

# PENYULUHAN “PENGUNAAN OBAT YANG AMAN DAN UPAYA PENCEGAHAN GIZI BURUK DALAM KEHAMILAN” DI PUSKESMAS TANJUNG PRIOK

Diana Laila Rahmatillah<sup>1</sup>, Dinda Nugrahan<sup>2</sup>, Dewi Eka Sari<sup>3</sup>, Fanni Aquila Sinurat<sup>4</sup>, Fitriani Kadir<sup>5</sup>, Ma'rifatul Serin Aulia<sup>6</sup>, Maisyarah<sup>8</sup>, Putu Ayu Danung Nigrat<sup>7</sup>, Rama Novianur Saputra<sup>9</sup>, Rauzatul Zannah<sup>10</sup>, Shinta Putri Dewi Angayomi

Program Studi Profesi Apoteker, Universitas 17 Agustus 1945  
Jakarta

## ABSTRAK

Pertumbuhan janin dapat baik sebelum maupun selama persalinan, keadaan gizi ibu berpengaruh. Jika status gizi ibu sebelum dan selama hamil normal, besar kemungkinan ibu akan melahirkan anak yang sehat, berat badan normal, dan lahir cukup bulan. memiliki dampak yang signifikan terhadap kualitas bayi yang baru lahir. Ibu hamil di Indonesia semakin kekurangan gizi setiap tahunnya, dan ini membuat studi untuk membantu pemerintah menemukan solusi untuk masalah ini. Pemerintah tidak pernah menyerah Tetap memperhatikan dan mengawasi kematian bayi dan neonatal menurunnya prevalensi gizi upaya pencegahan Pemerintah harus mengatasi kasus gizi buruk melalui pendistribusian VitaminA

Katakunci: Gizi, Ibu hamil, Penanganan.

## COUNSELING ON "SAFE USE OF MEDICATIONS AND EFFORTS TO PREVENT BAD NUTRITION IN PREGNANCY" AT TANJUNG PRIOK HEALTH CENTER

## ABSTRACT

The development of the fetus can be impacted by the mother's nutritional state both before and during pregnancy. fetus in the process of conception. if the mother's dietary intake is consistent before and during pregnancy, it is expected that she will have a healthy kid in a few months who will be of average weight. In other words, the mother's nutritional status affects the quality of the baby that is born. During and before pregnancy. In Indonesia, there are still many pregnant women who are undernourished. This is what prompts a research for the government to solve this as it continues to rise year after year. problem. The government is still working to lower neonatal and under-five death rates by keeping an eye on and keeping track of the decline in the nutrition's widespread use combating micronutrient deficiencies, and providing pregnant women with iron supplements, vitamin A,

Keywords: Nutrition, pregnant women,  
Handling.

## PENDAHULUAN

Kesehatan ibu hamil dan janin merupakan hal yang sangat penting dalam upaya meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup masyarakat. Selama masa kehamilan, ibu dan janin membutuhkan perhatian khusus untuk memastikan kondisi kesehatan yang optimal. Penggunaan

obat yang aman dan pencegahan gizi buruk adalah dua aspek yang sangat relevan dan krusial dalam konteks kesehatan ibu hamil.

Pada masa kehamilan, wanita sering kali menghadapi kondisi kesehatan yang memerlukan penggunaan obat-obatan tertentu, baik untuk mengatasi penyakit

kronis maupun kondisi akut. Namun, penggunaan obat yang tidak tepat atau tidak aman dapat berisiko pada kesehatan ibu hamil dan janin. Beberapa obat memiliki potensi efek samping atau risiko teratogenik yang dapat memengaruhi perkembangan janin jika digunakan tanpa pertimbangan yang matang. Oleh karena itu, pengetahuan yang benar dan pemahaman yang baik tentang penggunaan obat yang aman selama kehamilan sangatlah penting.

Di samping itu, gizi buruk pada ibu hamil merupakan masalah serius yang dapat berdampak pada kesehatan ibu dan pertumbuhan janin. Kekurangan nutrisi selama kehamilan dapat meningkatkan risiko komplikasi kehamilan, melahirkan bayi dengan berat badan rendah, atau bahkan mengancam nyawa ibu dan janin. Pencegahan gizi buruk melalui asupan gizi seimbang dan pola makan yang baik sangat diperlukan untuk menjaga kesehatan ibu hamil dan pertumbuhan janin yang optimal.

Di Indonesia, kesadaran dan pengetahuan terkait penggunaan obat yang aman selama kehamilan dan pencegahan gizi buruk masih perlu ditingkatkan, terutama di kalangan ibu hamil dan masyarakat umum. Terdapat kebutuhan mendesak untuk melakukan edukasi dan penyuluhan yang terarah guna meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan ibu hamil dan strategi pencegahan gizi buruk.

Melalui penyuluhan yang komprehensif dan terfokus, diharapkan dapat memberikan pemahaman yang baik kepada ibu hamil dan masyarakat sekitar tentang pentingnya penggunaan obat yang aman serta pentingnya gizi seimbang selama masa kehamilan. Dengan demikian, diharapkan dapat mengurangi risiko komplikasi kehamilan, meningkatkan kesehatan ibu hamil, serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin yang optimal. Dalam konteks ini, penyelenggaraan kegiatan penyuluhan tentang "Penggunaan Obat yang Aman dan Upaya Pencegahan Gizi Buruk dalam

Kehamilan" di Puskesmas Tanjung Priok menjadi sangat relevan dan bermanfaat. Dengan melibatkan tenaga medis dan tenaga kesehatan di Puskesmas, diharapkan dapat menciptakan dampak positif yang signifikan bagi kesehatan ibu hamil dan janin di wilayah tersebut.

## METODE

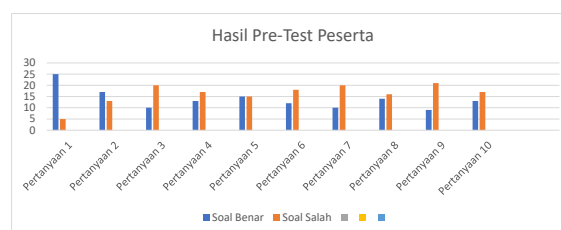
Kegiatan Penyuluhan mengenai Penggunaan Obat yang Aman dan Upaya Pencegahan Gizi Buruk dalam Kehamilan akan dipaparkan melalui powerpoint yang melibatkan partisipan secara langsung dan akan dilaksanakan di Puskesmas Tanjung Priok.

## HASIL

Penyuluhan ini dilakukan pada pasien Puskesmas Tanjung Priok yang dihadiri oleh 30 Warga dengan melibatkan mahasiswa Apoteker angkatan 50 Kelas B sebanyak 10 orang. Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai "Penggunaan Obat Yang Aman dan Upaya Pencegahan Gizi Buruk Dalam Kehamilan".

Tabel 1 Data Hasil Pre-Test Peserta

|    | Pertanyaan 1- 10 | Benar (%)     | Salah (%)     |
|----|------------------|---------------|---------------|
| 1  | Pertanyaan 1     | 83.33%        | 16.67%        |
| 2  | Pertanyaan 2     | 56.67%        | 43.33%        |
| 3  | Pertanyaan 3     | 33.33%        | 66.67%        |
| 4  | Pertanyaan 4     | 43.33%        | 56.67%        |
| 5  | Pertanyaan 5     | 50.00%        | 50.00%        |
| 6  | Pertanyaan 6     | 40.00%        | 60.00%        |
| 7  | Pertanyaan 7     | 33.33%        | 66.67%        |
| 8  | Pertanyaan 8     | 46.67%        | 53.33%        |
| 9  | Pertanyaan 9     | 30.00%        | 70.00%        |
| 10 | Pertanyaan 10    | 43.33%        | 56.67%        |
|    | <b>Rata-Rata</b> | <b>46.00%</b> | <b>54.00%</b> |

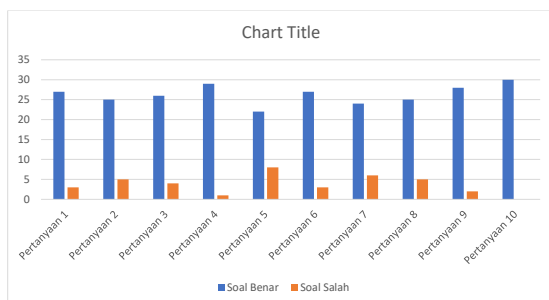


Gambar 1 Diagram Hasil Pre-Test

Data hasil *post-test* penyuluhan Puskesmas Tanjung Priok yang dihadiri oleh 30 peserta mendapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 2 Data Hasil *Post-Test* Peserta

|    | Pertanyaan 1- 10 | Benar (%)     | Salah (%)     |
|----|------------------|---------------|---------------|
| 1  | Pertanyaan 1     | 90.00%        | 10.00%        |
| 2  | Pertanyaan 2     | 83.33%        | 16.67%        |
| 3  | Pertanyaan 3     | 86.67%        | 13.33%        |
| 4  | Pertanyaan 4     | 96.67%        | 3.33%         |
| 5  | Pertanyaan 5     | 73.33%        | 26.67%        |
| 6  | Pertanyaan 6     | 90.00%        | 10.00%        |
| 7  | Pertanyaan 7     | 80.00%        | 20.00%        |
| 8  | Pertanyaan 8     | 83.33%        | 16.67%        |
| 9  | Pertanyaan 9     | 93.33%        | 6.67%         |
| 10 | Pertanyaan 10    | 100.00%       | 0.00%         |
|    | <b>Rata-Rata</b> | <b>87.67%</b> | <b>12.33%</b> |



Gambar 2 Diagram Hasil *Post-Test*

## PEMBAHASAN

Penggunaan obat selama kehamilan harus dilakukan dengan sangat hati-hati karena banyak obat dapat menembus plasenta dan mempengaruhi perkembangan janin. Pemberian edukasi mengenai kategori obat yang aman sangat krusial. Berdasarkan panduan dari Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) dan Food and Drug Administration (FDA), obat-obatan dikategorikan berdasarkan risiko terhadap janin, dari kategori A (aman) hingga kategori X (kontraindikasi). Pengetahuan mengenai kategori obat ini harus disebarluaskan kepada ibu hamil untuk memastikan mereka hanya mengonsumsi obat-obatan yang tidak berisiko bagi janin. Edukasi ini dapat dilakukan melalui sesi penyuluhan yang mencakup informasi tentang berbagai kategori obat dan efek potensialnya pada janin. Selain itu, penting untuk menekankan pentingnya konsultasi dengan tenaga kesehatan sebelum mengonsumsi obat apa pun selama kehamilan.

Penggunaan obat tanpa pengawasan medis dapat menimbulkan risiko serius. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan obat yang tidak tepat dapat meningkatkan risiko malformasi kongenital dan komplikasi kehamilan lainnya. Sebagai contoh, beberapa obat

anti-kejang, antibiotik tertentu, dan obat untuk tekanan darah tinggi diketahui dapat menyebabkan kerusakan pada janin jika tidak digunakan dengan benar (Smith et al., 2020). Untuk mengurangi risiko ini, penyuluhan di Puskesmas Tanjung Priok yang dilaksanakan oleh Mahasiswa Profesi Apoteker Universitas 17 Agustus 1945 mencakup informasi tentang pentingnya mendapatkan resep dan panduan dari tenaga kesehatan. Edukasi mengenai efek samping obat dan tanda-tanda reaksi merugikan juga disampaikan kepada peserta. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu hamil mengenai pentingnya penggunaan obat yang aman dan risiko penggunaan obat tanpa pengawasan.

Gizi yang adekuat selama kehamilan sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin serta menjaga kesehatan ibu. Kekurangan nutrisi tertentu, seperti zat besi, asam folat, dan kalsium, dapat menyebabkan komplikasi serius. Sebagai contoh, defisiensi zat besi dapat menyebabkan anemia pada ibu, yang dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur dan berat badan lahir rendah (Johnson et al., 2021).

Asam folat sangat penting untuk mencegah cacat tabung saraf pada janin, dan kekurangan kalsium dapat menyebabkan osteoporosis pada ibu. Oleh karena itu, penyuluhan di Puskesmas Tanjung Priok akan menekankan pentingnya diet seimbang yang kaya akan nutrisi penting ini. Ibu hamil akan diberikan informasi tentang sumber-sumber makanan yang kaya akan zat besi, asam folat, dan kalsium serta pentingnya suplemen jika diperlukan.

Intervensi gizi selama kehamilan harus difokuskan pada pemenuhan kebutuhan nutrisi ibu dan janin. Pemberian suplemen zat besi dan asam folat adalah salah satu intervensi yang sering direkomendasikan. Selain itu, edukasi mengenai pola makan yang sehat dan seimbang juga sangat penting. Ibu hamil harus dianjurkan untuk mengonsumsi berbagai jenis makanan yang kaya akan sayuran, buah-buahan, protein, dan serat.

Penyuluhan ini juga mencakup informasi tentang kebutuhan kalori tambahan selama kehamilan. Misalnya, pada trimester kedua dan ketiga, ibu hamil membutuhkan tambahan kalori sekitar 300500 kalori per hari untuk mendukung pertumbuhan janin. Selain itu, ibu hamil juga harus diberitahu tentang pentingnya hidrasi yang cukup untuk mendukung fungsi tubuh yang optimal dan mencegah dehidrasi.

Penyuluhan di Puskesmas Tanjung Priok akan dilakukan menggunakan berbagai media edukatif seperti poster, brosur, dan presentasi audiovisual. Media ini dipilih untuk memudahkan pemahaman dan meningkatkan keterlibatan peserta. Selain itu, simulasi penggunaan obat dan pembuatan menu sehat untuk ibu hamil akan dilakukan sebagai bagian dari kegiatan interaktif. Kegiatan ini dirancang untuk memberikan pengalaman praktis kepada peserta sehingga mereka dapat menerapkan informasi yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

Efektivitas penyuluhan akan dievaluasi melalui pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Selain itu, monitoring berkelanjutan akan dilakukan untuk memastikan penerapan informasi yang diberikan dalam kehidupan sehari-hari peserta. Evaluasi ini penting untuk mengidentifikasi area yang perlu ditingkatkan dan memastikan bahwa penyuluhan memberikan manfaat maksimal bagi ibu hamil.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Penyuluhan tentang penggunaan obat yang aman dan upaya pencegahan gizi buruk selama kehamilan di Puskesmas Tanjung Priok sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil. Melalui penyuluhan ini, ibu hamil diharapkan memahami risiko penggunaan obat tanpa pengawasan medis dan pentingnya konsultasi dengan tenaga kesehatan sebelum mengonsumsi obat. Selain itu, pencegahan gizi buruk melalui edukasi tentang diet seimbang dan pemberian suplemen yang tepat juga sangat penting untuk mendukung

kesehatan ibu dan perkembangan janin. Evaluasi menggunakan pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan.

### Saran

Peningkatan frekuensi dan kualitas penyuluhan dengan penggunaan media edukatif yang efektif, serta kerjasama yang erat antara tenaga kesehatan dan ibu hamil untuk memastikan konsultasi medis yang tepat. Monitoring dan evaluasi berkelanjutan juga diperlukan untuk memastikan informasi yang diberikan diterapkan oleh ibu hamil. Selain itu, edukasi juga harus melibatkan anggota keluarga dan masyarakat untuk meningkatkan kesadaran secara luas tentang pentingnya penggunaan obat yang aman dan nutrisi yang adekuat selama kehamilan. Dengan demikian, diharapkan penyuluhan ini dapat memberikan manfaat yang signifikan dan membantu mencegah komplikasi kehamilan di masa depan

## DAFTAR PUSTAKA

- Anonim, 2006, Pedoman Pelayanan Farmasi Untuk Ibu hamil dan Menyusui, Departemen Kesehatan RI, Jakarta.
- Anonim, 2010, MIMS Petunjuk Konsultasi edisi 10, PT Medidata Indonesia, Jakarta
- Adisa, R., Fakeye, T., 2006, Assessment of the Knowledge of Community Pharmacists Regarding Common Phytopharmaceuticals Sold in South Western Nigeria, *Tropical Journal of Pharmaceutical Research*, (2): 619- 625. [terhubung berkala]. <http://www.tjpr.org>. [10 Juli 2013]
- Bittigau P, Sifringer M, Ikonomidou C. Antiepileptic drugs and apoptosis in the developing brain, *Ann N Y Acad Sci*,2003;993:103-124.
- Christina, D. C., Philip, O. A., Ronald, G. T.,

Lyn, M. D., Robert, J. F., Kathleen, A. J., et al, 1999, Weight Gain in Infants Breastfed by Mothers Who Take Fluoxetine, *Pediatrics* ; 104; e61

Dileep K, Rohra 2008. Drug-prescribing patterns during pregnancy in the tertiary care hospitals of Pakistan : a cross sectional study. *BMC Pregnancy and Childbirth*.

Sachdeva, P., Patel, B.G., Patel, B.K., 2009, Drug use in pregnancy : A point to ponder, *Indian J Pharm Sci* (71): 1 – 7 . [terhubung berkala], <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>. [27> November 2012]

Sloane, Benedict. 2009. Petunjuk lengkap kehamilan. Alih Bahasa, Anton Adiwiyoto. Jakarta: Pustaka Mina.

Wen, S. W., Yang, T., Krewski, D., Yang, Q., Nimrod, C., Garner, P., et al, 2008, Patterns of pregnancy exposure to prescription FDA C, D and X drugs in a Canadian population.

Yulianto, T., Nugrahini, D., Sutrisna, EM., 2009, Evaluasi penggunaan obat pada Ibu Hamil di Rumah Sakit X Surakarta, *Pharmacon* 10:22-26