

# MODUL

## MANFAAT PENGGUNAAN TABLET FE BAGI IBU HAMIL

Disusun oleh :

**Triwanti, S.SiT.,M.Kes**

**Tri Maghfiroh, S.ST.,M.Kes**



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga kami dapat menyelesaikan penyusunan buku Modul Manfaat Pengguna Tablet Fe bagi Ibu Hamil . Buku ini disusun sebagai pedoman bagi peneliti dalam melakukan kegiatan penelitian dan Pengabdian masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Sindang Barang Bogor. Pada kesempatan ini kami mengucapkan terima kasih yang tulus kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian buku ini, yang telah memfasilitasi penelitian ini serta berbagai pihak . Barakallah wa jazakallahu khairan. Kami berharap program ini dapat dimanfaatkan oleh masyarakat agar dapat menambah wawasan terhadap berbagai manfaat penggunaan Tablet Fe terhadap ibu hamil. . Kami menyadari bahwa buku ini masih belum sempurna, saran dari pembaca sebagai perbaikan kami nantikan

Bogor, Januari 2020

Penulis

# DAFTAR ISI

Kata Pengantar

Daftar Isi

A. Kegunaan Tablet FE Bagi Ibu Hamil

B. Tujuan

C. Sasaran

D. Tahapan

Tahap 1 :

Tahap 2 :

Tahap 3 :

Tahap 4 :

## A. Manfaat Tablet Fe Bagi Ibu Hamil

### 1. Deskripsi

Masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Lamanya hamil normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari hari pertama haid terakhir, pada ibu hamil sering mengalami perubahan peredaran darah sehingga menyebabkan terjadinya anemia dalam kehamilan (Kusumawardani, 2010). Kebutuhan zat besi meningkat, zat besi dalam bentuk  $Fe^{2+}$  dalam hemoglobin memberikan warna merah pada darah. Pada wanita hamil akan mengalami perubahan penambahan sel darah yang tidak seimbang dengan peningkatan volume darah sehingga terjadi hemodilusi. Hemodilusi menyebabkan berkurangnya jumlah sel darah merah atau jumlah hemoglobin dalam sel darah merah, sehingga darah tidak dapat mengangkut oksigen dalam jumlah sesuai yang diperlukan tubuh. Untuk menanggulangi masalah anemia pada ibu hamil, maka ibu hamil di berikan tablet Fe minimal 90 tablet selama kehamilan, dan hal inipun merupakan salah satu penerapan standar operasional dalam pelayanan ibu hamil.

Tablet Fe (besi) adalah zat besi yang diperlukan untuk pembentukan darah, dalam bentuk tablet yang berisi 60 mg zat besi dan 500 mikrogram asam folat berwarna merah untuk mengatasi dan mencegah kurang darah atau anemia.

Dampak dari kekurangan zat besi pada ibu hamil akan mengakibatkan anemia pada ibu hamil, sehingga akan meningkatkan resiko kesakitan dan kematian pada janin, dan meningkatkan resiko terjadinya Berat Bayi Lahir Rendah dan dapat menjadi penyebab

kematian pada ibu yaitu terjadinya Perdarahan Postpartum serta terjadinya Plasenta Previa pada ibu.

Batas Normal Hb pada Ibu hamil adalah 11 gr/dl. Pemberian terapi zat besi oral tidak boleh dihentikan setelah hemoglobin mencapai nilai normal, tetapi harus dilanjutkan selama 2-3 bulan lagi setelah post partum untuk memperbaiki cadangan besi.

Pada masa kehamilan kebutuhan zat besi harus meningkat dikarenakan untuk memasok kebutuhan janin untuk bertumbuh (pertumbuhan janin memerlukan banyak sekali zat besi), Pertumbuhan plasenta dan peningkatan volume darah pada ibu.

Suplemen zat besi yang disarankan WHO adalah 30 - 60 mg untuk ibu yang memiliki cadangan zat besi dalam tubuhnya, dan 120 - 240 mg perhari untuk ibu yang tidak memiliki cadangan zat besi.(satu tablet mengandung 60 mg Fe dan 200  $\mu$ g asam folat) yang dimakan selama paruh kedua kehamilan karena pada saat tersebut kebutuhan akan zat besi sangat tinggi.

yang dapat mempengaruhi Penyerapan zat besi dalam tubuh ibu adalah antara lain zat besi, asam organik, asam fitrat, tanin, tingkat keasaman lambung, faktor intrinsik, dan kebutuhan tubuh

## **2. Kriteria Responden**

Semua ibu hamil yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Sindang Barang Bogor

## **3. Kerangka Kerja**

Dengan cara mengumpulkan masyarakat dan memberikan pengetahuan atau informasi kepada masyarakat terkait manfaat tablet Fe pada ibu hamil dengan cara cerama, dan menggunakan media poster dan Leaflet.

## **B. Tujuan**

Tujuan dalam pemberian informasi Ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu hamil terhadap pentingnya manfaat tablet fe terhadap ibu hamil selama masa kehamilan, sehingga dapat mencegah terjadinya resiko baik pada ibu maupun pada janin yang akan dilahirkan.

## **C. Sasaran**

Sasaran dalam penyuluhan ini adalah, semua ibu hamil serta semua kader-kader kesehatan dan keluarga ibu hamil

## **D. Tahapan.**

### **1. Tahap Persiapan**

- a. Pembuatan Surat Ijin Pengantar dari AKBID Wijaya Husada Bogor ke Puskesmas Sindang Barang Bogor
- b. Membuat infoment consent untuk
- c. Mengurus surat izin dari Dinas Kesehatan Kota Bogor, Puskesmas Sindang Barang Bogor

d. Membuat buku Model Manfaat Tablet Fe Bagi Ibu Hamil

e. Membuat Poster dan Laeflat untuk Penyuluhan

## **2. Pelaksanaan Penyuluhan**

### **a. Tujuan Penyuluhan**

Menyampaikan dan meningkatkan Pengetahuan , dan sikap masyarakat terutaman pada ibu hamil terhadap manfaat tablet Fe dalam masa kehamilan sehingga ibu dapat mencegah terjadinya resiko terhadap janin maupun ibu.

### **b. Hasil yang Diharapkan**

1. Peserta mampu memahami manfaat dari Tablet Fe
2. Peserta diharapkan rutin untuk mengkonsumsi tablet fe setelah diberikan penyuluhan

### **c. Metode Penyuluhan**

Ceramah, diskusi, tanya jawab

### **d. Alat dan Bahan**

1. LCD

2. Poster

3. Leaflet

4. Buku dan pulpen

**e. Proses Kegiatan Penyuluhan**

Tabel 1

No	Penyuluh	Peserta
1.	<p>Pembukaan</p> <p>a. Mengucapkan Salam</p> <p>b. Memperkenalkan diri</p> <p>c. Menjelaskan tujuan Penyuluhan</p> <p>d. Menjelaskan waktu penyuluhan</p>	<p>Menjawab salam</p> <p>Memperkenalkan diri</p> <p>Mendengarkan</p> <p>Menyepakati waktu</p>
2.	<p>Penyampaian Materi</p> <p>a. Menggali pengetahuan ibu hamil tentang tablet Fe</p> <p>b. Menjelaskan materi berdasarkan modul Penyuluhan</p> <p>c. Memberikan</p>	<p>Menyampaikan pendapat</p> <p>Mendengarkan dan memperhatikan</p>



	<p>kesempatan pada peserta untuk bertanya</p> <p>d. Memberi tanggapan dan jawaban</p> <p>e. Merangkum materi</p>	<p>Menanyakan hal-hal yang belum mengerti</p> <p>mendengarkan</p>
3	<p>Evaluasi</p> <p>a. Menanyakan kembali kepada peserta tentang apa yang telah disampaikan</p> <p>b. Menanyakan kepada peserta secara mandiri tentang tablet Fe</p>	<p>Menjawab pertanyaan mengungkapkan perasaan</p>
4.	<p>Penutup</p> <p>a. Membuat Tindak lanjut Penyuluhan</p> <p>b. Mengucapkan salam</p>	<p>Menyepakati rencana tindak lanjut</p> <p>Menjawab salam</p>

**f. Materi Penyuluhan**

Penyuluhan dilakukan satu kali di masing-Masing Daerah Wilayah Kerja Sindang Barang Kota Bogor

**Tabel 2.**

<b>Hari / Tanggal</b>	<b>Materi</b>	<b>Matode</b>	<b>Nara Sumber</b>
	1. Pembukaan 2. Perkenalan dan Pencairan		Tim Penyuluh
	3. Modul Manfaat Tablet Fe bagi Ibu Hamil 4. Poster Tablet Fe 5. Leaflet Tablet Fe	Ceramah. Diskusi Tanya Jawab	Tim Peneliti
	Penutup		Tim Peneliti

**Tahap 3 : Alokasi Waktu**

**Tabel 3 : Alokasi Waktu**

<b>Kegiatan</b>	<b>Waktu</b>	<b>Uraian</b>
Pembukaan	10 Menit	a. Mengucapkan Salam b. Memperkenalkan Diri c. Menjelaskan Tujuan dan Waktu Pertemuan
Pelaksanaan	40 Menit	a. Menjelaskan Tentang Kegiatan yang akan dilakukan b. Menyampaikan materi c. Melakukan tanya Jawab
Penutup	10 Menit	a. Melakukan Evaluasi terhadap Kegiatan Penyuluhan b. Merencanakan tindak lanjut kegiatan c. Mengucapkan salam d. Mencatat seluruh rangkuman kegiatan

**Tahap 4 : Evaluasi**

Evaluasi yang dilakukan untuk melihat seberapa paham dan mengertinya peserta mengenai manfaat dari tablet Fe bagi

ibu hamil, dan peserta atau ibu hamil dapat mengkonsumsi tablet penambah dara atau tablet Fe selama masa kehamilan sehingga dapat menghindari terjadinya resiko pada ibu maupun pada janin