

EDUKASI PEMANFAATAN DAUN KELOR DAN BUNGA ROSELLA DALAM PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL

Winda Agustina^{1)*}, Yuka Oktafirnanda²⁾, Hasanah Pratiwi Harahap³⁾, Elya Rosa Br. Sembiring⁴⁾

¹⁾²⁾³⁾⁴⁾Prodi S1 Kebidanan dan Profesi Bidan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

*windaagustina@helvetia.ac.id

Dimasukkan : 8 Desember 2024 | **Diterima** : 26 Desember 2024 | **Diterbitkan** : 30 Desember 2024

Abstrak

Kehamilan merupakan suatu keadaan dimana seorang wanita yang di dalam rahimnya terdapat embrio atau fetus. Pola makan dan gaya hidup sehat dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan janin dalam rahim ibu. Pada masa kehamilan ibu hamil harus mendapatkan nutrisi yang banyak, seperti jumlah kalori, protein, zat besi, lemak yang berguna untuk pertumbuhan janin dan untuk kesehatan ibu. Kekurangan nutrisi dapat menyebabkan anemia, abortus, dan komplikasi lainnya. Negara Indonesia, anemia disebabkan oleh kekurangan zat besi, sehingga lebih dikenal dengan istilah anemia gizi besi. Anemia defisiensi besi merupakan salah satu gangguan yang paling sering terjadi selama kehamilan. Nutrisi adalah salah satu dari banyak factor yang mempengaruhi hasil akhir kehamilan, nutrisi yang buruk pada saat kehamilan dapat mempengaruhi kondisi ibu, pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan salah satunya adalah zat besi. Zat besi banyak ditemukan diberbagai sumber makanan diantaranya daun kelor dan bunga rosella. Penanganan non farmakologi sebagai alternatif untuk meningkatkan kadar hemoglobin salah satunya adalah dengan menggunakan daun kelor dan bunga rosella yang mengandung zat besi. Hasil wawancara pada 10 ibu hamil yang hanya mengkonsumsi Fe saja dari Bidan atau Puskesmas itupun tidaklah rutin dan ada yang sama sekali tidak pernah mengkonsumsi Fe sama sekali. mengalami luka perenium dan semuanya mengatakan hanya mengandalkan obat Pengabdian ini bertujuan untuk melakukan edukasi pada ibu hamil dalam memanfaatkan daun kelor dan bunga rosella di Desa Helvetia Kecamatan Labuhan Deli Kabupaten Deli Serdang

Kata Kunci: Pemanfaatan, Daun Kelor, Bunga Rosella, Kadar Hemoglobin, Ibu Hamil

1. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu keadaan dimana seorang wanita yang di dalam rahimnya terdapat embrio atau fetus. Kehamilan dimulai pada saat masa konsepsi sampai lahirnya janin, lamanya kehamilan dimulai dari ovulasi hingga partus yang diperkirakan sekitar 40 minggu dan tidak lebih dari 43 minggu. (1) Pada saat terjadi kehamilan akan ada banyak perubahan seperti perubahan fisik, sosial maupun mental. Pola makan dan gaya hidup sehat dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan janin dalam rahim ibu. Pada masa kehamilan ibu hamil harus mendapatkan nutrisi yang banyak, seperti jumlah kalori, protein, zat besi, lemak yang

berguna untuk pertumbuhan janin dan untuk kesehatan ibu. Kekurangan nutrisi dapat menyebabkan anemia, abortus, dan komplikasi lainnya. Anemia di definisikan sebagai kondisi dengan kadar Hb berada di bawah normal, di Indonesia anemia disebabkan oleh kekurangan zat besi, sehingga lebih dikenal dengan istilah anemia gizi besi. Anemia defisiensi besi merupakan salah satu gangguan yang paling sering terjadi selama kehamilan. (2)

Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar hemoglobin (HB) < 11gr% pada trimester I dan II sedangkan pada trimester II kadar hemoglobin < 10,5 gr%. (3) Nutrisi adalah salah satu dari banyak factor yang mempengaruhi hasil

akhir kehamilan, nutrisi yang buruk pada saat kehamilan dapat mempengaruhi kondisi ibu, pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan salah satunya adalah zat besi. Zat besi penting untuk pembentukan hemoglobin dan protein di dalam sel darah merah yang membawa oksigen ke jaringan tubuh lain, membantu mencegah anemia dan pendarahan saat melahirkan, serta mencegah cacat janin. (2)

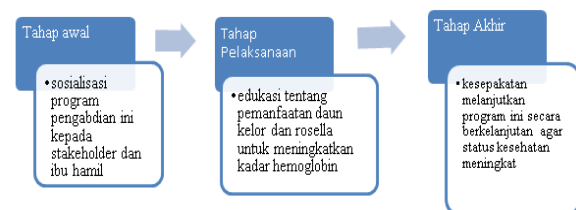
Zat besi banyak ditemukan diberbagai sumber makanan diantaranya daun kelor dan bunga rosella. Kelor mengandung zat besi sebanyak 28,2 mg/100 gram daun kelor kering. (4) Kandungan nutrisi berdasarkan hasil analisis laboratorium kimia, dalam 100 gram kelopak bunga rosella herbal kering mengandung 8,98 mg zat besi. (5)

Hasil wawancara pada 10 ibu hamil diperoleh 8 orang ibu hamil mengkonsumsi tablet Fe untuk penambah kadar hemoglobin tetapi tidak rutin mengkonsumsinya dan 2 diantara sama sekali tidak mengkonsumsi table Fe, dari 10 ibu hamil hanya 1 orang yang pernah mengkonsumsi daun kelor dan tidak ada yang pernah mengkonsumsi bunga rosella. (6)

2. METODE PELAKSANAAN

Prinsip utama kegiatan yang ditawarkan adalah meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang meningkatkan hemoglobin dengan cara alami yaitu daun kelor dan bunga rosella. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini dengan cara memberikan sosialisasi dan forum discussion group. Diharapkan pengetahuan, wawasan, dan pengalaman yang diperoleh dapat dimanfaatkan sampai kapanpun sehingga dapat meningkatkan status kesehatan ibu hamil terkhusus untuk

menenkan angka anemia. Oleh sebab itu kegiatan ini akan didukung oleh sumber daya manusia yang ahli dalam bidang kebidanan. Adapun metode pelaksanaan pengabdian ini antara lain :



Gambar 2. 1. Metode Pelaksanaan

A. Tahap awal

Pada tahap awal prinsip utamanya adalah adanya kesadaran setiap pihak untuk mensukseskan kegiatan pengabdian ini. Aktivitas yang dilakukan adalah sosialisasi program pengabdian ini kepada stakeholder dan ibu hamil. Stakeholder disini adalah Bapak Kepala Desa dan perangkatnya dan Bidan Desa dengan target agar stakeholder memahami konten program dan memberi ijin pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Selain itu juga meminta dukungan stakeholder untuk memfasilitasi tempat pelaksanaan kegiatan yang berada di aula desa melalui sosialisasi ini diharapkan stakeholder memberi dukungan peminjaman lokasi tersebut. Selanjutnya Orientasi program pemberdayaan ibu hamil. Kegiatan ini dilakukan untuk membuka wawasan dan pandangan ibu hamil bahwa program pengabdian masyarakat ini adalah program yang berkelanjutan khususnya ibu hamil tersebut agar dapat meningkatkan status kesehatannya dengan edukasi yang akan dilaksanakan. Keseluruhan aktivitas akan dilakukan langsung oleh ketua pengabdian masyarakat dibantu dengan anggota karena pengabdian masyarakat ini merupakan

tanggung jawab ketua pengabdian sehingga lebih baik dilakukan langsung terutama oleh ketua.

B. Tahap Pelaksanaan

Prinsip utama pada tahap ini adalah meningkatkan pengetahuan, wawasan, dan pengalaman ibu hamil tentang pemanfaatan penanganan non farmakologi berupa daun kelor dan bunga rosella pada ibu hamil. Adapun kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah edukasi tentang pemanfaatan daun kelor dan rosella untuk meningkatkan kadar hemoglobin. Untuk mendukung kegiatan tersebut maka dibutuhkan kompetensi yang mendukung antara lain:

Bd. Winda Agustina, S.Tr.Keb, MKM sebagai ketua dan anggota Bd. Yuka Oktafiranda, SST, MKM, Bd. Elya Rosa Br Sembiring, S.Tr.Keb, MKM, dan Bd. Hasanah Pratiwi, S.Tr.Keb, MKM selain memiliki kompetensi di bidang kebidanan juga memberikan pemberdayaan ibu hamil berupa edukasi tentang pemanfaatan penanganan non farmakologi dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

C. Tahap Akhir

Tahap akhir dari kegiatan ini adalah membangun kesepakatan antara Kepala Desa, Bidan Desa dan ibu hamil selaku peserta pengabdian masyarakat untuk sepakat melanjutkan program ini secara berkelanjutan agar khususnya ibu hamil meningkat status kesehatannya dan akan diikuti oleh anggota keluarga yang lainnya yaitu suami atau bapak-bapak dan anak-anaknya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Edukasi manfaat daun kelor dan bunga rosella terhadap peningkatan kadar

hemoglobin telah dilakukan dengan baik dan terstruktur. Adanya penambahan pengetahuan dan mengenai manfaat daun kelor dan bunga rosella untuk mengatasi anemia dan menambah hemoglobin serta banyak manfaat lainnya yang dapat didapatkan dari daun kelor dan bunga rosella tersebut. Ibu hamil mulai paham, juga aktif dan antusias dalam diskusi selama edukasi berlangsung. Kader-kader juga ikut mencoba konsumsi teh bunga rosella dan daun kelor yang dikemas oleh penyaji materi dan lebih memahami manfaatnya setelah paparan materi yang diberikan.



Gambar 3. 1.
Saat melaksanakan sosialisasi



Gambar 3.2.
Foto bersama sebagian peserta ibu hamil yang ikut sosialisasi

4. KESIMPULAN

Edukasi manfaat daun kelor dan bunga rosella terhadap peningkatan kadar hemoglobin telah dilakukan dengan baik

	Servis : Jurnal Pengabdian dan Layanan Kepada Masyarakat https://journal.nacreva.com/index.php/servis/index Volume 03, Nomor 01, Desember 2024, Hal : 36-39 DOI : https://doi.org/10.58641/servis	e-ISSN : 2985-3540
---	---	---------------------------

dan terstruktur. Sarannya kepada Bidan Desa dan Kader lebih diingatkan ibu hamil dan dimotivasi serta didampingi agar dapat memanfaatkan dan menggunakan pengobatan non farmakologi sehingga lebih minim efek samping yang didapatkan serta biasanya harganya lebih terjangkau dan terkadang obat-obatan non farmakologi banyak tumbuh disekitar rumah.

Hamil. *Journal of Pharmaceutical and Sciences*, 234-239

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih Saya ucapkan untuk Kepala Desa, Kepala Lingkungan beserta bidan desa juga kader di Dusun VII Helvetia yang sangat ramah dan baik serta mendukung jalannya PKM ini sehingga PKM dapat berlangsung dengan baik.

6. REFERENSI

- Kuswanti I. Asuhan Kebidanan. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2014.
- Sukarni I, Margareth Z. Kehamilan, Persalinan dan Nifas. Yogyakarta: Nuha Medika; 2017.
- Arantika, Fatimah. Patologi Kehamilan (Memahami Berbagai Penyakit dan Komplikasi Kehamilan). Yogyakarta: Pustaka Baru Press; 2019.
- Kurniasih. Khasiat dan Manfaat Daun Kelor. Yogyakarta: Pustaka Baru Press; 2019.
- Budi US. Budidaya Rosela Herbal. Malang: Balai Penelitian Tanaman Pemanis dan Serat; 2019.
- Agustina, W., Harahap, H. P., Oktafirananda, Y., & Sembiring, E. R. B. (2023). Efektivitas Jelly Buah Bit terhadap Kadar Hemoglobin Ibu

