



PEDOMAN PELAKSANAAN INOVASI ATIKA CANTING

(ATI, TELUR, DAN IKAN CEGAH ANEMIA DAN STUNTING)



UPTD PUSKESMAS TANJUNG SARI NATAR

Jalan Angsana Desa Tanjung Sari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji hanya milik Allah rabb semesta alam, Allah Yang Maha Esa. Puji syukur penulis ucapkan ke hadirat-Nya atas rahmat dan hidayah-Nya bahwa penyusunan Pedoman Pelaksanaan Inovasi ATIKA CANTING (Ati, Telur, dan Ikan Cegah Anemia dan Stunting) dapat terselesaikan.

Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada

1. Bapak H. Nanang Ermanto, selaku Bupati Lampung Selatan yang telah memberikan dukungan dan kesempatan untuk penerapan inovasi;
2. Ibu Hj. Winarni Nanang Ermanto, selaku Ketua Tim Penggerak PKK Lampung Selatan yang selalu mendukung dan mengupayakan penurunan stunting;
3. Bapak Joniansyah, SKM., MM selaku Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Lampung Selatan yang telah mendukung terlaksananya inovasi;
4. Ibu Evi Marlina, S.ST, selaku Kepala UPTD Puskesmas Tanjung Sari Natar yang telah mendukung kegiatan inovasi;
5. Kepala Desa Tanjung Sari, Bumi Sari, Way Sari, Krawang Sari, dan Muara Putih yang telah mendukung kegiatan inovasi;
6. Ibu-ibu kader posyandu di Desa Tanjung Sari, Bumi Sari, Way Sari, Krawang Sari, dan Muara Putih yang telah membantu dalam pelaksanaan inovasi;
7. Ibu hamil posyandu dan kelas ibu di Desa Tanjung Sari, Bumi Sari, Way Sari, Krawang Sari, dan Muara Putih yang telah bersedia menjadi peserta dalam inovasi;

Natar, Februari 2022

DAFTAR ISI

SAMPUL

KATA PENGANTAR

DAFTAR ISI

BAB I	PENDAHULUAN	1
BAB II	TINJAUAN PUSTAKA	4
BAB III	SASARAN DAN METODE KEGIATAN	6
BAB IV	PELAKSANAAN INOVASI	7
BAB V	PENUTUP	10

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Kejadian stunting bukanlah kondisi yang terjadi secara tiba-tiba, namun kondisi akibat terjadinya mal nutrisi yang berlangsung dalam kurun waktu lama. Tidak bisa dipisahkan bahwa kondisi stunting ini berawal dari proses kehamilan yang mengalami kurangnya asupan nutrisi yang dibutuhkan. Salah satu indikator kondisi ini adalah terjadinya anemia dan jenis anemia yang umum terjadi pada ibu hamil adalah anemia defisiensi besi (anemia karena kekurangan asupan zat besi).

Data penelitian terhadap ibu hamil yang berkunjung ke Posyandu dan ke Puskesmas di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tanjung Sari Natar yang meliputi Desa Tanjung Sari, Bumi Sari, Way Sari, Krawang Sari, dan Muara Putih pada bulan Juli sampai dengan Agustus 2021 didapatkan hasil bahwa 37,9% ibu hamil mengalami anemia. Pada intervensi lanjutan, dari angka tersebut 50% merupakan anemia defisiensi besi. Menurut WHO (*World Health Organization*) bahwa angka kejadian lebih dari 20% merupakan masalah serius yang akan berdampak buruk dalam jangka panjang bila tidak teratasi.

Pada masa kehamilan, kebutuhan zat besi mengalami peningkatan. Semakin bertambah usia kehamilan maka semakin bertambah pula kebutuhan zat besinya. Pada Trimester pertama, kebutuhan zat besi ± 1 mg/hari, (kehilangan basal 0,8 mg/hari) ditambah 30-40 mg untuk kebutuhan janin dan sel darah merah. Trimester kedua kebutuhan zat besi ± 5 mg/hari, (kehilangan basal 0,8 mg/hari) ditambah kebutuhan sel darah merah 300 mg dan conceptus 115 mg. Pada Trimester ketiga kebutuhan zat besi 5 mg/hari,) ditambah kebutuhan sel darah merah 150 mg dan conceptus 223 mg.

Pemenuhan kebutuhan zat besi dari ibu hamil sering tidak terpenuhi, meskipun telah diberikan suplemen tablet tambah darah. Hal ini karena ibu hamil sering lalai dalam mengonsumsi tablet

tambah darah dengan berbagai alasan, diantaranya : karena efek samping yang dirasakan (mual) dan juga karena sering lupa. Sehingga kecukupan zat besi menjadi tidak terpenuhi.

Dengan tidak rutinnya ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah maka pemenuhan zat besi praktis hanya berasal dari makanan. Di antara makanan sebagai sumber zat besi yang mudah dan terjangkau untuk dapat dikonsumsi diantaranya adalah hati ayam, telur dan ikan. Kandungan zat besi pada hati ayam 10 mg/100 gr, kuning telur mencapai 0,9 mg dan ikan air tawar dapat mencapai 1,3 mg. Selain mudah untuk dikonsumsi, makanan ini juga mengandung nutrisi lain yang dibutuhkan tubuh, seperti vitamin dan mineral.

Berdasarkan hal tersebut, maka UPTD Puskesmas Tanjung Sari Natar menyampaikan usulan inovasi dengan nama ATIKA CANTING (Ati, Telur, dan Ikan Cegah Anemia dan Stunting) sebagai upaya pencegahan stunting sejak dini.

B. TUJUAN

Salah satu upaya dalam rangka melakukan intervensi gizi terhadap masyarakat dan pemenuhan kecukupan asupan gizi untuk pencegahan anemia ibu hamil dan pencegahan stunting.

C. MANFAAT

Menurunnya angka kejadian anemia pada ibu hamil sehingga mengurangi risiko terjadinya gangguan tumbuh kembang janin dan anak yang dilahirkan menjadi stunting.

D. DASAR KEBIJAKAN

1. Tentang peraturan pemerintah nomor 28 tahun 2004 tentang keamanan, mutu dan gizi pangan (lembaran Negara Republik Indonesia tahun 2004 Nomor 107, Tambahan lembaran Negara republic Indonesia Nomor 4424)
2. Peraturan Presiden Nomor 42 Tahun 2013 Tentang Percepatan Perbaikan Gizi (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2013 Nomor 100)
3. Peraturan Menteri Pertanian Nomor 43 Tahun 2010 tentang pedoman system kewaspadaan pangan dan gizi (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2010 Nomor 383)
4. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 23 tahun 2014 tentang upaya perbaikan gizi (berita Negara Republik Indonesia tahun 2014 Nomor 967)
5. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 28 tahun 2014 tentang upaya kesehatan anak

- (berita Negara Republik Indonesia tahun 2014 nomor 825)
6. Peraturan Menteri kesehatan nomor 41 tahun 2014 tentang pedoman gizi seimbang (berita Negara Republik Indonesia tahun 2014 nomor 1110)
 7. Peraturan Bupati Lampung Selatan No.10 Tahun 2018 Tanggal 9 Februari 2018 Tentang Penurunan Stunting.
 8. Keputusan Bupati Lampung Selatan No.B/216/V.01/hk/2019 Tentang Pembentukan Tim Percepatan Penurunan Stunting Kabupaten Lampung Selatan.
 9. Keputusan Bupati Lampung Selatan No.B/184/V.02/HK/2022 Tentang Penetapan Inovasi dan Pelaksanaan Inovasi pada Pemerintah Daerah Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2022
 10. Komitmen Bersama Menuju Lampung Selatan Bebas Stunting.
 11. Keputusan Kepala UPTD Puskesmas Tanjung Sari Natar Nomor 445/010/III.03/VII/2022 Tentang Penetapan Program Inovasi Cegah Stunting, “Ati, Telur, dan Ikan Cegah Anemia dan Stunting”.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. ANEMIA PADA IBU HAMIL

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. Jadi, dapat disimpulkan bahwa kehamilan adalah bertemunya sel telur dan sperma di dalam atau di luar rahim dan berakhir dengan keluarnya bayi dan plasenta melalui jalan lahir.

Kehamilan memicu perubahan-perubahan fisiologis yang sering mengaburkan diagnosis sejumlah kelainan hematologi serta pengkajiannya. Hal ini terutama berlaku pada anemia. Salah satu perubahan yang paling bermakna adalah ekspansi volume darah dengan peningkatan volume plasma yang tidak sepadan sehingga hematokrit biasanya menurun.

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin kurang dari nilai normal yang berbeda-beda menurut kelompok umur, jenis kelamin, dan keadaan fisiologis. Kategori anemia tersebut dapat terlihat pada tabel 1.

Tabel 1. Kategori Anemia

No	Kelompok	Tidak Anemia	Anemia		
			Ringan	Sedang	Berat
1	Anak usia 6-59 bulan	$\geq 11,0$	10-10,9	7,0-9,9	$\leq 7,0$
2	Anak usia 5-11 tahun	$\geq 11,5$	11-11,4	8,0-10,9	$\leq 8,0$
3	Anak usia 12-14 tahun	$\geq 12,0$	11-11,9	1,0-10,9	$\leq 8,0$
4	Wanita ≥ 15 tahun (tidak hamil)	$\geq 12,0$	11-11,9	8,0-10,9	$\leq 8,0$
5	Wanita hamil	$\geq 11,0$	10-10,9	7,0-9,9	$\leq 7,0$
6	Pria usia ≥ 15 tahun	$\geq 13,0$	11-12,9	8,0-10,9	$\leq 8,0$

Sumber : (VMINS, 2011)

Prevalensi anemia di Indonesia berdasarkan Riskesdas 2013 mencapai 37,1% dan mengalami peningkatan menjadi 48,9% pada kelompok usia 15-24 tahun pada tahun 2018.

Menurut Prawirohardjo (2009), macam-macam anemia adalah sebagai berikut :

1. Anemia defisiensi besi adalah anemia yang disebabkan oleh kurangnya mineral fe. Kekurangan ini dapat disebabkan karena kurang masuknya unsur besi dengan makanan, karena gangguan absorpsi atau terpantau banyaknya besi keluar dari tubuh, misalnya pada pendarahan.
2. Anemia megaloblastik adalah anemia yang disebabkan oleh defisiensi asam folat, jarang sekali karena defisiensi vitamin B12, anemia ini sering ditemukan pada wanita yang jarang mengonsumsi sayuran hijau segar atau makanan dengan protein hewani tinggi.
3. Anemia hemolitik adalah anemia yang disebabkan karena penghancuran sel darah merah berlangsung lebih cepat dari pembuatannya.
4. Anemia hipoplastik dan aplastik adalah anemia yang disebabkan karena sumsum tulang belakang kurang mampu membuat sel-sel darah yang baru (Prawirohardjo, 2009). Pada sepertiga kasus anemia dipicu oleh obat atau zat kimia lain, infeksi, radiasi, leukimia dan gangguan imunologis.

B. PENYEBAB ANEMIA PADA IBU HAMIL

Menurut WHO, anemia secara global paling banyak disebabkan oleh kekurangan zat besi dimana secara umum diasumsikan bahwa 50% dari kasus anemia karena kekurangan zat besi, tetapi proporsinya mungkin berbeda di antara kelompok-kelompok penduduk dan di daerah yang berbeda sesuai dengan kondisi setempat.

Sebagian besar anemia disebabkan oleh kekurangan satu atau lebih zat gizi esensial (zat besi, asam folat, B12) yang digunakan dalam pembentukan sel-sel darah merah. Anemia bisa juga disebabkan oleh kondisi lain seperti penyakit malaria, infeksi cacing tambang.

BAB III

SASARAN DAN METODE KEGIATAN

A. SASARAN

Sasaran dalam kegiatan sebagai upaya dalam penurunan stunting adalah ibu hamil di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Sari Natar Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.

B. METODE

Metode yang digunakan yaitu dengan cara :

1. Wawancara
2. Penyuluhan
3. Diskusi

C. WAKTU KEGIATAN

Pelaksanaan Inovasi ATIKA CANTING dilakukan sesuai dengan jadwal pelaksanaan kegiatan pada pelayanan upaya kesehatan masyarakat program kesehatan ibu dan anak dan program gizi UPTD Puskesmas Tanjung Sari Natar Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.

D. ANGGARAN

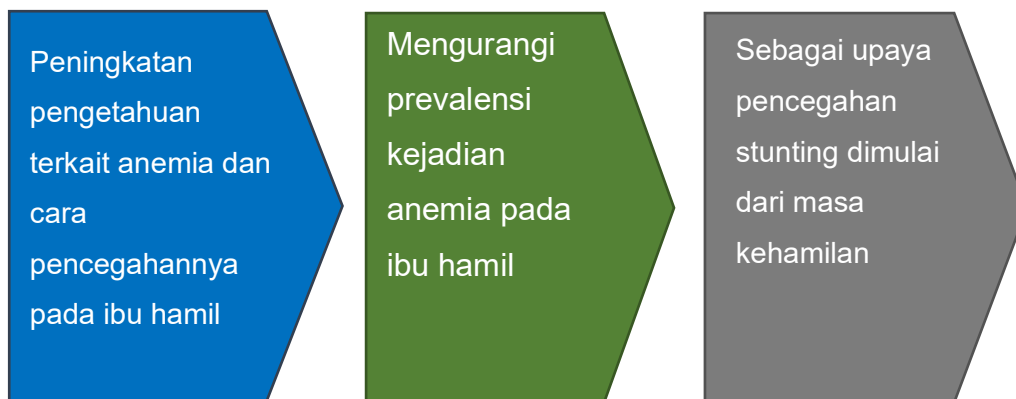
Anggaran yang digunakan untuk pelaksanaan inovasi ini akan menggunakan anggaran dari program Jaminan Kesehatan Nasional (JKN) UPTD Puskesmas Tanjung Sari Natar.

BAB IV

PELAKSANAAN INOVASI

A. ARAH KEBIJAKAN

Kegiatan inovasi ATIKA CANTING merupakan kegiatan yang dilakukan bekerja-sama lintas program dan lintas sektor dengan desa dan pihak swasta. Metode yang digunakan pada kegiatan ini dilakukan dengan melakukan pemeriksaan kadar Hb sebelum dan sesudah aksi pada ibu hamil. Melalui Rencana Aksi penanggulangan stunting di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Sari Natar, peningkatan kasus stunting dapat dicegah sedini mungkin melalui program inovasi yang menyasar ibu hamil anemia.



Gambar 1. Arah Kebijakan Inovasi ATIKA CANTING

B. PELAKSANAAN

Program inovasi dilaksanakan dengan bekerja sama dan melibatkan Pemerintah Desa, UPT Pertanian dan Perikanan, Tim Penggerak PKK Desa, Kader Kesehatan, Pihak Swasta di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tanjung Sari. Tahapan pelaksanaan kegiatan sebagai berikut :

1. Pemeriksaan Hemoglobin

Pemeriksaan hemoglobin menggunakan sampel darah bertujuan untuk mengetahui status anemia ibu hamil. Sampel diambil di lokasi penyuluhan dan pemeriksaan darah dilakukan di laboratorium puskesmas menggunakan hematologi analyzer. Pemeriksaan ini dilakukan setiap bulan untuk memantau progres dan hasil dari intervensi yang dilakukan.

2. Penyuluhan

Penyuluhan dilakukan dengan cara wawancara dan diskusi langsung serta dikemas dalam bentuk permainan agar lebih mudah dipahami oleh ibu hamil.

- Tujuan permainan : ibu hamil belajar bahwa ati, telur, dan ikan banyak mengandung zat besi yang diperlukan selama kehamilan.
- Target peserta : Ibu hamil
- Waktu penyuluhan : 20 menit
- Peralatan : beras 2,5kg, gelas, baskom transparan, kartu atika, kartu kerupuk
- Pesan kunci : Makan 1 porsi ati, telur, atau ikan bergantian setiap hari dalam masa kehamilan

Langkah-langkah penyuluhan :

- a. Salam pembuka
- b. Berikan pertanyaan terbuka mengenai kondisi ibu hamil pada awal kehamilan.
- c. Jelaskan mengenai zat besi sebagai zat yang penting di dalam darah.
- d. Permainan, dengan cara :
 - 1) Menyiapkan kartu ATIKA dan beras, ibaratkan beras sebagai nasi yang akan dibandingkan kandungan zat besinya dengan ATIKA.
 - 2) Memulai permainan dengan membandingkan telur dengan nasi. Tanyakan pada peserta mengenai jumlah zat besi di dalamnya.
 - 3) Menanyakan pada peserta lain apakah jawaban dari ibu tersebut benar dan jika ada jawaban yang lain.
 - 4) Setelah jawaban dari peserta dirasa cukup, tunjukkan jawaban yang benar dan minta satu orang untuk maju dan menuangkan beras sesuai dengan jawaban yang benar. Gunakan kartu ATIKA.
 - 5) Ulangi langkah diatas untuk ikan dan ati.
- e. Selanjutnya coba andaikan dengan membandingkan dengan kerupuk. Tunjukkan kartu kerupuk.

Pemberian pemahaman dalam rangka menumbuhkan kesadaran dilakukan secara berkesinambungan. Dalam proses penyuluhan juga dilakukan diskusi dua arah peserta diminta untuk menyebutkan dan mengulangi tentang materi yang telah diberikan dengan tujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan pemahamannya.

3. Evaluasi

Evaluasi dilakukan setiap bulan dengan memonitor perkembangan status anemia ibu hamil sebagai indikator keberhasilan dari proses inovasi yang dilakukan. Keberhasilan inovasi ditunjukkan dengan membaiknya status anemia ibu hamil.

BAB V

PENUTUP

Demikian pedoman Inovasi ATIKA CANTING (Ati, Telur, dan Ikan Cegah Anemia dan Stunting) pada UPTD Puskesmas Tanjung Sari Natar Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan disusun untuk dapat digunakan sebagai panduan dalam menerapkan inovasi tersebut di Kabupaten Lampung Selatan. Harapan dari program inovasi ini, dapat mengurangi angka anemia pada ibu hamil sehingga saat bayi lahir tidak mengalami anemia dan juga tumbuh tidak dalam kondisi stunting