

Laporan Pengabdian Kepada Masyarakat Tentang Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Manfaat Kalsium Pada Ibu Hamil Di Desa Perkebunan Simarpinggian Kecamatan Angkola Selatan Kabupaten Tapanuli Selatan Tahun 2023

Author:
Efrida Yanti¹

Affiliation:
Institut Teknologi dan Kesehatan
Sumatera Utara¹

Corresponding email
efridayanti44@yahoo.com



This is an Creative Commons
License This work is licensed under a
Creative Commons Attribution-
NonCommercial 4.0 International License

Abstrak:

Peningkatan pengetahuan ibu hamil untuk mengetahui manfaat kalsium pada ibu hamil. Ibu hamil perlu mengetahui ataupun memiliki pemahaman yang mendalam tentang manfaat kalsium selama masa kehamilan untuk menghindari komplikasi selama masa kehamilan. Oleh karena itu, pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan Pengetahuan ibu nhakil tentang manfaat kalsium pada ibu hamil di Desa Perkebunan Simarpinggian Kecamatan Angkola Selatan Kabupaten Tapanuli Selatan Tahun 2023.

Kata kunci: Pengetahuan, ibu hamil, kalsium

Pendahuluan

Masa Kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari *spermatozoa* dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan menurut kalender internasional. Kehamilan terbagi menjadi 3 trimester, dimana trimester satu berlangsung dalam 12 minggu, trimester 2 minggu (minggu ke-13 hingga ke-28), dan trimester ketiga 3 minggu, minggu ke-28 hingga ke-40, (Walyani, 2019).

Kalsium merupakan metabolisme selama kehamilan, kadar kalsium dalam darah ibu hamil susut sampai 5% ketimbang wanita yang tidak hamil. Secara kumulatif, janin menimbun kalsium sebanyak 30 gram, dengan kecepatan 7,110, dan 300 mg masing-masing ada trimester I, II, III (Arisman, 2010)

Angka kejadian kasus kurangnya kalsium di Amerika menyebabkan kan pertumbuhan janin tidak sempurna, setiap Tahun kasus kurangnya kalsium di Amerika meningkat sekitar 25 orang ibu hamil sedangkan Tahun lalu masih sekitar 15 orang ibu hamil. Menurut WHO di Amerika tercatat 110 juta orang ibu hamil yang menderita kurangnya kalsium, mengakibatkan kan patah tulang janin tidak sempurna dan ibu meninggal (Anonim,1).

Pengabdian ini akan melibatkan serangkaian kegiatan penyuluhan, dan peningkatan pengetahuan ibu hamil ataupun pendekatan praktis. Ibu hamil akan diberikan pengetahuan tentang manfaat kalsium pada ibu selama kehamilan dan yang diperlukan dalam aspek-aspek penyuluhan yaitu meliputi perencanaan, penyuluhan langsung terhadap ibu hamil.

Pada akhir pengabdian, diharapkan Ibum hamil memiliki pemahaman yang lebih baik tentang tentang manfaat kalsium terhadap ibu hamil

Dan mengembangkan pemahaman untuk beradaptasi dengan perubahan yang terjadi dalam masa kehamilan berlangsung.

Hasil dari pengabdian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif bagi Ibu hamil yang terlibat. Penyaji akan dapat menerapkan pengetahuan yang mereka peroleh dalam peran sebagai ibu hamil dan akan mendapatkan manfaat dari adanya penyuluhan tentang manfaat kalsium terhadap ibu hamil.

Bila asupan kalsium kurang, janin akan mengambil kalsium dari tulang ibunya sehingga membuat sang ibu rawan terkena *osteoporosis*. Gangguan kesehatan yang mungkin di alami ibu yang kekurangan kalsium selama hamil, ibu juga akan mengalami kram selama kehamilan, pertumbuhan janin tidak sempurna, pertumbuhan bayi terganggu (Anonim, 2010).

Kalsium sangat penting bagi perkembangan dan pemeliharaan rangka tubuh, untuk fungsi sel syaraf dan otot, penggumpalan darah dan fungsi seluler lainnya. Kebutuhan kalsium meningkat selama kehamilan, terutama trimester akhir. Jika ibu hamil kekurangan vitamin D maka akan terjadi kekurangan kalsium dalam darah (Muliarini, 2010).

Kekurangan kalsium dapat menimbulkan efek, apalagi kekurangannya sangat banyak. Kekurangan kalsium selama kehamilan menyebabkan bayi lahir dengan kondisi tulang tidak sempurna dan tidak normal atau keropos.

Jika ibu hamil kekurangan kalsium dapat di deteksi terkena osteoporosis yang menyebabkan rasa sakit yang cukup besar, penurunan kualitas hidup dan kecacatan. Sampai 30% ibu hamil yang menderita patah tulang.

1. Umur

Dengan bertambahnya umur seseorang akan mengalami perubahan aspek fisik dan psikologis (mental). Secara garis besar, pertumbuhan yaitu peruhan ukuran, perubahan proporsi, hilangnya ciri-ciri lama, dan timbulnya ciri-ciri baru. Perubahan ini terjadi karena pematangan fungsi organ. pada aspek psikologis atau mental, taraf berfikir seseorang menjadi semakin matang dan dewasa (Satria, 2008).

2. Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang seseorang kepada orang lain terhadap suatu hal agar mereka dapat memahami. Tidak dapat di pungkiri bahwa makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya makin banyak pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya. Sebaiknya, jika seseorang tingkat pendidikannya rendah, akan seseorang menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan, informasi dan lain-lain yang baru di perkenalkan (Satria, 2008).

1. SD (Sekolah Dasar)
2. SMP (Sekolah Menengah Pertama)
3. SMA (Sekolah Menengah Atas)
4. Perguruan Tinggi.

3. Pekerjaan

Lingkungan pekerjaan dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung (Satria, 2008).

1. IRT
2. Petani
3. Wiraswasta
4. PNS

4. sumber Informasi

Kemudahan memperoleh informasi dapat membantu mempercepat seseorang untuk memperoleh untuk memperoleh pengetahuan yang baru (Satria, 2008).

Macam-macam jenis sumber informasi antara lain:

1. Media Elektronik (radio, internet, video)
2. Media Cetak (majala, poster, spanduk)
3. Petugas kesehatan (Dokter, Bidan, Perawat)

Hasil

Hasil dan pembahasan penyuluhan tentang pengetahuan yang mempengaruhi manfaat kalsium terhadap ibu hamil. Berikut adalah beberapa hasil dan pembahasan yang dapat dicapai:

1. Peningkatan Pengetahuan ibu hamil
2. Pemahaman yang Mendalam tentang manfaat kalsium terhadap ibu hamil
3. Cara mengetahui atau deteksi dini kekurangan kalsium terhadap ibu hamil

Pembahasan

1. Berdasarkan umur dari 20 responden mayoritas berumur 20-25 tahun sebanyak 16 orang (80%), dan Minoritas berumur 26-30 tahun sebanyak 4 orang (20%).
2. Berdasarkan pendidikan dari 20 responden mayoritas berpendidikan Perguruan Tinggi sebanyak 6 orang (35%), dan Minoritas berpendidikan SD sebanyak 4 orang (20%).
3. Berdasarkan Pekerjaan dari 20 responden, mayoritas responden yang bekerja sebagai IRT sebanyak 8 orang (40%), dan minoritas bekerja sebagai petani sebanyak 3 orang (15%).
4. Berdasarkan sumber informasi dari 20 responden, mayoritas memperoleh sumber informasi dari petugas kesehatan sebanyak 11 orang (55%), dan minoritas sumber informasi dari media cetak sebanyak 3 orang (15%).

Kesimpulan

Peningkatan Pengetahuan Ibu hamil tentang manfaat kalsium, Hamil Tentang Manfaat Kalsium Pada Ibu Hamil Di Desa Perkebunan Simarpinggian Kecamatan Angkola Selatan Kabupaten Tapanuli Selatan Tahun 2023, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut yang mempengaruhi pengetahuan ibu hamil tentang manfaat kalsium terhadap ibu hamil adalah Berdasarkan umur, Pendidikan, pekerjaan dan sumber informasi.

Referensi

- Anwar, Mochamad, M. S (2011). *Imu Kandungan*. Jakarta : P.T Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Asdi Mahabrata.
- Baradero Mary, S.M. dkk. (2007). *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : Mulia Media.
- Fauziah, Yulia, S. K. (2012). *Infertilitas dan Gangguan Alat Reproduksi Wanita*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Manuaba, Ida Ayu Chandranita, S. dkk, (2009). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : Kedokteran EGC.
- Muhammad, As'adi, (2011). *Tips Jitu Bisa Hamil Mudah, Praktis, dan Akurat*. Jogjakarta : Bukubiru.
- Notoadmodjo, S, (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.