitus, and when accompanied by protein in the urine, it may lead to preeclampsia. Pregnant women must recognize early signs of preeclampsia to safeguard both maternal and fetal health. Anemia in pregnant women is also prevalent in West Java, exacerbating the risks of low birth weight and maternal mortality.

This study utilized a collaborative approach, emphasizing a pentahelix model involving government, academia, professional organizations, media, and business sectors to enhance health promotion activities. The intervention focused on the socialization of hypertension and anemia prevention among pregnant women, aiming to reduce maternal and infant mortality rates.

The socialization efforts significantly raised awareness among pregnant women about the risks of hypertension and anemia, along with the importance of early detection and preventive measures.

<https://jakk.candle.or.id/index.php/jakk>

[Creative Commons Attribution-BY 4.0 International License.](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)



Data from healthcare professionals indicated increased community engagement in maternal health programs, showing a promising trend in reducing related complications.

The collaboration across various sectors has shown positive outcomes in promoting the prevention of hypertension and anemia in pregnancy. Continuing these efforts, particularly through health education and community involvement, is crucial for reducing maternal mortality and improving maternal and fetal health outcomes.

Keywords: Socialization, hypertension, anemia, pregnant women

Submit: 19 November 2023 | Revisi: 26 Januari 2025 | Online: 30 Januari 2025

Sitasi: Pratiwi, L., & Nawangsari, H. (2025). Sosialisasi Pencegahan Hipertensi dan Anemia Ibu Hamil: Socialization of Prevention of Hypertension and Anemia in Pregnant Women. Jurnal Abdi Kesehatan Dan Kedokteran, 4(1), 23–29. <https://doi.org/10.55018/jakk.v4i1.49>

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, tubuh memerlukan zat besi, asam folat, dan vitamin B12 sebagai komponen esensial. Kekurangan salah satu dari zat tersebut pada ibu hamil dapat mengakibatkan penurunan produksi sel darah merah, yang berujung pada kondisi anemia. Ibu hamil berisiko terkena anemia dan anemia ini tidak boleh diabaikan karena akan menimbulkan bahaya bagi ibu maupun janinnya.

Faktor risiko yang dapat meningkatkan kejadian anemia pada ibu hamil meliputi kehamilan kembar, jarak kehamilan yang terlalu dekat, mual dan muntah berlebihan selama kehamilan, kehamilan di usia

remaja, kurangnya asupan makanan kaya zat besi dan asam folat, serta riwayat anemia sebelum 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 factor resiko hipertensi kehamilan dan anemia kehamilan.

Bahan dan 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 tema "Sosialisasi Pencegahan Hipertensi dan Anemia Ibu Hamil", terlihat respon yang positif dari masyarakat terkait topik hipertensi kehamilan dan anemia kehamilan. Banyak peserta menyatakan dukungan penuh terhadap kegiatan pengabdian ini, mengharapkan peningkatan derajat kesehatan ibu di

desa mereka. Masyarakat menunjukkan ketertarikan yang tinggi terhadap pentingnya memeriksakan kesehatan ibu hamil secara rutin, terutama untuk deteksi dini komplikasi kehamilan.

Salah satu poin penting yang disampaikan dalam sosialisasi adalah pengukuran tekanan darah secara akurat. Ini sangat krusial untuk mengklasifikasikan hipertensi dan memulai terapi yang tepat. Selain itu, ibu hamil diingatkan untuk rutin melakukan pemeriksaan antenatal care (ANC) sebanyak enam kali selama kehamilan untuk mendeteksi masalah sejak awal dan menghindari komplikasi serius.

Selama sosialisasi, ditemukan bahwa pemahaman ibu terkait kunjungan pemeriksaan lebih terfokus pada pemeriksaan USG untuk mengetahui bobot janin dan jenis kelamin, sedangkan pentingnya deteksi dini gangguan kehamilan pada setiap trimester belum banyak diketahui. Oleh karena itu, meningkatkan pemahaman ibu mengenai pentingnya pemeriksaan rutin di setiap trimester sangat penting untuk mengurangi risiko komplikasi.

Penelitian yang dilakukan oleh Tanzaha et al. (2016) menunjukkan bahwa status gizi ibu hamil, terutama yang mengalami Kurang Energi Kronik (KEK), berhubungan signifikan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Penelitian ini mengungkapkan bahwa ibu hamil dengan status gizi KEK berisiko hampir dua kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan

dengan ibu hamil dengan status gizi normal. Hal ini mengindikasikan pentingnya pemantauan status gizi ibu hamil secara rutin.

Antenatal care (ANC) menjadi langkah krusial dalam menjaga kesehatan ibu hamil, dengan tujuan untuk mendeteksi kondisi berisiko tinggi seperti anemia. Dalam kegiatan sosialisasi ini, ibu hamil diajarkan untuk memastikan bahwa mereka menjalani pemeriksaan kehamilan secara teratur, dengan fokus pada deteksi dini anemia. Jika terdeteksi penurunan kadar hemoglobin yang signifikan, intervensi berupa suplemen zat besi dan pemeriksaan laboratorium sangat dianjurkan untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Pemeriksaan laboratorium juga penting untuk mengevaluasi ukuran sel darah merah dan mendeteksi kondisi lain yang memerlukan penanganan segera

Pembahasan

Berdasarkan hasil sosialisasi mengenai pencegahan hipertensi dan anemia pada ibu hamil, dapat dilihat bahwa masyarakat, terutama ibu hamil, sangat mendukung kegiatan ini sebagai upaya untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Dukungan yang diberikan menunjukkan adanya kesadaran akan pentingnya perhatian terhadap kesehatan ibu hamil. Hal ini juga mencerminkan pemahaman yang semakin baik tentang pentingnya pemeriksaan rutin selama kehamilan. Banyak peserta yang menyadari bahwa hipertensi dan anemia dapat menjadi masalah serius jika tidak dideteksi dan ditangani

secara dini, dan mereka mengharapkan agar kegiatan semacam ini terus diadakan untuk meningkatkan kesadaran lebih luas di masyarakat.

Salah satu temuan penting dalam sosialisasi ini adalah kurangnya pemahaman ibu hamil tentang pentingnya pemeriksaan antenatal care (ANC) di luar pemeriksaan USG untuk mengetahui bobot janin dan jenis kelamin. Ini menunjukkan bahwa masih banyak ibu hamil yang tidak sepenuhnya memahami manfaat ANC dalam deteksi dini masalah kesehatan selama kehamilan. Selain itu, pemeriksaan yang lebih rutin dan mendalam setiap trimester sangat penting untuk mendeteksi hipertensi kehamilan dan anemia yang mungkin terjadi. Oleh karena itu, penyuluhan lebih lanjut tentang pentingnya pemeriksaan ANC yang komprehensif perlu diperluas, terutama di tingkat desa atau wilayah dengan akses terbatas terhadap fasilitas kesehatan.

Penelitian yang dilakukan oleh Tanzaha et al. (2016) menyoroti pentingnya status gizi ibu hamil dalam mencegah terjadinya anemia. Ibu hamil dengan status gizi kurang energi kronik (KEK) berisiko lebih tinggi mengalami anemia, yang dapat berdampak pada kesehatan ibu dan janin. Temuan ini penting karena menunjukkan bahwa bukan hanya pemeriksaan kesehatan ibu yang perlu diperhatikan, tetapi juga perhatian terhadap asupan gizi ibu hamil. Untuk itu, pengawasan terhadap status gizi ibu hamil menjadi faktor penting yang harus

dipantau dalam setiap kunjungan ANC. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang gizi seimbang, diharapkan ibu hamil dapat mengurangi risiko anemia.

Selain itu, intervensi yang dilakukan dengan memberikan edukasi mengenai deteksi dini dan pemeriksaan laboratorium sangat membantu dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai anemia. Pemantauan kadar hemoglobin ibu hamil dan pemberian suplemen zat besi jika diperlukan, serta pemeriksaan lebih lanjut melalui tes laboratorium, merupakan langkah penting dalam menangani anemia. Hal ini sesuai dengan tujuan dari ANC, yaitu untuk mendeteksi dan menangani masalah kesehatan secara dini. Jika intervensi ini dilakukan secara rutin, diharapkan kasus anemia pada ibu hamil dapat berkurang, yang pada gilirannya dapat menurunkan angka kematian ibu dan bayi akibat komplikasi terkait anemia dan hipertensi.

Kesimpulan

Kesimpulannya, sosialisasi mengenai pencegahan hipertensi dan anemia pada ibu hamil menunjukkan respon positif dari masyarakat, terutama ibu hamil yang mendukung pentingnya kegiatan ini untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Meskipun terdapat pemahaman yang baik mengenai pemeriksaan USG, masih banyak ibu hamil yang belum sepenuhnya memahami pentingnya pemeriksaan antenatal care secara komprehensif untuk deteksi dini masalah kesehatan

seperti hipertensi dan anemia. Pengetahuan tentang pentingnya status gizi, terutama terkait dengan kekurangan energi kronik, juga perlu ditingkatkan untuk mencegah anemia pada ibu hamil. Pemeriksaan rutin dan intervensi yang cepat, seperti pemberian suplemen zat besi dan pemeriksaan laboratorium, sangat penting dalam menjaga kesehatan ibu hamil dan mengurangi risiko komplikasi yang dapat mempengaruhi kesehatan ibu dan bayi.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kami sampaikan kepada semua pihak yang telah mendukung terlaksananya kegiatan sosialisasi pencegahan hipertensi dan anemia pada ibu hamil ini. Kami mengucapkan terima kasih kepada masyarakat, khususnya ibu hamil, yang telah aktif berpartisipasi dalam kegiatan ini, serta kepada tenaga kesehatan yang telah memberikan dukungan dan bimbingan selama pelaksanaan sosialisasi. Kami juga mengapresiasi pemerintah, akademisi, dan pihak-pihak terkait lainnya yang telah berperan dalam menyukseskan acara ini. Semoga kegiatan ini dapat memberikan manfaat yang besar dalam meningkatkan kesehatan ibu hamil dan mendorong tercapainya derajat kesehatan yang lebih baik bagi ibu dan anak di masa yang akan datang.

Konflik Kepentingan

Tidak adanya konflik kepentingan di dalam penulisan artikel ini

Kontribusi Penulis

Dalam kegiatan sosialisasi pencegahan hipertensi dan anemia pada ibu hamil, kontribusi yang diberikan meliputi perencanaan dan pelaksanaan acara, penyusunan materi sosialisasi, pengumpulan serta analisis data responden, serta penyusunan laporan hasil kegiatan. Selain itu, dukungan administratif dan logistik juga berperan penting dalam kelancaran acara. Semua pihak yang terlibat bekerja sama untuk menyampaikan informasi yang bermanfaat bagi ibu hamil, sehingga diharapkan dapat meningkatkan pemahaman mereka mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin selama kehamilan, serta pencegahan komplikasi seperti hipertensi dan anemia yang dapat berisiko pada kesehatan ibu dan bayi.

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 Patingalloang 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/b erita/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.