

PEMANFAATAN BUAH PISANG SEBAGAI TERAPI NON FARMAKOLOGIS DAN KEARIFAN LOKAL DALAM UPAYAH PENCEGAHAN PREEKLAMPSIA KEHAMILAN

Sendy Firza Novilia Tono¹, Devi Aprilia², Intiyaswati³

^{1,2}Prodi DIII Kebidanan, STIKES William Booth Surabaya. Jl. Cimanuk No.20 Surabaya

Email : sendyfirza@gmail.com

ABSTRAK

Kematian ibu di Indonesia masih didominasi oleh tiga penyebab utama yaitu perdarahan, hipertensi dalam kehamilan (HDK), dan infeksi. Preeklampsia dan eklampsia merupakan penyebab utama mortalitas dan morbiditas ibu dan bayi. Insiden pre-eklampsia adalah 7-10% dari kehamilan dan merupakan penyebab kematian ibu nomor dua di Indonesia. Dalam penatalaksanaan preeklampsia upaya yang dilakukan berupa upaya nonfarmakologis (memodifikasi gaya hidup melalui pendidikan kesehatan) dengan memanfaatkan buah pisang sebagai upaya terapi nonfarmakologis dalam pencegahan pre-eklampsia. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan kepada masyarakat. Pelaksanaan kegiatan ini berupa penyuluhan dan edukasi cara mengonsumsi dan memadukan dengan gaya hidup berolahraga. Penyuluhan dilakukan dengan memberikan materi seputar preeklampsia dan bahayanya dan penatalaksanaannya. Penilaian untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta dilakukan sebanyak 2 kali, yaitu dilakukan pre-test dan post-test. Hasil dari kegiatan pengabdian ini didapatkan bahwa saat pre-test sekitar 75% ibu hamil mengetahui tentang pre-eklampsia dan bahayanya. Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan, terjadi peningkatan secara signifikan tingkat pengetahuan Sebagian besar bidan menjadi 100%.

Kata Kunci : Pre-eklampsia, Kehamilan, Buah Pisang.

ABSTRACT

Maternal mortality in Indonesia is still dominated by three main causes, namely bleeding, hypertension in pregnancy (HDK), and infection. Preeclampsia and eclampsia are the main causes of maternal and infant mortality and morbidity. The incidence of preeclampsia is 7-10% of pregnancies and is the second leading cause of maternal death in Indonesia. In the management of pre-eclampsia, efforts are made in the form of non-pharmacological efforts (modifying lifestyle through health education) by utilizing bananas as a non-pharmacological therapeutic effort in preventing pre-eclampsia. The purpose of this service activity is to increase health knowledge to the community. The implementation of this activity is in the form of counseling and education on how to consume and combine it with a sports lifestyle. Counseling is done by providing material about preeclampsia and its dangers and management. Assessment to determine the level of knowledge of participants was carried out 2 times, namely pre-test and post-test. The results of this service activity found that during the pre-test around 75% of pregnant women knew about preeclampsia and its dangers. After the health education was carried out, there was a significant increase in the knowledge level of the majority of midwives to 100%.

Keywords: *Preeclampsia, Pregnancy, Bananas.*

PENDAHULUAN

Kematian ibu di Indonesia masih didominasi oleh tiga penyebab utama yaitu perdarahan, hipertensi dalam kehamilan (HDK), dan infeksi. Preeklampsia dan eklampsia merupakan penyebab utama mortalitas dan morbiditas ibu dan bayi. Insiden preeklampsia adalah 7-10% dari kehamilan dan merupakan penyebab kematian ibu nomor dua di Indonesia. Preeklampsia juga dapat menyebabkan gangguan perubahan janin dan kematian janin dalam kandungan. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan kasus preeklampsia tujuh kali lebih tinggi di negara berkembang daripada di negara maju. Prevalensi preeklampsia di negara maju adalah 1.3-6%, sedangkan di Negara berkembang adalah 1.8-18%. Insiden preeklampsia di Indonesia sendiri adalah 128.273/tahun atau sekitar 5.3%. Kematian ibu di Indonesia pada tahun 2013 disebabkan oleh HDK (preeklampsia dan eklampsia) sebesar 27.1%.^{1,2}

Preeklampsia adalah hipertensi yang timbul setelah 20 minggu kehamilan disertai dengan proteinuria. Preeklampsia itu sendiri menjadi faktor risiko terjadinya komplikasi pada ibu dan bayi. Komplikasinya adalah eklampsia, edema paru, abrupsi plasenta, oligohidramnion dan dapat menyebabkan kematian ibu. Dampak jangka panjang juga dapat terjadi pada bayi yang dilahirkan dari ibu dengan preeklampsia, seperti berat

badan lahir rendah akibat persalinan prematur atau mengalami pertumbuhan janin terhambat, *fetal distress*, serta turut menyumbangkan besarnya angka morbiditas dan mortalitas perinatal.^{2,3}

Angka kejadian preeklampsia/eklampsia di Surabaya merupakan terbanyak dibandingkan kasus lainnya yaitu tahun 2018 terdapat 396 kasus (27.7%) dan tahun 2019 dengan 250 kasus (31%). Penanganan preeklampsia dan kualitasnya di Indonesia masih beragam di antara praktisi dan rumah sakit. Pemberi layanan kesehatan sebaiknya meningkatkan pengetahuan sehingga pelayanan kesehatan dapat ditingkatkan. Ibu hamil merupakan seseorang yang rentan terjadi preeklampsia khususnya pada usia >20 minggu. Layanan pemeriksaan kehamilan yang diberikan berupa pemeriksaan rutin kehamilan dan skrining kehamilan risiko tinggi diantaranya adalah preeklampsia. Pemeriksaan dini preeklampsia berupa pemeriksaan tekanan darah dan proteinuria. Penanganan berupa rujukan ke layanan sekunder bila terdapat komplikasi disertai edukasi kepada ibu hamil dan ibu hamil.^{3,4}

Uraian latar belakang di atas menunjukkan masih besarnya masalah preeklampsia yang menyebabkan komplikasi pada ibu dan janin. Penatalaksanaan preeklampsia dilakukan sebagai upaya pengurangan risiko

morbiditas dan mortalitas. Dalam penatalaksanaan preeklampsia upaya yang dilakukan berupa upaya nonfarmakologis (memodifikasi gaya hidup melalui pendidikan kesehatan) dan farmakologis (obat-obatan).⁴

HASIL DAN PEMBAHASAN

Selama kegiatan pengabdian masyarakat yang menjadi tujuan dan hasil kegiatan ini adalah ibu hamil dapat mengetahui dan memahami tentang bagaimana memanfaatkan pisang dan melakukan olahraga ringan seperti GEMPORAMIL (Gerakan makan pisang dan olahraga ibu hamil)

Hasil kegiatan ini semua peserta berperan aktif dalam mengikuti semua kegiatan dan sangat antusias mulai awal kegiatan hingga akhir kegiatan. Pada kegiatan ini diberikan pre dan post test untuk mengetahui tingkat pengetahuan Ibu hamil. Harapannya adalah setelah kegiatan ini selesai tiap ibu hamil dapat mengikuti gerakan-gerakan senam relaksasi otot progresif di rumah yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil terkait pentingnya melakukan pencegahan hipertensi kehamilan.

Kegiatan ini terdapat fasilitator yang melakukan pendampingan. Pendampingan ini bertujuan untuk memfasilitasi ibu hamil jika merasa terdapat kesulitan dalam mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil pengabdian ini tingkat pengetahuan ibu hamil, pemahaman baru telah terbentuk dan selanjutnya tinggal memantau pelaksanaannya didalam ibu hamil masing-masing.

Salah satu langkah adalah dengan deteksi dini gejala, komplikasi, pencegahan, khususnya pada ibu hamil. Peningkatan kualitas kesehatan perlu dilakukan dengan membangun kesadaran dan peningkatan edukasi serta melakukan kontrol kesehatan secara teratur ke pusat kesehatan terdekat. Penyakit hipertensi ini dapat mempengaruhi kualitas hidup penderitanya. Pencegahan terhadap penyakit hipertensi ini dapat dilakukan sebelum terdiagnosa maupun sesudah terdiagnosa. Pencegahan yang dapat dilakukan dengan meningkatkan kesadaran akan faktor resiko, menjauhi faktor resiko dan melakukan cek kesehatan secara teratur.

Tujuan khusus pengabdian kepada masyarakat ini adalah tercapainya upaya preventif terhadap resiko terjadinya penyakit hipertensi kehamilan dan resiko komplikasi pada masyarakat. Manfaat kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang gejala, komplikasi, pencegahan hipertensi kehamilan. Disamping itu masyarakat dapat mengetahui apakah pasien berisiko mengalami penyakit hipertensi melalui pemeriksaan tekanan darah, indeks massa tubuh, glukosa darah, kadar asam urat dan kolesterol, sehingga masyarakat dapat melakukan upaya promotif, preventif

untuk mencegah komplikasi penyakit dan mengontrol kesehatannya dengan baik.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat terlaksana dengan baik dan berhasil. Ibu hamil yang hadir yang hadir sangat puas dan meminta agar kegiatan penyuluhan kesehatan dapat dilaksanakan secara rutin, karena hal ini sangat membantu ibu hamil untuk menjaga kesehatan.

KESIMPULAN

Berdasarkan Kegiatan pengabdian masyarakat dalam upaya pencegahan hipertensi kehamilan pada ibu hamil dengan mengkonsumsi pisang dan olahraga ringan untuk menstabilkan tekanan darah ibu hamil. selain itu olah raga ringan juga mampu meningkatkan rasa kebugaran, mengatasi insomnia, depresi, kelelahan, iritabilitas, spasme otot, Membangun emosi positif dan emosi negative. Kegiatan ini sangat didukung oleh berbagai pihak dan sangat bermanfaat untuk membudayakan kesehatan ibu hamil dan deteksi dini tanda dan gejala penyakit ibu hamil lainnya.

Manfaat kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang gejala, komplikasi, pencegahan dan manfaatnya.

DAFTAR PUSTAKA

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2017. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Laporan Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Jakarta.

Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. 2017. Profil Kesehatan Provinsi Lampung. Bandar Lampung

Sarwono, Prawirohardjo. 2011. Ilmu Kebidanan. PT. Bina Pustaka. Jakarta

Notoatmodjo. 2012. Promosi kesehatan dan Perilaku kesehatan. Rineka Cipta. Jakarta.

Fenakel K, Fenakel G, Appelman Z, et al. Nifedipine in the treatment of severe preeclampsia. *Obstet Gynecol.* 2018. Mar;77:331-7.

Cunningham. 2015. *Obstetry and Gynecology.* 24th Ed. New York-Philadelphia.

Sofowean S. Preeklampsia – eklampsia di beberapa rumah sakit di Indonesia, patogenesis, dan kemungkinan pencegahannya. 2003. *MOGI*, 27; 141 – 151.

Roberts JM, Redman CW. Preeclampsia: more than pregnancy induced hypertension. *Lancet* 1993;341:1447-51.

Brown M. A. Diagnosis and classification of preeclampsia, hypertensive disorders of pregnancy. 2003; In: Belfort M. A., Thornton S, Saade GR. *Obstet Gynecol.* 2010; 116(116):124–129.