CAMIL DATUK (Cegah Anemia Ibu Hamil Dengan Daun Katuk) Di Puskesmas Murung Pudak

CAMIL DATUK (Prevent Anemia In Pregnant Women With Katuk Leaves) At The Murung Pudak Health Center

Refmi Eva Yulianti[1)], Siti Noor Hasanah[2)], Putri Yuliantie[3)], Agus Susana[4)]

[1),2),3)]Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia, [4)] Puskesmas Murung Pudak
*email: refmievay@gmail.com ,

ABSTRAK

Pada tahun 2021 sebanyak 41,8% Angka kematian ibu di Negara berkembang di sebabkan oleh Anemia dalam kehamilan¸ prevalensi anemia di Indonesia masih sangat tinggi yaitu 44,2%. Salah satu penyebab anemia adalah kurangnya Zat besi di dalam tubuh. Anemia dapat di cegah dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi dan Vitamin C untuk membantu proses penyerapan, yaitu dengan mengkonsumsi daun katuk dengan tetap mengkonsumsi Tablet Fe sesuai dengan anjuran pemerintah. Metode pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini dilakukan melalui pendekatan yaitu menganalisis kondisi wilayah Puskesmas Murung Pudak, yang kemudian dilanjutkan identifikasi masalah, merencanakan intervensi dan melaksanakan implementasi dalam mengatasi masalah yang direncanakan dengan memberikan edukasi mengenai pemanfaatan daun katuk dalam kehamilan yang akan bekerjasama dengan Pihak Puskesmas, bidan desa dan bidan pemegang program. Kemudian ditindaklanjuti dengan pelaksanaan kegiatan penyuluhan secara offline yang kemudian dilakukan evaluasi Setelah kegiatan telah dilaksanakan. Media penyuluhan yang digunakan dalam kegiatan ini adalam menggunakan leaflet yang berisi anemia ibu hamil serta cara mengatasi anemia dengan mengkonsumsi daun katuk untuk mengatasi anemia pada ibu hamil.

Kata kunci: Anemia, Daun Katuk, Hamil

ABSTRACT

In 2021, as many as 41.8% of maternal mortality rates in developing countries were caused by anemia in pregnancy¸ the prevalence of anemia in Indonesia is still very high at 44.2%. One of the causes of anemia is a lack of iron in the body. Anemia can be prevented by consuming foods that contain iron and Vitamin C to help the absorption process, namely by consuming katuk leaves while still consuming Fe Tablets in accordance with government recommendations. The method of implementing this counseling activity is carried out through an approach, namely analyzing the condition of the Murung Pudak Health Center area, which is then followed by problem identification, planning interventions and implementing implementation in overcoming planned problems by providing education about the use of katuk leaves in pregnancy in collaboration with the Health Center, village midwives and midwives who hold the program. Then followed up with the implementation of offline counseling activities which were then evaluated after the activity had been carried out. The counseling media used in this activity is using leaflets containing anemia for pregnant women and how to overcome anemia by consuming katuk leaves to overcome anemia in pregnant women.

Keywords: *Anemia, Katuk Leaves, Pregnant*

PENDAHULUAN

Anemia dianggap sebagai faktor risiko dan dapat mengakibatkan komplikasi yang mengancam kehidupan ibu dan janin [1]. Salah satunya adalah kejadian BBLR yang sangat erat kaitannya dengan anemia saat kehamilan [2]. Anemia diperkirakan berkontribusi pada lebih dari 115.000 kematian ibu dan 591.000 kematian perinatal secara global per tahun [3]. Berdasarkan data WHO, 40% ibu hamil di seluruh dunia mengalami anemia . 4 dari 10 negara ASEAN berada dalam kategori berat/severe dengan prevalensi ≥40% antara lain Kamboja (51,5%); Laos (47%); Myanmar (47,8%) dan Indonesia (44,2%). Persentase kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia terus mengalami peningkatan sejak tahun 2015 hingga 2019, dari 42,1% menjadi 44,2%. Selama kehamilan, tubuh dapat mengalami perubahan signifikan, seperti peningkatan jumlah darah sekitar 20-30 persen. Keteraturan kunjungan ANC dan kepatuhan konsumsi tablet Fe berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III [4]. Faktor yang mempengaruhi anemia secara umum adalah kekurangan zat gizi dalam makanan yang dikonsumsi [5]. Berbanding lurus dengan Budaya yang mereka anut tentang pantangan makanan saat hamil [6]. Selain itu faktor-faktor seperti usia kehamilan, jumlah anak yang pernah dilahirkan juga sangat berpengaruh pada kejadian anemia pada ibu hamil [7]. Banyak wanita hamil yang tidak memiliki cukup zat besi saat trimester kedua dan ketiga sehingga memicu anemia. Tingkat keragaman konsumsi pangan berkaitan dengan tingkat kecukupan zat gizi. Oleh sebab itu, agar dapat mencapai status gizi yang ideal maka konsumsi pangan yang beragam harus disertai dengan jumlah asupan yang sesuai dengan kebutuhan [8].

Penelitian yang dilakukan Sunarsih et al (2021) menyebutkan bahwa dalam setiap 100 gram daun katuk mengandung 2,7 miligram zat besi yang berguna bagi penderita anemia. Selain itu, kandungan kalsium yang mencapai 204 miligram juga berpotensi membantu ibu hamil dalam mengatasi kondisi kurang darah [9]. Kandungan zat besi yang tinggi dalam daun katuk sangat efektif dalam mengatasi anemia atau kekurangan darah. Mengonsumsi daunnya dapat membantu memperbaiki jumlah sel darah merah dan mengatasi anemia Berdasarkan pengkajian yang dilakukan di Puskesmas Murung Pudak, terdapat 13 ibu hamil yang mengalami anemia dari 28 ibu hamil pada bulan Januari 2025. Masyarakat mengetahui manfaat daun katuk untuk memperlancar ASI dan tidak mengetahui manfaat daun katuk untuk mencegah anemia. Hal ini yang mendasari bahwa sangat perlulah diadakan penyuluhan kepada ibu hamil terkait anemia dengan program

Camil Datuk (Cegah Anemia Ibu Hamil dengan Daun Katuk).

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Metode pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini dilakukan melalui pendekatan yaitu menganalisis kondisi wilayah Puskesmas Murung Pudak, yang kemudian dilanjutkan identifikasi masalah, merencanakan intervensi dan melaksanakan implementasi dalam mengatasi masalah yang direncanakan dengan memberikan edukasi mengenai pemanfaatan daun katuk dalam kehamilan yang akan bekerjasama dengan Pihak Puskesmas, bidan desa dan bidan pemegang program. Kemudian ditindaklanjuti dengan pelaksanaan kegiatan penyuluhan secara offline yang kemudian dilakukan evaluasi Setelah kegiatan telah dilaksanakan. Media penyuluhan yang digunakan dalam kegiatan ini adalam menggunakan leaflet yang berisi anemia ibu hamil serta cara mengatasi anemia dengan mengkonsumsi daun katuk untuk mengatasi anemia pada ibu hamil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Anemia kehamilan atau kekurangan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah dapat menyebabkan komplikasi yang serius bagi ibu dalam kehamilan, persalinan dan nifas yaitu dapat megakibatkan abortus (keguguran), partus prematur, kelahiran bayi prematur, berat bayi lahir rendah, perdarahan post partum karena atonia uteri,syok, infeksi intra partum maupun post partum [10]. Salah satu bentuk upaya dalam mencegah anemia pada ibu hamil adalah melalui program CAMIL DATUK (Cegah Anemia Ibu Hamil dengan Daun Katuk) yang dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 08 Februari 2025. Program ini bertujuan untuk mencegah anemia melalui daun katuk. Sosialisasi mengenai bahaya anemia pada ibu hamil dan cara mencegah atau mengatasi anemia sangat berperan penting dalam menanggulangi anemia pada ibu hamil [11].

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Sunarsih et al (2021) menyebutkan bahwa dalam setiap 100 gram daun katuk mengandung 2,7 miligram zat besi yang berguna bagi penderita anemia. Selain itu, kandungan kalsium yang mencapai 204 miligram juga berpotensi membantu ibu hamil dalam mengatasi kondisi kurang darah. Kandungan zat besi yang tinggi dalam daun katuk sangat efektif dalam mengatasi anemia atau kekurangan darah [9]. Mengonsumsi daunnya dapat membantu memperbaiki jumlah sel darah merah dan mengatasi anemia.

Sasaran Peserta kegiatan ini adalah kader posyandu dan ibu hamil. Peserta diberikan edukasi terkait manfaat dari daun katuk dalam mencegah anemia. Program Camil Datuk juga memperkenalkan kepada ibu hamil dan kader makanan apa saja yang dapat dibuat dengan olahan daun katuk. Kegiatan ini sangat diterima serta didukung secara positif oleh pemerintahan Desa Masukau. Selain dikarenakan selaras dengan program kerja guna mengajak ibu hamil untuk menyadari akan pentingnya manfaat konsumsi daun katuk dalam mencegah anemia.

Kegiatan ini diawali dengan koordinasi dengan bidan desa untuk meminta nomor whatsapp ibu hamil dan kader posyandu untuk dapat berhadir dalam kegiatan . Dilanjutkan dengan edukasi.

Penyampaian materi edukasi melalui leafleat Camil Datuk yang diberikan kepada ibu hamil dan kader dan dilanjutkan dengan diskusi jika ada ibu hamil dan kader yang menanyakan. Ibu hamil dan kader terlihat antusias dalam merespon setiap edukasi yang diberikan.



Gambar 1 Edukasi dengan Leaflet Camil Datuk



Gambar 2 Edukasi dengan tokoh masyarakat

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan midwifery project yang telah dilaksanakan pada hari Sabtu 08 Februari 2025 pukul 10.00 wita di Puskesmas Murung Pudak Desa Masukau dapat disimpulkan bahwa acara berjalan sesuai dengan rencana dan berlangsung lancar. Kegiatan edukasi diikuti oleh kader dan ibu hamil.

SARAN

1. Bagi Puskesmas

   Puskesmas Murung Pudak dapat menjadikan pembaruan inovasi Camil Datuk sebagai program yang dapat mendukung edukasi terkait pencegahan anemia dengan daun katuk

2. Bagi Masyarakat

   Diharapkan masyarakat agar dapat memanfaatkan daun katuk untuk diolah dan mencegah anemia ibu hamil.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada Puskesmas Murung Pudak dan Desa Masukau yang sudah memberikan ijin untuk membantu dalam proses Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM).

REFERENSI

[1] L. Lin et al., "Prevalence, risk factors and associated adverse pregnancy outcomes of anaemia in Chinese pregnant women: A multicentre retrospective study," BMC Pregnancy Childbirth, vol. 18, no. 1, Apr. 2018, doi: 10.1186/s12884-018-1739-8.

[2] A. Aditianti and S. P. H. Djaiman, "Meta Analisis: Pengaruh Anemia Ibu Hamil Terhadap Berat Bayi Lahir Rendah," Jurnal Kesehatan Reproduksi, vol. 11, no. 2, pp. 163–177, Dec. 2020, doi: 10.22435/kespro.v11i2.3799.163-177.

[3] E. McLean, M. Cogswell, I. Egli, D. Wojdyla, and B. De Benoist, "Worldwide prevalence of anaemia, WHO Vitamin and Mineral Nutrition Information System, 1993-2005," Public Health Nutr, vol. 12, no. 4, pp. 444–454, Apr. 2009, doi: 10.1017/S1368980008002401.

[4] V. Nurmasari and S. Sumarmi, "Hubungan Keteraturan Kunjungan Antenatal Care dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di Kecamatan Maron Probolinggo Relation between Regularity of Antenatal Care Visits and Compliance of Iron Tablets Consumpti," Jurnal Amerta Nutrition, vol. Accepted, pp. 4–7, 2019, doi: 10.20473/amnt.v3.i1.2019.46-51.

[5] Nurhaidah and Rostinah, "Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Mpunda Kota Bima," Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia, vol. 9, no. 2, pp. 121–129, Aug. 2021, Accessed: Aug. 19, 2025. doi : https://doi.org/10.14710/jmki.9.2.2021.121-129

[6] Y. Agus, S. Horiuchi, and S. E. Porter, "Rural Indonesia women's traditional beliefs about antenatal care," BMC Res Notes, vol. 5, 2012, doi: 10.1186/1756-0500-5-589.

[7] Hutagalung and Paulina Agatha Br, "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di," Universitas Sumatera Utara, Sumatera Utara, 2024. Available: https://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/94912

[8] H. Dewi and Mardiana, "Faktor Risiko Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Nusawungu Ii Cilacap" vol. 10, no. 4, pp. 285–296, 2021, Available: http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/

[9] S. Mustikasari, V. Effendy, S. Dian, and H. Mojokerto, "Efektivitas konsumsi teh daun katuk terhadap perubahan status anemia pada ibu hamil di upt puskesmas gayaman mojokerto," Journals of Ners Community, vol. 13, no. 5, pp. 559–568, 2022.

[10] A. Amini, C. E. Pamungkas, and A. P. H. P. Harahap, "Usia Ibu Dan Paritas Sebagai Faktor Risiko Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Ampenan," Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM. Mataram, vol. 3, no. 2, pp. 108–113, 2018, doi: 10.31764/mj.v3i2.506.

[11] R. Gazali, S. Arifin, and L. Hayatie, "Hubungan Faktor Antenatal Care Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kelayan Timur Banjarmasin" Journal Homeostasis, vol. 3, no. 3, pp. 353–360, 2020.