



Pemberian Jus Pare Untuk Mencegah Terjadinyamalaria Pada Ibu Hamil Tahun 2021

Lely Desi Uli Basana, Syahrul Khairati, Ayu Muzda Amelia Simbolon, Puspita Sari, Ariati Pagi Situmeang

Prodi D3 Kebidanan STIKes Nauli Husada Sibolga
Jl. Kadar Manik, No 2 Kel.Aek Muara Pinang, Sibolga 22538 Sumatra Utara Indonesia

Email: lelysitumeang123@gmail.com

Abstrak

Malaria pada kehamilan merupakan salah satu masalah kesehatan mayor dan sering menyebabkan kematian maternal di seluruh dunia. Pencegahan malaria pada kehamilan sangat penting, terutama pada daerah endemis. Malaria pada kehamilan merupakan salah satu masalah kesehatan mayor dan sering menyebabkan kematian maternal di seluruh dunia. Pencegahan malaria pada kehamilan sangat penting, terutama pada daerah endemis. Ibu hamil dengan gejala malaria harus dilakukan pemeriksaan terlebih dahulu. Bila ibu dinyatakan positif malaria dengan pemeriksaan mikroskopik maupun pemeriksaan cepat IPTp tidak diberikan dan ibu hamil justru diberikan penatalaksanaan malaria sesuai dengan panduan yang berlaku. Bila hasil pemeriksaan negatif, IPTp tetap diberikan.

Kata Kunci: Malaria pada ibu hamil, pemanfaatan pare

1. Pendahuluan

WHO merekomendasikan untuk memberikan profilaksis malaria pada kehamilan di daerah transmisi sedang hingga tinggi. Daerah transmisi sedang hingga tinggi ditandai dengan daerah yang memiliki prevalensi malaria setidaknya 11% sepanjang tahun pada anak usia 2-9 tahun. Pada daerah ini, kejadian malaria terutama dialami anak dan remaja.

Di Indonesia, dilaporkan bahwa annual parasite incidence (API) tertinggi berada pada daerah timur Indonesia. Angka API di Jawa dan Bali sudah 0% sehingga sudah termasuk ke dalam provinsi yang bebas malaria. Namun, API di Papua masih melebihi 30%, sedangkan di Nusa Tenggara Timur masih sekitar 7%. Malaria tidak hanya berisiko meningkatkan morbiditas dan mortalitas ibu hamil, tetapi juga pada janin dan bayinya. Malaria pada kehamilan dapat menyebabkan anemia pada ibu, kelahiran prematur, pertumbuhan janin terhambat intrauterin, dan berat badan lahir rendah. Efek samping lain yang dapat terjadi pada malaria semasa kehamilan adalah kematian ibu dan atau janin.

1.1. Tujuan Kegiatan

Tujuan kegiatan ini adalah agar ibu hamil mengetahui pengertian buah pare dalam mencegah penyakit malaria pada ibu hamil. Dimana ibu hamil dapat memanfaatkan jus pare sebagai pencegah penyakit malaria pada ibu hamil.

1.2. Manfaat Kegiatan

Dengan memberikan buah pare dapat menurunkan angka penyakit malaria pada ibu hamil. Hal ini karena di dalam pare terkandung beragam nutrisi penting, yaitu Vitamin, seperti vitamin A, C, E, B1, B2, B3, dan B12, Mineral, seperti zat besi, kalsium, kalium, zinc, magnesium, dan fosfor, Karbohidrat dan serat serta Antioksidan, seperti fenol, flavonoid, lutein, dan zeaxanthin.

1.3. Luaran Pengabdian Kepada Masyarakat

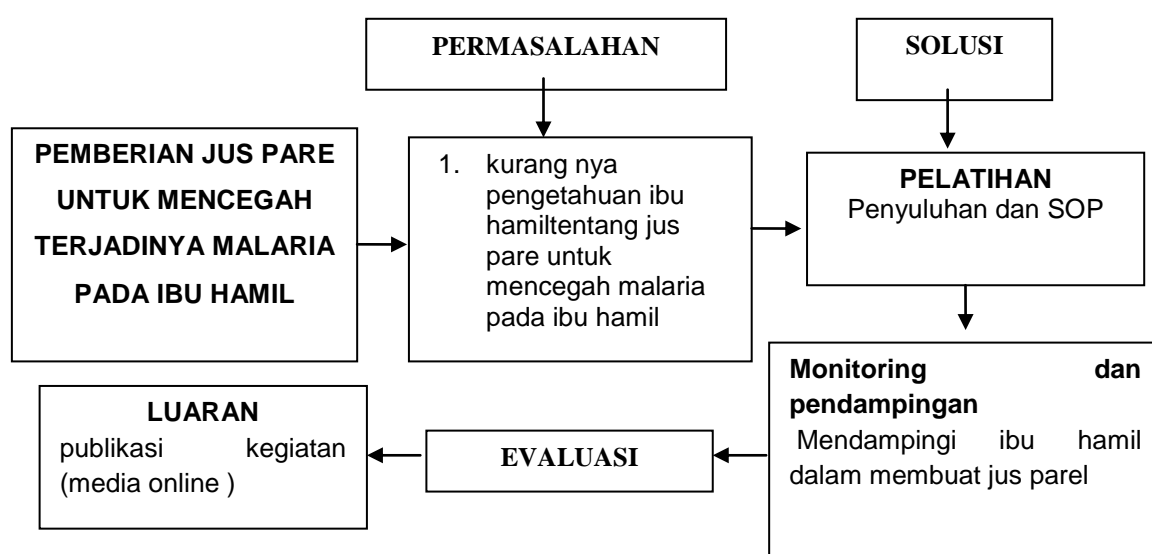
Luaran dari kegiatan ini adalah jus pare dapat digunakan oleh ibu hamil dalam mencegah penyakit malaria pada ibu hamil. Selain keluaran yang sudah disebutkan diatas keluaran lain yang dari kegiatan ini adalah terlibatnya mahasiswayang dapat meningkatkan softskill.

2. Realisasi Kegiatan

2.1. Bentuk Kegiatan & Jadwal, Serta Tempat Kegiatan

a. Metode Pelaksanaan Kegiatan

Metode pelaksanaan kegiatan PKM digambarkan dalam diagram berikut ini berupa solusi yang di tawarkan untuk mengatasi permasalahan yang ada.



b. Waktu Efektif Pelaksanaan Kegiatan

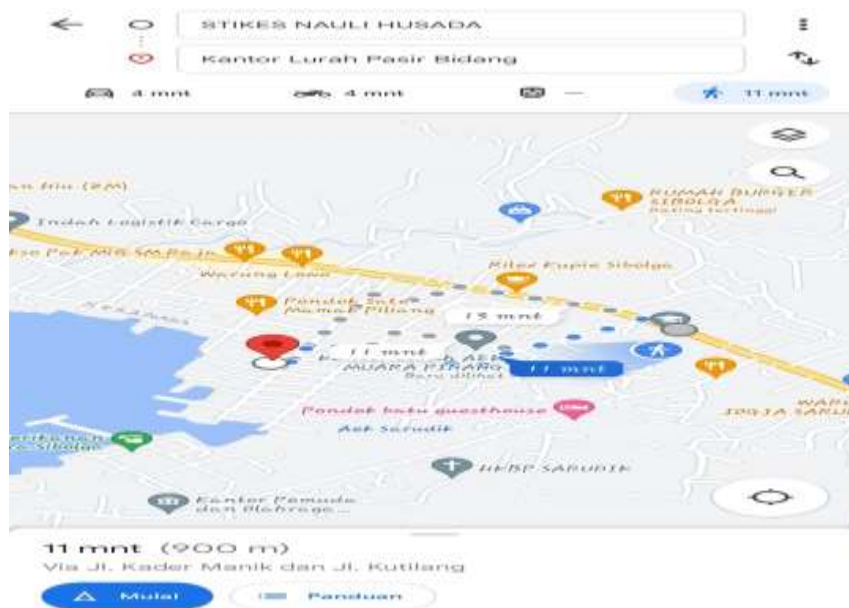
Kegiatan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini akan dilaksanakan pada bulan April 2021 dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 1. Jadwal Pelaksanaan

no	Kegiatan	April 2021			
		Minggu 1	Minggu 2	Minggu 3	minggu 4
1	Memberi surat ijin penyuluhan kepada kepala lurah pasar belakang				
2	Sosialisasi dan mengumpulkan ibu hamil				
3	Melakukan penyuluhan kepada ibu hamil dan memberikan jus pare, pemberian 5 kali dalam 2 minggu				
4	Pembuatan hasil laporan kegiatan penyuluhan				
5	Pengumpulan hasil laporan				

c. Tempat Kegiatan Penyuluhan

Lokasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini di laksanakan di Kelurahan Pasar Belakang tepatnya di kantor lurah pasar belakang yang teletak di sibolga kota, Sibolga, Sumatera Utara, Indonesia. Jarak perguruan tinggi ke kantor lurah pasar belakang dapat di tempuh selama 9 menit.



Gambar 1 Tempat Pengabdian

Peta Lokasi jarak perguruan tinggi STIKes Nauli Husada Sibolga dengan kantor lurah pasar belakang tempat pengabdian masyarakat di tempuh selama 11 menit dari perguruan tinggi ke tempat tujuan.

d. Lokasi tempat penyuluhan di kantor lurah pasar belakang



Gambar 2 Lokasi kantor kelurahan Aek Muara pinang tempat di laksanakannya pengabdian masyarakat.

2.2. TIM Pelaksana Pengabdian dan TUPOKSI serta (Jam dan hari)

a. Susunan TIM Pengabdian

NO	Peran dalam TIM	Tanggung jawab dalam TIM	Dosen/Mahasiswa
1	Lely Desi Uli Basana, SKM, MKM Ketua PKM dan Penanggung jawab	Memastikan kegiatan PKM dapat berjalan dengan baik yaitu dengan berkoordinasi dengan mitra dan anggota dosen dan mahasiswa	Dosen
2	Syahrul Khairati, SST, M.Kes Ayu Muzda Amelia Simbolon, SKM, MKM Anggota Pengabdian	Berkoordinasi dengan ketua terkait rundown kegiatan, pembagian tugas mahasiswa dan menyiapkan hal-hal yang diperlukan saat kegiatan berlangsung	Dosen
3	Puspita Sari Ariati Pagi Situmeang	Membantu pelaksanaan sosialisasi saat kegiatan dan menjelaskan dengan baik pertanyaan yang diajukan oleh masyarakat saat penyuluhan berlangsung.	Mahasiswa

b. Tugas Pokok serta Peran setiap TIM Pengabdian

No	Nama Pekerjaan	Program	Volume (JKEM)	Pemateri
Minggu Pertama				
1	Sosialisasi pemberian jus pare untuk mencegah malaria pada ibu hamil di Kelurahan Pasar Belakang	<ul style="list-style-type: none"> Memberi surat ijin penyuluhan kepada kepala lurah aek muara pinang 	09.00-12.00	Puspita Sari Ariati Pagi Situmeang
Minggu Kedua				
2	Sosialisasi pemberian jus pare untuk mencegah malaria pada ibu hamil di Kelurahan Pasar Belakang	<ul style="list-style-type: none"> Menggumpulkan ibu hamil 	09.00-12.00	Puspita Sari Ariati Pagi Situmeang
Minggu Ketiga				
3	Sosialisasi pemberian jus pare untuk mencegah malaria pada ibu hamil di Kelurahan Pasar Belakang	<ul style="list-style-type: none"> Memberikan materi pengetahuan penyuluhan kepada ibu hamil dan memberikan jus pare 5 kali dalam 2 minggu 	09.00-12.00	Puspita Sari Ariati Pagi Situmeang
Minggu Keempat				
4.	Monitoring hasil pemberian jus pare untuk mencegah malaria pada ibu hamil di Kelurahan Pasar Belakang	<ul style="list-style-type: none"> Pengumpulan hasil laporan materi penyuluhan dari semua ibu hamil 	09.00-12.00	Puspita Sari Ariati Pagi Situmeang

2.3. Ringkasan/Garis-garis besar Materi

1) Pemanfaatan buah pare bagi ibu hamil

Manfaat pare untuk ibu hamil ada karena tanaman ini mengandung nutrisi yang bermanfaat bagi kesehatan. Meski demikian, konsumsi pare saat hamil juga perlu ditelaah kembali karena zat kimia tertentu di dalamnya diduga dapat memicu keguguran. Di Indonesia, pare biasa diolah menjadi masakan atau dimakan sebagai lalapan. Pare yang juga sering disebut sebagai 'paria'

dikenal sebagai tanaman herbal, karena buah dan bijinya bermanfaat dan bisa diolah sebagai obat tradisional.



Sudah sejak lama pare dipercaya sebagai tanaman herbal yang bermanfaat bagi kesehatan. Hal ini karena di dalam pare terkandung beragam nutrisi penting, yaitu:

- a. Vitamin, seperti vitamin A, C, E, B1, B2, B3, dan B12
- b. Mineral, seperti zat besi, kalsium, kalium, zinc, magnesium, dan fosfor
- c. Karbohidrat dan serat
- d. Antioksidan, seperti fenol, flavonoid, lutein, dan zeaxanthin.

Berkat kandungan nutrisi di atas, konsumsi pare bisa membawa beragam manfaat bagi kesehatan, termasuk kesehatan ibu hamil. Manfaat pare untuk kesehatan memang beragam, tetapi konsumsi buah satu ini perlu dibatasi pada ibu hamil. Beberapa ahli bahkan menyarankan untuk menghindarinya sama sekali. Pasalnya, senyawa kimia dalam pare diduga dapat memicu kontraksi rahim sehingga meningkatkan risiko keguguran. Selain pada ibu hamil, konsumsi pare saat menyusui juga kurang disarankan. Namun, sejauh ini penelitiannya masih sebatas pada hewan. Untuk berjaga-jaga, ibu hamil sebaiknya menghindari konsumsi pare. Meski begitu, jika Bumil mengidam makan pare, Bumil masih boleh mengonsumsinya dalam jumlah sedikit. Bila perlu, konsultasikan terlebih dahulu dengan dokter mengenai risiko konsumsi pare terhadap kehamilan Bumil. Jika setelah mengonsumsi pare timbul efek samping berupa sakit perut, diare, atau kontraksi, segera periksakan diri ke dokter kandungan.

2) Resep jus jambu biji

Bahan :

- a. 1 buah pare mentah yang sudah dibuang biji serta isinya
- b. 2 sendok makan madu
- c. 200 ml air
- d. Cara membuat
- e. Iris tipis pare yang sudah dibersihkan isi beserta bijinya
- f. Masukkan pare yang sudah di iris madu dan air ke dalam blender
- g. Lumat hingga teksturnya lembut
- h. Tuang jus pare dan sajikan



2.4. Masyarakat Sasaran

Sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu hamil tentang pemberian jus pare yang ada di kelurahan aek muara pinang

3. Tinjauan Hasil Yang Dicapai

Manfaat pare untuk kesehatan memang beragam, tetapi konsumsi buah satu ini perlu dibatasi pada ibu hamil. Beberapa ahli bahkan menyarankan untuk menghindarinya sama sekali. Pasalnya, senyawa kimia dalam pare diduga dapat memicu kontraksi rahim sehingga meningkatkan risiko keguguran. Selain pada ibu hamil, konsumsi pare saat menyusui juga kurang disarankan. Namun, sejauh ini penelitiannya masih sebatas pada hewan. Untuk berjaga-jaga, ibu hamil sebaiknya menghindari konsumsi pare. Meski begitu, jika Bumil mengidam makan pare, Bumil masih boleh mengonsumsinya dalam jumlah sedikit. Bila perlu, konsultasikan terlebih dahulu dengan dokter mengenai risiko konsumsi pare terhadap kehamilan Bumil. Jika setelah mengonsumsi pare timbul efek samping berupa sakit perut, diare, atau kontraksi, segera periksakan diri ke dokter kandungan.

4. Daftar Pustaka

Fidock, D A., Rosenthal, P J., Croft, S L., Brun, R., Nwaka, S., 2004, Antimalarial drug discovery: efficacy models for compound screening, Nature Reviews
Gunawan, S. 2000. Epidemiologi Malaria (in) P.N. Harijanto. (ed): Malaria, Epidemiologi.

5. Berita Acara



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)
NAULI HUSADA SIBOLGA**
Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
Jl. Kader Manik No. 02 Sibolga Telepon/Faximile 0631-23699
website : www.stikesnaulihusada.co.id email : stikesnaulihusadasbg@gmail.com

**Berita Acara Pengabdian Masyarakat Program Studi D3 Kebidanan
STIKes Nauli Husada Sibolga**

Pada hari ini, tanggal bulan Tahun bertempat di telah dilaksanakan kegiatan Pengabdian Masyarakat Prodi D3 Kebidanan STIKes Nauli Husada Sibolga.

Adapun perincian dari kegiatan sebagai berikut adalah :

Bentuk Kegiatan	: Pengabdian
Judul Materi	: Pemberian Jur Pare Untuk Pencegahan Nalaria Pada Ibu Hamil
Tanggal	:
Pelaksana	: Dosen
	: 1. Leli Situmeang, M.K.M
	: 2. Syahrul Khariati, S.ST., M.Kes
	: 3. Ayu Mazda, M.Kes
	: Mahasiswa
	: 1. Anisa Sihotang
	: 2. Juwita Panggabean
	: 3. Ariati Pagi
	: 4. Mutiana

Adapun hal-hal yang terjadi pada saat pelaksanaan berlangsung adalah sebagai berikut :

Berk dan lancar

Demikian berita acara pengabdian masyarakat ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.





Mengetahui
Ketua LPPM



(Devi Kristina Hutagalung, M.Pd)
NIDN. 0102039302

6. Daftar Hadir

DAFTAR HADIR		
DAFTAR HADIR PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT		
No	Nama	Tanda Tangan
1	Denans Gulo	
2	Lany Sikuppang	
3	Shelly	
4	Nada Sampreaf	
5	Lambur Buter - Butar	
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		