

PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU HAMIL MELALUI EDUKASI PENCEGAHAN ANEMIA

Arnianti^{1*}, Dewi Hastuty², Yuniar
Dwi Yanti³, Adeliana⁴, Yenni⁵

^{1,2,3,4,5} Fakultas Kesehatan,
Universitas Mega Buana Palopo

Article history

Received : 17 Juni 2025

Revised : 28 Juni 2025

Accepted : 30 Juni 2025

*Corresponding author

Arnianti

Email : arnianti0506@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Anemia masih menjadi masalah kesehatan serius pada ibu hamil di Indonesia, dengan prevalensi mencapai 48,9%. Kondisi ini tidak hanya meningkatkan risiko kematian ibu dan anak, tetapi juga berdampak pada kualitas sumber daya manusia secara keseluruhan. Oleh karena itu, penanganan anemia pada kehamilan membutuhkan intervensi kesehatan yang berkualitas. Tujuan: Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan anemia. Metode: Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan edukasi melalui leaflet, ceramah, diskusi, dan sesi tanya jawab. Peningkatan pengetahuan diukur dengan membandingkan hasil pre test dan post test secara deskriptif. Hasil: Sebelum edukasi (pretest), hanya 33% ibu hamil memiliki pengetahuan yang baik. Setelah edukasi (posttest), persentase ibu hamil dengan pengetahuan yang baik meningkat tajam menjadi 73%. Angka ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan. Kesimpulan: Edukasi kesehatan tentang pencegahan anemia efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil.

Kata Kunci: Anemia, Edukasi, Ibu hamil

Abstract

Background: Anemia is still a serious health problem in pregnant women in Indonesia, with a prevalence reaching 48.9%. This condition not only increases the risk of maternal and child mortality, but also has an impact on the quality of human resources as a whole. Therefore, handling anemia in pregnancy requires quality health interventions. Objective: This community service aims to improve the knowledge of pregnant women about preventing anemia. Method: This activity is carried out by providing education through leaflets, lectures, discussions, and question and answer sessions. The increase in knowledge is measured by comparing the results of the pretest and post-test descriptively. Results: Before education (pre test), only 33% of pregnant women had good knowledge. After education (post test), the percentage of pregnant women with good knowledge increased sharply to 73%. This figure shows a significant increase in knowledge. Conclusion: Health education about preventing anemia is effective in improving the knowledge of pregnant women.

Keywords: Anemia, Education, Pregnant women

PENDAHULUAN

Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan yang sangat serius di Indonesia, dengan prevalensi yang masih tinggi, mencapai 48,9%. Kondisi ini menjadi perhatian utama karena prevalensinya bahkan lebih tinggi pada ibu muda berusia 15-24 tahun (Tejavat, 2023). Anemia didefinisikan sebagai kondisi di mana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah berada di bawah ambang batas normal (Dos Santos et al., 2024), (Jagadeeswari et al., 2024). Dikatakan anemia jika kadar hemoglobin ibu kurang dari 11,0 g/dL (Khan Galzie & Imtiaz Rasool, 2022). Pada trimester pertama dan ketiga serta kadar hemoglobin kurang dari 10,5 g/dL pada trimester dua (Balcha et al., 2023).

Secara umum, anemia pada kehamilan disebabkan oleh kekurangan nutrisi seperti zat besi, asam folat, dan vitamin B12 yang sangat penting untuk pembentukan sel darah merah (Tejavat, 2023). Selain itu, faktor lain seperti tingkat pendidikan, kondisi sosial-ekonomi, pekerjaan, dan pengetahuan juga sangat memengaruhi risiko terjadinya anemia pada ibu hamil (Purwanto & Dhiyaulha, 2024), (Nurhasanah et al., 2023). Di Kota Palopo sendiri, masalah ini juga sangat nyata; data dari Puskesmas Wara menunjukkan ada 60 kasus anemia pada ibu hamil hanya dalam periode tiga bulan terakhir (Januari-Maret 2025).

Dampak dari anemia pada kehamilan sangat luas dan berbahaya. Kondisi ini tidak hanya meningkatkan risiko kematian pada ibu dan anak, tetapi juga secara langsung memengaruhi keberlangsungan kesejahteraan mereka (Obeagu, 2024). Anemia adalah cerminan dari tingkat kesejahteraan sosial ekonomi masyarakat dan memiliki dampak jangka panjang yang signifikan pada kualitas sumber daya manusia (Kuntari & Supadmi, 2024).

Melihat dampak yang begitu besar, penanganan anemia memerlukan perhatian serius dan intervensi kesehatan yang berkualitas dari semua pihak terkait. Intervensi ini tidak hanya berfokus pada pengobatan, tetapi juga pada pencegahan. Salah satu intervensi yang paling efektif dan terjangkau adalah edukasi kesehatan. Peningkatan pengetahuan pada ibu hamil menjadi kunci untuk mengubah perilaku dan kebiasaan sehari-hari yang dapat mencegah terjadinya anemia.

Berdasarkan data prevalensi yang tinggi dan kurangnya pengetahuan sebagai salah satu faktor risiko, kegiatan pengabdian masyarakat ini menjadi sangat penting. Tujuannya adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil di Kota Palopo tentang pentingnya pencegahan anemia selama kehamilan. Diharapkan dengan pengetahuan yang lebih baik, ibu hamil dapat menjaga kesehatan diri dan janinnya secara optimal.

Melihat urgensi masalah anemia dan data di lapangan, pengabdian masyarakat ini berfokus pada intervensi pendidikan kesehatan. Tujuan utamanya adalah memberdayakan ibu hamil di Posyandu Dahlia, Kelurahan Tompotikka, Kota Palopo, dengan meningkatkan pengetahuan mereka tentang pencegahan anemia kehamilan. Kegiatan ini menawarkan kebaruan dengan menerapkan pendekatan edukasi yang terintegrasi, menggabungkan ceramah, diskusi, dan penggunaan leaflet yang disesuaikan secara khusus, sehingga diharapkan dapat memberikan dampak pengetahuan yang lebih signifikan dan berkelanjutan dibandingkan program edukasi sebelumnya.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di Posyandu Dahlia, Kelurahan Tompotikka, Kota Palopo, dengan melibatkan total 15 orang ibu hamil. Kegiatan ini berfokus pada edukasi pencegahan anemia melalui beberapa metode, yaitu ceramah, diskusi interaktif, dan pembagian leaflet. Untuk mengukur peningkatan pengetahuan, evaluasi dilakukan dengan memberikan kuesioner pre test sebelum edukasi dan post test setelah edukasi. Kuesioner ini terdiri dari beberapa pertanyaan yang dirancang untuk mengukur tingkat pemahaman peserta tentang

anemia. Penilaian pengetahuan dikategorikan berdasarkan sistem skoring: pengetahuan baik (76-100%), cukup (56-75%), dan kurang (<56%). Kuesioner yang digunakan merupakan adaptasi dari instrumen yang telah diuji validitasnya dalam penelitian sebelumnya.

Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test untuk melihat peningkatan pengetahuan peserta.

Tabel 1.
Rincian kegiatan edukasi

Waktu(Wita)	Rincian Kegiatan	Metode & Media
Tahap Awal		
08.00 - 08.15	Registrasi dan Pembukaan: Pendaftaran peserta, sambutan, dan penjelasan singkat tentang tujuan kegiatan.	Absensi
08.15 - 08.30	Pre test: Pengisian kuesioner awal oleh peserta untuk mengukur pengetahuan dasar tentang anemia sebelum diberikan edukasi.	Kuesioner (Pre test)
Tahap Inti (Edukasi)		
09.45 - 10.00	Pembagian dan Penjelasan Leaflet: Pembagian leaflet yang berisi rangkuman cara pencegahan anemia dan tips gizi.	Leaflet
08.30 - 09.15	Pemberian Materi (Ceramah): Penjelasan mendalam mengenai pengertian anemia, penyebab, gejala, dampak seriusnya pada ibu hamil dan janin dan menu sehat ibu hamil.	Ceramah
09.15 - 09.45	Diskusi dan Tanya Jawab: Sesi interaktif untuk peserta bertanya dan berdiskusi tentang materi yang sudah disampaikan.	Diskusi, Tanya Jawab
Tahap Akhir		
10.00 - 10.15	Post test: Pengisian kuesioner yang sama dengan pre-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan setelah edukasi.	Kuesioner (Post test)
10.15 - 10.30	Penutup: Kesimpulan, pesan penutup, dan dokumentasi.	Dokumentasi Foto

HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dengan empat tahapan yakni: pertama identifikasi masalah: pada tahap ini dilakukan identifikasi masalah dan menentukan metode melalui *group discussion* dengan kelurahan dan ibu hamil. Ke dua persiapan: menyusun materi dan media edukasi, menyusun lembar evaluasi pre test dan post test. Ke tiga pelaksanaan: pelaksanaan kegiatan edukasi dengan metode cerama, diskusi dan tanya jawab. Ke empat evaluasi: evaluasi pengetahuan edukasi dilakukan dengan menggunakan pre test dan post test. Pre test diberikan sebelum diberikan edukasi, sedangkan post test diberikan setelah diberikan edukasi. Hasil pre test dan post test diuraikan pada tabel 2 berikut:

Tabel 2.
Distribusi frekuensi rata-rata pengetahuan responden tentang pencegahan anemia pada ibu hamil sebelum dan sesudah edukasi di Posyandu Dahlia Kota Palopo

No	Kategori pengetahuan	Pretest		Posttest	
		F	%	F	%
1	Kurang	6	40%	1	7%
2	Cukup	4	27%	3	20%
3	Baik	5	33%	11	73%
	Total	15	100%	15	100%

Berdasarkan Tabel 2, data menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada ibu hamil setelah diberikan edukasi. Sebelum edukasi (pre-test), mayoritas peserta memiliki pengetahuan yang masih kurang, di mana terdapat 6 orang (40%) dalam kategori kurang, 4 orang (27%) cukup, dan hanya 5 orang (33%) yang berpengetahuan baik. Namun, setelah diberikan edukasi (post-test), terjadi perubahan drastis. Jumlah ibu hamil dengan pengetahuan kurang turun menjadi hanya 1 orang (7%), Cukup 3 orang (20%), sementara 11 orang (73%) menunjukkan peningkatan pengetahuan hingga kategori baik.

Hasil ini jelas menunjukkan efektivitas metode edukasi yang diterapkan, yaitu ceramah dan pembagian leaflet. Peningkatan pengetahuan pada mayoritas ibu hamil membuktikan bahwa intervensi edukasi sederhana ini berhasil menjembatani kesenjangan pengetahuan yang ada. Temuan ini sejalan dengan beberapa penelitian lain yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi kesehatan berbasis komunitas, seperti yang dilakukan oleh Tejavat (2023) dan Susmita et al. (2023), sangat efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat, khususnya pada kelompok rentan seperti ibu hamil. Pengetahuan yang meningkat ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku positif dalam pencegahan anemia.



Gambar 1 Edukasi pada Ibu hamil



Gambar 2 Leaflet



Gambar 3 Pasca kegiatan PkM

Edukasi kesehatan adalah kunci utama dalam upaya pencegahan anemia pada ibu hamil. Tingkat pengetahuan yang rendah tentang penyebab dan cara pencegahan anemia terbukti meningkatkan risiko kejadiannya, seperti yang ditegaskan oleh penelitian Triharini (2023). Hal ini menciptakan siklus di mana minimnya informasi menghalangi ibu hamil untuk mengambil tindakan pencegahan yang efektif. Tanpa pengetahuan yang memadai, ibu hamil mungkin tidak menyadari betapa pentingnya tindakan sederhana seperti mengonsumsi suplemen nutrisi atau menjaga pola makan.

Salah satu intervensi utama yang direkomendasikan untuk mencegah anemia adalah kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) selama masa kehamilan (Rustiawan & Pratiwi, 2022). Sayangnya, ketidakpatuhan ini sering terjadi akibat kurangnya pemahaman. Ketidakpatuhan juga dapat disebabkan oleh jaranganya kunjungan Antenatal Care (ANC), yang membatasi akses ibu hamil terhadap informasi dan TTD dari tenaga kesehatan (Almustafa, 2022). Oleh karena itu, edukasi yang berkualitas sangat krusial untuk membantu ibu hamil memahami bahwa TTD bukan sekadar anjuran, melainkan kebutuhan vital untuk kesehatan dirinya dan perkembangan janin.

Dengan pengetahuan yang baik, ibu hamil akan lebih termotivasi untuk melakukan penatalaksanaan mandiri yang efektif. Penatalaksanaan ini mencakup berbagai aspek penting, seperti kepatuhan mengonsumsi TTD secara rutin, memenuhi kebutuhan gizi melalui pola makan teratur, serta memperhatikan asupan nutrisi yang esensial untuk pertumbuhan janin (Munira & Viwattanakulvanid, 2021). Selain itu, mereka akan lebih sadar untuk mengatur aktivitas fisik dengan menghindari pekerjaan berat dan memastikan istirahat yang cukup (Putri Wulandini, 2020).

Dengan demikian, edukasi tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga memberdayakan ibu hamil untuk berperan aktif dalam menjaga kesehatan mereka. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat berkontribusi langsung pada peningkatan kepatuhan dan penurunan angka kejadian anemia, sejalan dengan tujuan layanan kesehatan berkualitas.

Meskipun menunjukkan hasil yang sangat memuaskan, kegiatan ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diakui. Pertama, jumlah sampel yang terbatas (15 orang) membuat generalisasi hasil menjadi kurang representatif untuk populasi yang lebih luas. Kedua, analisis data yang dilakukan hanya bersifat deskriptif karena tidak ada uji statistik untuk menguji signifikansi perbedaan secara matematis. Keterbatasan ini perlu menjadi catatan penting untuk kegiatan serupa di masa mendatang.

Berdasarkan hasil positif ini, ada beberapa saran implementatif yang dapat diterapkan. Metode edukasi menggunakan ceramah dan leaflet terbukti efektif, sehingga program ini dapat direplikasi di posyandu-posyandu lain di Kota Palopo. Replikasi ini sebaiknya dilakukan dengan dukungan penuh dari Puskesmas setempat dan melibatkan kader kesehatan sebagai ujung tombak. Keterlibatan kader dapat memastikan keberlanjutan program dan jangkauan informasi yang lebih luas.

Secara ilmiah, kegiatan ini memberikan kontribusi signifikan pada bidang keperawatan komunitas dan kesehatan masyarakat dengan membuktikan efektivitas intervensi edukasi berbasis komunitas dalam konteks pencegahan penyakit. Selain itu, kegiatan ini membuka peluang untuk inovasi berbasis teknologi. Keberhasilan edukasi ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan aplikasi atau platform digital yang menyediakan materi edukasi serupa. Inovasi ini akan menawarkan model intervensi digital yang efisien, mudah diakses, dan dapat menjangkau lebih banyak ibu hamil secara terukur, menjadi kontribusi penting untuk masa depan layanan kesehatan digital.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan, dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan mengenai pencegahan anemia pada masa kehamilan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil. Program edukasi sederhana yang menggunakan leaflet dan ceramah terbukti mampu meningkatkan persentase ibu hamil dengan pengetahuan baik dari 33% menjadi 73%.

Hasil ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang praktis dan mudah diterapkan ini dapat diadopsi oleh Puskesmas sebagai program rutin di posyandu untuk penguatan layanan kesehatan ibu. Untuk memastikan dampak positif yang berkelanjutan, disarankan agar kegiatan edukasi serupa dilakukan secara berkala dengan melibatkan kader dan tenaga kesehatan sebagai pendamping, sehingga jangkauan edukasi menjadi lebih luas dan berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Puskesmas Wara Koota Palopo, Kepala Kelurahan Tompotikka Kota Palopo, yang telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian Masyarakat ini. Sehingga dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada ibu hamil yang menjadi partisipan dan juga semua pihak telah membantu terlaksananya pengabdian kepada Masyarakat ini.

PUSTAKA

Almustafa Mohammed Sheikh Idriss, A., Mahdi Ahmed Hassan, A., & Khadir Mohammad Ali, U. (2022). Prevalence, Risk Factor and Management of Anemia With Pregnancy Among Women Attending Antenatal Care Clinic in Wad Madani Teaching Hospital. *International Journal of*

- Advanced Research*, 10(11), 388–400. <https://doi.org/10.21474/ijar01/15683>
- Balcha, W. F., Eteffa, T., Tesfu, A. A., Alemayehu, B. A., Chekole, F. A., Ayenew, A. A., Gessesse, N. A., Getu, A. A., Kassahun, E. A., Gezahegn, T. W., Adugna, K. F., & Nega, A. T. (2023). Factors associated with anemia among pregnant women attended antenatal care: a health facility-based cross-sectional study. *Annals of Medicine and Surgery*, 85(5). https://journals.lww.com/annals-of-medicine-and-surgery/fulltext/2023/05000/factors_associated_with_anemia_among_pregnant.60.aspx
- Dos Santos, M. E. A. T., Roque, J. S., Martins, A. N. T., Pereira, J. G. G., Vasconcelos, J. A., Figueiredo, A. L. B., Vicente, V. Z. C., Ferreira, P. M. R., Fonseca, A. P. M., Mascarenhas, M. R. de S., Silveira, B. T., Garcia, B. P., Castaman, B. C. Z., & Matos, A. S. (2024). Anemia: definição, epidemiologia, fisiopatologia, classificação e tratamento. *Brazilian Journal of Health Review*, 7(1), 4197–4209. <https://doi.org/10.34119/bjhrv7n1-341>
- Jagadeeswari, M., Seema Aashikab, A., Sonali, T., & Sujith Sivan, R. (2024). Neuro-fuzzy based Anaemia diagnosis using LabVIEW. *2024 4th International Conference on Intelligent Technologies (CONIT)*, 1–6. <https://doi.org/10.1109/CONIT61985.2024.10626306>
- Khan Galzie, S., & Imtiaz Rasool, Q. (2022). a Study on the Prevalence of Anaemia Among Pregnant Women in a Tertiary Care Hospital in Kashmir Valley. *Indian Journal of Applied Research*, 118, 29–30. <https://doi.org/10.36106/ijar/4003883>
- Kuntari, T., & Supadmi, S. (2024). Anemia in young pregnant women: A cross-sectional study in Indonesia. *JKKI : Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 15(2 SE-Original Article), 147–161. <https://doi.org/10.20885/JKKI.Vol15.Iss2.art3>
- Munira, L., & Viwattanakulvanid, P. (2021). Influencing factors and knowledge gaps on anemia prevention among female students in indonesia. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 10(1), 215–221. <https://doi.org/10.11591/ijere.v10i1.20749>
- Nurhasanah, R., Yuliani, F., Wari, F. E., & Irawati, D. (2023). *Determinant factors of anemia during pregnancy*. 1198–1204.
- Obeagu, E. I. (2024). *Annals of Hematology & Oncology Maternal Anemia and Its Impact on Fetal Growth and Development : A Review. December*.
- Purwanto, E., & Dhiyaulhaq, F. S. (2024). *Analysis of Factors Associated with The Occurrence of Anemia in Adolescent Girls in Indonesia*. 9(2), 187–196.
- Putri Wulandini, S., T. T. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Di Wilayah Puskesmas RI Karya Wanita Pekanbaru. *MENARA Ilmu*, XIV(02), 122–128. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/view/1707>
- Rustiawan, A., & Pratiwi, A. (2022). Evaluasi program pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil di puskesmas gedongtengen. *Abdi Geomedisains*, 61-71.
- Susmita, E., Astriana, A., Iqmy, L. O., & H, Z. (2023). The Factors Related To The Incidence Of Anemia In Pregnant Women. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 9(1), 105–123. <https://doi.org/10.33024/jkm.v9i1.7910>
- Tejavat, D. S. (2023). Prevalence of Anemia: A comprehensive review. *International Journal of Clinical and Diagnostic Pathology*, 6(3), 88–97. <https://doi.org/10.33545/pathol.2023.v6.i3b.539>
- Triharini, M., Mar'Ah Has, E. M., & Nofita, G. (2023). Determinant factors of anemia in pregnancy based on health belief model: a correlational study. *Jurnal Ners*, 18(1), 50–56. <https://doi.org/10.20473/jn.v18i1.43704>