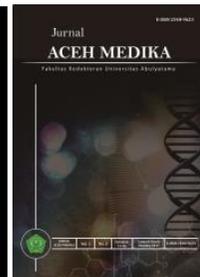


Available online @www.jurnal.abulyatama.ac/acehmedika
ISSN 2548-9623 (Online)

Universitas Abulyatama Jurnal Aceh Medika



PENTINGNYA PEMBERIAN VITAMIN A PADA IBU NIFAS DIDESA LUBUK SUKON KECAMATAN INGIN JAYA KABUPATEN ACEH BESAR

Muhammad Daud

¹⁾ Keperawatan, Universitas Abulyatama, Jl. Blangbintang Lama, Aceh Besar, Indonesia.

*Email korespondensi: muhammad_daud@abulyatama.ac.id¹

Diterima 7 Januari 2019; Disetujui 16 April 2019; Dipublikasi 31 April 2019

Abstract: Health promotion plays an important role in community empowerment to increase people's demand for vitamin A supplementation both in the months of February and August for vitamin A capsules as well as in cases of illness under five (measles, diarrhea, helminthiasis and malnutrition). Lecture and question and answer activities are carried out to provide understanding to the public about immunization. This material will be provided by the lecturer of the Diploma Three Nursing Study Program, Faculty of Medicine, Abulayatama University. The target audience for this activity were all women in Lubuk Sukon Village, Want Jaya District, Aceh Besar District.

Keywords: Vitamin A, Postpartum Mother.

Abstrak: Promosi kesehatan berperan penting dalam pemberdayaan masyarakat untuk meningkatkan demand masyarakat dalam memperoleh suplementasi vitamin A baik pada bulan kapsul vitamin A Februari dan Agustus maupun pada keadaan Balita sakit (campak, diare, kecacingan dan gizi buruk). Kegiatan ceramah dan tanya jawab dilakukan untuk memberikan pemahaman pada masyarakat tentang imunisasi. Materi ini akan diberikan oleh dosen Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Abulayatama. Khalayak yang dijadikan sasaran kegiatan ini adalah seluruh ibu-ibu di Desa Lubuk Sukon Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar.

Kata kunci : Vitamin A, Ibu Nifas.

Berdasarkan Riskesdas tahun 2013 data cakupan pemberian suplementasi vitamin A pada anak 12-59 sebesar 75,5%, sedangkan The Lancet Series, Maternal and Child Nutrition, 2013 merekomendasikan cakupan harus lebih dari 90% agar efektifitas program optimal. Untuk meningkatkan permintaan demand

masyarakat terhadap suplementasi vitamin A diperlukan intensifikasi pemberdayaan masyarakat. Pemberian kapsul vitamin A merupakan salah satu indikator keberhasilan gerakan 1000 hari pertama kehidupan sehingga perlu diimplementasikan dengan baik agar cakupan pemberian mencapai

target seperti yang direkomendasikan Lancet seperti yang disebut di atas.

Program suplementasi vitamin A ini sudah terintegrasi dalam Manajemen Terpadu Balita Sakit (MTBS) meliputi penanggulangan kecacingan pada Balita, tatalaksana diare, tatalaksana anak gizi buruk dan campak serta imunisasi.

Promosi kesehatan berperan penting dalam pemberdayaan masyarakat untuk meningkatkan demand masyarakat dalam memperoleh suplementasi vitamin A baik pada bulan kapsul vitamin A Februari dan Agustus maupun pada keadaan Balita sakit (campak, diare, kecacingan dan gizi buruk).

Rekomendasi WHO 2011, yang menganjurkan negara tidak lagi melakukan intervensi pemberian suplementasi vitamin A pada Ibu Nifas belum dapat diimplementasikan di Indonesia karena masih banyak kelompok rentan ekonomi yang masih membutuhkan suplementasi vitamin A karena mereka belum mampu membeli makanan yang kaya protein dan zat gizi mikro. Pada saat ini pemerintah sedang menerapkan Permenkes no 41 tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang dengan tujuan agar masyarakat mendapatkan pendidikan gizi untuk mengonsumsi makanan dengan kuantitas dan kualitas sesuai kelompok umur. Dengan demikian jika masyarakat sudah menerapkan pola gizi seimbang dengan baik, dalam jangka panjang suplementasi vitamin A dapat dikurangi secara bertahap. Beberapa makanan yang dikonsumsi masyarakat

banyak yang sudah difortifikasi vitamin A seperti tepung terigu, minyak goreng, biskuit dan mentega.

Vitamin A adalah suatu vitamin yang berfungsi dalam sistem penglihatan, fungsi pembentukan kekebalan dan fungsi reproduksi. Vitamin A perlu diberikan dan penting bagi ibu selama dalam masa nifas. Pemberian kapsul vitamin A bagi ibu nifas dapat menaikkan jumlah kandungan vitamin A dalam ASI, sehingga pemberian kapsul vitamin A (200.000 unit) pada ibu nifas sangatlah penting, selain bermanfaat bagi ibu kapsul vitamin A juga bermanfaat pada bayi, karena pada masa nifas ibu menyusui bayinya sehingga secara tidak langsung bayi pun juga memperolehnya.

Dalam rangka meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu-ibu, maka perlu dilakukan penyuluhan kesehatan tentang pentingnya pemberian Vitamin A pada ibu Nifas di Desa Lubuk Sukon Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar.

KAJIAN PUSTAKA

Vitamin A adalah suatu vitamin yang berfungsi dalam sistem penglihatan, fungsi pembentukan kekebalan dan fungsi reproduksi. Vitamin A perlu diberikan dan penting bagi ibu selama dalam masa nifas. Pemberian kapsul vitamin A bagi ibu nifas dapat menaikkan jumlah kandungan vitamin A dalam ASI, sehingga pemberian kapsul vitamin A (200.000 unit) pada ibu nifas sangatlah penting, selain bermanfaat

bagi ibu kapsul vitamin A juga bermanfaat pada bayi, karena pada masa nifas ibu menyusui bayinya sehingga secara tidak langsung bayi pun juga memperolehnya.

Manfaat vitamin A selain untuk meningkatkan daya tahan tubuh dapat juga meningkatkan kelangsungan hidup anak serta membantu pemulihan kesehatan ibu nifas yang erat kaitanya dengan anemia dan mengurangi resiko buta senja pada ibu menyusui ini sering terjadi karena kurang vitamin A. Pada ibu menyusui berisiko mengalami kekurangan vitamin A (KVA) karena pada masa tersebut ibu membutuhkan vitamin A yang tinggi untuk produksi ASI bagi bayinya. Status gizi dan kesehatan pada ibu hamil sangatlah penting, karena sering kali status gizi opada ibu menyusui terabaikan terlebih pada keluarga yang ekonominya menengah kebawah, hal ini menunjukkan bahwa KVA merupakan masalah potensial bagi ibu serta bayi yang disusunya.

Cara mengatasi kekurangan vitamin A (KVA) pada ibu menyusui: Hal ini dapat ditanggulangi dengan berbagai cara, seperti peningkatan dan ketersediaan konsumsi makanan yang mengandung vitamin A melalui lingkungan sekitar (pemanfaatan pekarangan), serta dengan suplementasi. Ada pun beberapa sumber makanan yang mengandung vitamin A yang bisa dikonsumsi masyarakat yang mudah didapatkan seperti telur, hati, buah-buahan yang berwarna orange seperti buah mangga

masak, papaya masak, ada juga sayuran berdaun hijau seperti bayam.

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan vitamin A yaitu dengan menggalakkan promosi sumber makanan tersebut. Selain itu juga dapat melibatkan kader-kader desa untuk memberikan penyuluhan mengenai asupan vitamin A. Karena di Indonesia masi banyak ibu yang melahirkan di rumah pemberian tablet vitamin A dapat juga diberikan oleh kader atau bidan desa saat melakukan kunjungan rumah. Dengan pemberian kapsul vitamin A pada ibu setelah melahirkan dapat meningkatkan kualitas vitamin A dan jumlah kandungan vitamin A tersebut dalam ASI.

Manfaat dari pemberian tablet vitamin A: Kualitas vitamin A yang terkandung dalam ASI sangat tergantung pada status kesehatan gizi ibu. Pemberian tablet vitamin A dosis rendah setiap minggunya sebelum masa kehamilan, saat masa kehalan dan setelah melahirkan dapat menaikkan kualitas kesehatan ibu yang dapat menurunkan penyakit rabu senja, serta menurunkan mortalitas yang berkaitan dengan anemia yang sering terjadi.

Pemberian kapsul vitamin A pada ibu nifas sangat berpengaruh untuk meningkatkan kualitas vitamin A pada bayi, karena ASI yang diberikan merupakan sumber utama vitamin A pada bayi pada enam bulan pertama kehidupan Pemberian tablet vitamin A pertama dilakukan segera setelah melahirkan tablet kedua diberikan

sedikitnya satu hari setelah pemberian tablet pertama dan tidak lebih dari 6 minggu kemudian.

Tanda-tanda awal kekurangan vitamin A:

1. Penglihatan berkurang pada malam hari (rabun senja)
2. Kulit kering
3. Meningkatnya risiko infeksi (menuju ke gejala kanker)
4. Kekurangan vitamin A yang dapat menyebabkan kebutaan yang parah

Judul Sub Bab

Penyuluhan kesehatan tentang vitamin A untuk ibu nifas

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan kesehatan tentang vitamin A untuk ibu nifas

Kegiatan penyuluhan kesehatan ini dilaksanakan dalam bentuk ceramah dan tanya jawab terprogram. Rincian kegiatan dapat dilihat dalam tabel 3.1 di bawah ini.

Tabel 3.1 Rincian Kegiatan penyuluhan kesehatan pada masyarakat

| Pertemuan ke 1 | Kegiatan |
|----------------|--|
| | Penyuluhan kesehatan tentang vitamin A untuk ibu nifas |
| | Ceramah dan tanya jawab tentang manfaat dan jadwal pemberian vitamin A untuk ibu nifas |

Untuk dapat memahami tentang imunisasi, ibu-ibu Desa Lubuk Sukon

Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar berperan sebagai peserta penyuluhan. Pada kegiatan ini terdapat tiga orang yang bertugas dalam kegiatan ini yang terdiri dari: Muhammad Daud, S.KM, M.Si sebagai ketua sekaligus pemateri penyuluhan, Ns.Irma Andriani, M.Kes sebagai team penyuluh dan Iin marlini (mahasiswa) sebagai anggota.

Kegiatan ceramah dan tanya jawab berjalan lancar dengan suasana kondusif, masyarakat dengan lugasnya menjawab pertanyaan dari pemateri, sekali-kali disertai dengan guyon sehingga suasana benar-benar kondusif.

Hasil pemberian pendidikan kesehatan dan pengetahuan tentang vitamin A untuk ibu nifas yang dilanjutkan dengan adanya tanya jawab kepada ibu-ibu oleh pemateri, secara umum dapat diidentifikasi bahwa pengetahuan masyarakat tentang vitamin A untuk ibu nifas belum begitu maksimal terutama tentang manfaat dan jadwal dari vitamin A untuk ibu nifas, namun ada beberapa ibu-ibu yang sudah mengerti

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Beberapa hal yang dapat disimpulkan dari hasil kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat, sebagai berikut :

- a. Pemahaman ibu-ibu di Desa Lubuk Sukon Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar dapat meningkat melalui penyuluhan tentang manfaat pemberian vitamin A untuk ibu nifas.

- b. Pemahaman ibu-ibu di Desa Lubuk Sukon Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar dapat meningkat melalui penyuluhan tentang jadwal pemberian vitamin A untuk ibu nifas.

Sungai Kuyit Laut Kecamatan Sungai Kuyit Kabupaten Pontianak. J.Iprekas:53-61

Lawrence, R, P. Tripathi, E Jeyakumar, 2009, Isolation, Purification And Evaluation of Antibacterial Agents from Aloe vera, Brazilian Journal of Microbiology, 40, 906-915.

Saran

Hal yang dapat disarankan dari hasil kegiatan ini yaitu pemberian atau tambahan ilmu pengetahuan tentang imunisasi agar dilaksanakan pada tiap-tiap kegiatan posyandu yang diadakan didesa sehingga lebih terarah dan dapat lebih maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Aroni, H. 2012. Pentingnya Vitamin A pada Ibu Nifas. Artikel Ilmiah. Poltekkes Kemenkes Malang. Malang.
- Hasanah, U. 2009, Pemanfaatan Gel Lidah Buaya sebagai Edible Coating untuk Memperpanjang Umur Simpan Paprika (*Capsicum annum*), Skripsi, Institut Pertanian Bogor, Bogor <https://www.pertanianku.com/lidah-buaya-bisa-jadi-pengawet-buah-dan-sayur/>. Diakses [Online] pada April 2018.
- Ismanto, H. 2015. Pengolahan Tanpa Limbah Tanaman Pisang. Laboratorium Pengolahan Hasil Pertanian. Balai Besar Pelatihan Pertanian. Batangkaluku.
- Jessica, A.K, Linawati, 2016. Efek Pemberian Jus Buah Pisang Ambon (*Musa Paradisiaca* Var. *Sapientum* (L.) Kunt.) Terhadap Kadar Glukosa Darah Tikus Jantan Galur Wistar Yang Terbebani Glukosa. Fakultas Farmasi, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.
- Komaryati dan S Adi, 2012. Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Adopsi Teknologi Budidaya Pisang Kepok (*Musa paradisiaca*) di Desa