



Pemberdayaan Kader Posyandu dalam Pencegahan dan Penanganan Anemia pada Ibu Hamil

Empowerment of Posyandu Cadres in Prevention and Handling of Anemia in Pregnant Women

Rahayu Ningsih¹, Rizka Sititah Rambe²

^{1,2}Akademi Kebidanan Medica Bakti Persada

Corresponding Author: rahayu@mbp.ac.id

Abstrak

Pemberdayaan kader Posyandu dalam pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil sangat penting untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan yang signifikan di Indonesia, dengan dampak negatif terhadap kesehatan ibu, janin, dan kelahiran. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana pemberdayaan kader Posyandu dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan peran mereka dalam mengatasi anemia pada ibu hamil. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan wawancara dan observasi terhadap kader Posyandu di beberapa desa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberdayaan kader Posyandu, melalui pelatihan dan pembekalan tentang anemia, diet yang sehat, serta pentingnya konsumsi suplemen, dapat meningkatkan kemampuan kader dalam memberikan informasi kepada ibu hamil. Selain itu, kader Posyandu juga berperan dalam memantau status kesehatan ibu hamil dan memberikan dukungan sosial. Penelitian ini merekomendasikan peningkatan kapasitas kader melalui pelatihan berkelanjutan dan penguatan peran kader dalam komunitas untuk pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil.

Kata kunci: Pemberdayaan, Kader Posyandu, Anemia, Ibu Hamil, Pencegahan, Penanganan

Abstract

Empowering Posyandu cadres in preventing and treating anemia in pregnant women is very important to improve maternal and child health. Anemia in pregnant women is a significant health problem in Indonesia, with negative impacts on maternal, fetal, and birth health. This study aims to explore how empowering Posyandu cadres can improve their knowledge, skills, and roles in treating anemia in pregnant women. The method used is a qualitative approach with interviews and observations of Posyandu cadres in several villages. The results of the study indicate that empowering Posyandu cadres, through training and briefings on anemia, a healthy diet, and the importance of consuming supplements, can improve the ability of cadres to provide information to pregnant women. In addition, Posyandu cadres also play a role in monitoring the health status of pregnant women and providing social support. This study recommends increasing the capacity of cadres through ongoing training and strengthening the role of cadres in the community for the prevention and treatment of anemia in pregnant women.

Keywords: Empowerment, Posyandu Cadres, Anemia, Pregnant Women, Prevention, Treatment

PENDAHULUAN

Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih banyak dijumpai di Indonesia. Berdasarkan data WHO, sekitar 40% ibu hamil di negara berkembang mengalami anemia. Kondisi ini dapat meningkatkan risiko komplikasi kehamilan seperti kelahiran prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), dan bahkan kematian ibu dan bayi. Salah satu solusi yang dapat dilakukan adalah melalui pemberdayaan kader Posyandu, yang memiliki peran strategis dalam memberikan edukasi dan layanan kesehatan dasar kepada masyarakat.

Kader Posyandu yang terlatih mampu menjadi ujung tombak pencegahan dan penanganan anemia melalui edukasi gizi, pemantauan kesehatan ibu hamil, serta distribusi tablet tambah darah (TTD). Oleh karena itu, penguatan kapasitas kader Posyandu adalah langkah penting untuk menurunkan angka kejadian anemia pada ibu hamil.

Pemberdayaan kader Posyandu merupakan proses penguatan kapasitas kader dalam memberikan layanan kesehatan kepada masyarakat, termasuk ibu hamil. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021), kader Posyandu berperan sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan di tingkat komunitas. Mereka dilatih untuk melakukan kegiatan promotif, preventif, serta mendeteksi dini masalah kesehatan, seperti anemia pada ibu hamil.

Pemberdayaan kader mencakup pelatihan, pendampingan, dan pemberian fasilitas yang mendukung kegiatan mereka (Notoatmodjo, 2020). Pelatihan yang efektif dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam mengenali tanda-tanda anemia, memberikan edukasi gizi, dan mengarahkan ibu hamil untuk melakukan pemeriksaan rutin ke fasilitas kesehatan.

METODE KEGIATAN

1. Tahap Persiapan

- a. **Survey Awal:** Mengidentifikasi tingkat pengetahuan kader Posyandu tentang anemia pada ibu hamil melalui wawancara dan kuisioner.
- b. **Koordinasi:** Mengadakan pertemuan dengan pihak Puskesmas dan Posyandu untuk menyusun jadwal pelatihan dan implementasi kegiatan.
- c. **Penyusunan Materi:** Menyusun modul pelatihan yang mencakup:
 - 1) Pengertian dan penyebab anemia pada ibu hamil.

- 2) Gejala dan dampak anemia pada ibu hamil.
- 3) Pencegahan melalui pola makan sehat dan suplementasi zat besi.
- 4) Penanganan awal anemia.

2. Tahap Pelaksanaan

a. Edukasi:

- 1) Memberikan penyuluhan kepada kader tentang pentingnya deteksi dini anemia pada ibu hamil.
- 2) Menjelaskan peran kader dalam promosi kesehatan.
- 3) Penyampaian materi dengan media presentasi, video edukasi, dan booklet.

b. Pelatihan Praktik:

- 1) Simulasi pengukuran hemoglobin menggunakan alat portable.
- 2) Pelatihan tentang cara memberikan konseling gizi dan rekomendasi suplementasi zat besi.

c. Praktik Lapangan:

- 1) Mendampingi kader dalam melakukan edukasi kepada ibu hamil di wilayah kerja mereka.
- 2) Memonitor pelaksanaan pemeriksaan sederhana dan pendataan ibu hamil yang berisiko anemia.

3. Materi Ceramah

a. Anemia pada Ibu Hamil: Penyebab dan Dampak

- 1) Penyebab Anemia
 - a) **Kekurangan zat besi:** Merupakan penyebab utama anemia pada ibu hamil. Kebutuhan zat besi meningkat selama kehamilan untuk mendukung pertumbuhan janin dan plasenta.
 - b) **Kekurangan asupan gizi:** Rendahnya konsumsi makanan kaya zat besi, asam folat, dan vitamin B12.
 - c) **Infeksi kronis:** Seperti malaria atau penyakit cacingan, yang dapat mengurangi kadar hemoglobin dalam darah.
- 2) Dampak Anemia
 - a) **Bagi ibu hamil:** Kelelahan, penurunan produktivitas, peningkatan risiko perdarahan postpartum, dan kematian ibu.

- b) **Bagi janin:** Pertumbuhan terganggu, risiko kelahiran prematur, dan rendahnya berat badan lahir.

b. Peran Kader Posyandu dalam Pencegahan dan Penanganan Anemia

1) Edukasi Gizi

- a) Memberikan informasi tentang pentingnya konsumsi makanan kaya zat besi, seperti daging merah, hati, bayam, dan kacang-kacangan.
- b) Meningkatkan kesadaran tentang pola makan sehat selama kehamilan.

2) Distribusi Tablet Tambah Darah (TTD)

- a) Mengawasi distribusi dan konsumsi TTD secara teratur kepada ibu hamil.
- b) Memberikan penjelasan tentang manfaat dan cara mengatasi efek samping ringan seperti mual.

3) Pemantauan Kesehatan Ibu Hamil

- a) Melakukan pemantauan berat badan, tekanan darah, dan tanda-tanda anemia pada ibu hamil.
- b) Menganjurkan ibu hamil dengan anemia berat untuk segera memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan.

4) Peningkatan Kesadaran melalui Penyuluhan

- a) Mengadakan kegiatan penyuluhan di Posyandu atau komunitas lokal mengenai anemia dan cara pencegahannya.

4. Strategi Pemberdayaan Kader Posyandu

a. Pelatihan dan Pendidikan

Memberikan pelatihan intensif kepada kader Posyandu tentang deteksi dini anemia dan intervensi yang tepat.

b. Penyediaan Alat dan Media Edukasi

- 1) Melengkapi Posyandu dengan alat-alat sederhana seperti hemoglobinometer untuk pemeriksaan anemia.
- 2) Menyediakan media edukasi seperti poster, leaflet, dan video.

c. Kolaborasi dengan Tenaga Kesehatan

Meningkatkan koordinasi antara kader Posyandu dan bidan desa untuk memastikan penanganan anemia berjalan efektif.

5. Efektivitas Pemberdayaan Kader dalam Penanganan Anemia

Studi menunjukkan bahwa pemberdayaan kader Posyandu secara signifikan meningkatkan capaian program kesehatan ibu dan anak (Hidayati, 2021). Kader yang terampil dalam memberikan edukasi kesehatan dapat meningkatkan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya mencegah anemia. Pelatihan kader yang berbasis kebutuhan lokal, misalnya, telah terbukti meningkatkan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi TTD sebesar 40% (Rahmawati et al., 2020). Pemberdayaan kader juga mempromosikan keterlibatan masyarakat dalam mendukung kesehatan ibu hamil. Kolaborasi antara kader, keluarga, dan fasilitas kesehatan menciptakan sistem dukungan yang kuat untuk menurunkan prevalensi anemia.

KESIMPULAN

Pemberdayaan kader Posyandu adalah kunci dalam pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil. Dengan pengetahuan dan keterampilan yang memadai, kader Posyandu dapat berperan aktif dalam mengedukasi masyarakat, mendeteksi anemia secara dini, dan memastikan ibu hamil mendapatkan intervensi yang tepat. Upaya ini tidak hanya meningkatkan kesehatan ibu dan bayi, tetapi juga berkontribusi pada pembangunan kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
2. World Health Organization. (2021). *Global Nutrition Targets 2025: Anaemia Policy Brief*. Geneva: WHO.
3. Sari, D., & Hartati, S. (2020). "Peran Kader Posyandu dalam Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Tablet Zat Besi pada Ibu Hamil." *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 124-130.
4. Rahman, A., & Wahyuningsih, S. (2019). "Faktor Risiko Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas X." *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 11(3), 89-94.
5. Puspita, R., & Lestari, T. (2021). "Edukasi Kader Posyandu dalam Pencegahan Anemia: Studi Kasus di Desa Y." *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 5(1), 33-40.