



PENYULUHAN ANEMIA SEBAGAI UPAYA PREVENTIF DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN IBU HAMIL

^{1*}Ecih Winengsih, ²Fitrianindyah Yudha Ariesta

¹Prodi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Kencana

²Prodi Kebidanan, Politeknik Kesehatan YAPKESBI

*Email: ewinengsih20@gmail.com

Informasi Artikel

Abstrak

Kata kunci:

Penyuluhan, Pengetahuan, Ibu Hamil, Anemia

Diterima: 2025-06-23

Disetujui: 2025-06-30

Dipublikasikan: 2025-07-07

Anemia menjadi salah satu penyulit pada kehamilan. Kejadian anemia di Indonesia. Kejadian anemia diindonesia mencapai 27,7%. Menurut data Dinkes, angka kejadian ibu hamil dengan anemia yaitu puskesmas Cinunuk dengan 9,76% pada tahun 2024. Dampak anemia pada ibu hamil yaitu terjadinya perdarahan saat persalinan, kematian maternal, terjadinya prematuritas, berat badan bayi lahir rendah dan angka kematian perinatal yang meningkat. Penurunan kejadian anemia dengan pemberian penyuluhan agar pengetahuan ibu hamil meningkat. Kegiatan Pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan dengan menggunakan media powerpoint terkait dengan bahaya anemia pada masa kehamilan. Tujuan dari pengabdian Masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan bagi ibu hamil. Kegiatan inti yang dilakukan yaitu pemberian penyuluhan. Mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat melibatkan bidan desa, kader, dan ibu hamil. Kegiatan dimulai dari pemberian pre-test terkait bahaya anemia pada ibu hamil, dilanjutkan dengan pemberian penyuluhan terkait dampak anemia serta tahap terakhir pengisian post-test. Hasil yang didapatkan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu terjadi peningkatan pengetahuan tentang bahaya anemia pada ibu hamil yaitu sebesar 88,6 % untuk pengetahuan baik, sebesar 11,5% untuk pengetahuan cukup, dan pada tingkatan pengetahuan kurang menjadi 0 %. Peningkatan pengetahuan ibu hamil terkait dengan anemia dapat dilakukan dengan penyuluhan. Adanya perubahan tingkat pengetahuan serta penguatan pemahaman terkait bahaya anemia pada ibu hamil diharapkan dapat lebih peduli terhadap kondisi kesehatannya.

Abstact

Anemia is one of the complications of pregnancy. The incidence of anemia in Indonesia. The incidence of anemia in Indonesia reaches 27.7%. According to data from the Health Office, the incidence of pregnant women with anemia is the Cinunuk Health Center with 9.76% in 2024. The impact of anemia on pregnant women is bleeding during childbirth, maternal death, prematurity, low birth weight and increased perinatal mortality. Reducing the incidence of anemia by providing counseling so that the knowledge of pregnant women increases. This Community Service activity is carried out by providing counseling using PowerPoint media related to the dangers of anemia during pregnancy. The purpose of this Community Service is to increase knowledge for pregnant women. The core activity carried out is providing counseling. Partners in community service activities involve village midwives, cadres, and pregnant women. The activity begins with providing a pre-test related to the dangers of anemia in pregnant women, followed by providing counseling related to the impact of anemia and the final stage of filling out the post-test. The results obtained from this community service activity are an increase in knowledge about the dangers of anemia in pregnant women, namely 88.6% for good knowledge, 11.5% for sufficient knowledge, and at the level of knowledge less to 0%. Increasing the knowledge of pregnant women related to anemia can be done through counseling. The change in the level of knowledge and strengthening of understanding related to the dangers of anemia in pregnant women is expected to be more concerned about their health conditions.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang umum terjadi pada ibu hamil, terutama di negara-negara berkembang seperti Indonesia. Berdasarkan laporan terbaru dari World Health Organization (WHO), prevalensi anemia pada ibu hamil secara global masih mencapai angka yang tinggi, yaitu sekitar 35,5% pada tahun 2023. WHO juga mencatat bahwa di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, angka ini bahkan dapat melebihi 40%, menjadikannya sebagai salah satu masalah kesehatan masyarakat yang serius dan mendesak untuk ditangani (WHO, 2023).

Anemia pada kehamilan, khususnya anemia defisiensi besi, dapat berdampak buruk baik bagi ibu maupun janin yang dikandung. Ibu hamil dengan anemia berisiko lebih tinggi mengalami kelelahan kronis, infeksi, perdarahan saat persalinan, hingga kematian maternal. Sementara bagi janin, anemia ibu hamil dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), keterlambatan perkembangan janin, dan bahkan kematian perinatal (Kemenkes RI, 2023b), (WHO, 2023). Selama masa kehamilan, kebutuhan zat besi meningkat secara signifikan, mencapai sekitar 7–7,5 mg/hari pada trimester ketiga. Oleh karena itu, tanpa asupan nutrisi dan suplementasi yang memadai, ibu hamil sangat rentan mengalami anemia. (Kemenkes RI, 2023a)

Di Indonesia, data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan adanya penurunan prevalensi anemia pada ibu hamil menjadi 27,7%, dari sebelumnya 48,9%. Meskipun demikian, angka ini masih cukup tinggi dan menunjukkan bahwa hampir sepertiga ibu hamil di Indonesia mengalami anemia. Bahkan, beberapa studi lokal pada tahun 2024 mencatat angka prevalensi yang lebih tinggi di beberapa wilayah, berkisar antara 35–38%, terutama di daerah pedesaan yang memiliki keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan dan edukasi gizi (Syntax Literate, 2024).

Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2024, mencatat bahwa sekitar sepertiga ibu hamil ($\pm 32,5\%$) mengalami anemia indikasi bahwa masalah gizi dan suplementasi belum tertangani optimal di tingkat provinsi (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2024). Secara lebih spesifik, Kota Bandung menunjukkan situasi yang lebih kritis secara umum, 42,5% ibu hamil di kota ini mengalami anemia lebih tinggi dibanding rata-rata provinsi (Dinas Kesehatan Kota Bandung, 2024). Bahkan di beberapa wilayah seperti Margahayu Raya, prevalensi anemia mencapai 54,8%, menunjukkan kebutuhan intervensi gizi dan edukasi kesehatan yang lebih intensif (Yulianti, 2024). Di Puskesmas Cinunuk tahun 2024 di dapatkan data Ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya pada Januari 2024 – April 2024 sebanyak 461 ibu hamil dan yang mengalami anemia sebanyak 45 orang ibu hamil atau 9,76%. (Puskesmas Cinunuk, 2024)

Tingginya angka kejadian dan dampak anemia pada ibu hamil, diperlukan upaya preventif yang komprehensif dan berkelanjutan, salah satunya melalui kegiatan penyuluhan. Penyuluhan kesehatan mengenai anemia diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya deteksi

dini, konsumsi makanan bergizi, serta kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD). Intervensi edukatif ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku yang positif, sehingga menurunkan prevalensi anemia dan meningkatkan derajat kesehatan ibu hamil secara keseluruhan. (Muthmainnah, 2022), (Situmorang, 2021).

Upaya preventif merupakan langkah penting dan efisien dalam menanggulangi anemia. Pendekatan preventif tidak hanya berfokus pada penanganan kasus yang sudah terjadi, tetapi lebih diarahkan pada penyuluhan, edukasi, promosi kesehatan, dan intervensi gizi yang bertujuan untuk mencegah terjadinya anemia sejak dini. Salah satu bentuk upaya preventif yang efektif adalah penyuluhan kesehatan, yang dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya konsumsi makanan bergizi, kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD), serta deteksi dini melalui pemeriksaan hemoglobin secara rutin. (Nuraini, 2023),(Ramadhani, 2023)

Kegiatan penyuluhan juga dapat menjadi sarana komunikasi dan kolaborasi antara tenaga kesehatan, institusi pendidikan, dan masyarakat. Penyuluhan yang melibatkan kader, tokoh masyarakat, dan keluarga ibu hamil, diyakini akan lebih efektif dalam mengubah perilaku dan meningkatkan kepatuhan ibu hamil terhadap anjuran kesehatan. (Ningsih, 2023),(Lestari, 2020).

Dengan mempertimbangkan tingginya angka kejadian dan dampak anemia serta pentingnya pendekatan promotif dan preventif, maka diperlukan pelaksanaan kegiatan penyuluhan yang terencana, terstruktur, dan berkelanjutan sebagai salah satu strategi utama dalam peningkatan kesehatan ibu hamil. Hal ini sejalan dengan upaya pencapaian target Sustainable Development Goals (SDGs) poin ke-3, yaitu menjamin kehidupan yang sehat dan mendorong kesejahteraan semua orang di segala usia, khususnya dalam menurunkan angka kematian ibu (Ali, 2025), (Mizawati, 2024).

Dengan latar belakang tersebut, kegiatan penyuluhan anemia sebagai upaya preventif dalam meningkatkan kesehatan ibu hamil menjadi sangat penting untuk dilaksanakan, terutama di tingkat puskesmas.

METODE

Metode pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan, tanya jawab dan diskusi yang dilaksanakan pada bulan Juni tahun 2024. Peserta dalam kegiatan ini adalah ibu hamil yang mengalami anemia di Puskesmas Cinunuk sebanyak 34 orang Media penyuluhan menggunakan Powerpoint. Adapun alur dari pengabdian masyarakat :



Adapun tahapan kegiatan yang dilakukan adalah:

1. Tahap pertama adalah studi pendahuluan / survey.

Survey dilakukan ditempat yang dapat dilakukan untuk diadakan kegiatan pengabdian masyarakat.

2. Tahap assesement

Tahap ini melakukan analisa situasi dengan dilakukannya penilaian terhadap permasalahan yang ada dan kemudian direncanakan solusi pemecahannya berdasarkan kesepakatan bersama.

3. Tahap Persiapan

- a. Koordinasi Dengan Mitra terkait persiapan teknis pelaksanaan kegaitan inti meliputi tempat untuk dilakukannya penyuluhan.
- b. Menyusun Timeline kegiatan acara
- c. Penentuan PJ untuk kegiatan inti
- d. Pembuatan kuesioner sebagai instrument yang digunakan dalam kegiatan pengabdian.
- e. Pembuatan media penyuluhan dengan power point

4. Tahap Kegiatan Inti.

Kegiatan ini merupakan bagian terpenting dari proses pengabdian masyarakat, yang meliputi :

- a. Pretest pengetahuan tentang bahaya anemia pada kehamilan
- b. Penyuluhan tentang bahaya anemia pada kehamilan

5. Posttest pengetahuan tentang bahaya anemia pada kehamilan

6. Tahap evaluasi

Setelah dilaksanakannya kegiatan, dilakukan tahapan evaluasi terkait evaluasi proses: mengenai kendala saat pelaksanaan, kemudian evaluasi hasil dengan memberikan posttest sebagai bentuk evaluasi perubahan pengetahuan dan juga sikap dari sasaran. Dalam kegiatan ini kegiatan melibatkan beberpa pihak sebagai mitra pengabdian masyarakat, yang dimulai dari bidan desa dan kader yang memiliki kontribusi dalam melakukan pendampingan dan memfasilitasi keperluan dalam kegiatan program yang berhubungan dengan kegiatan dalam pengabdian masyarakat ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Kegiatan Penyuluhan pada Ibu hamil

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan tentang bahaya anemia pada kehamilan. Dilaksanakan secara luring. Pelaksanaan kegiatan pada tanggal 27 Juli 2024. Peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu hamil di Puskesmas Cinunuk yang berjumlah 35 orang. Hasil dari kegiatan penyuluhan tersebut adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil

Sebelum dan Setelah diberikan penyuluhan Tentang Bahaya Anemia Pada Ibu Hamil
Di Puskesmas Cinunuk Bandung

Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	N	%	N	%
Baik	7	20,6	31	88,5

Cukup	23	67,6	4	11,5
Kurang	4	11,8	0	0
Total	35	100%	35	100%

Dari tabel di atas bahwa sebagian besar sebelum diberikan penyuluhan pengetahuan mengenai anemia pada ibu hamil Cukup yaitu 67,6%. Dari tabel di atas bahwa sebagian besar setelah diberikan penyuluhan pengetahuannya meningkat menjadi baik mengenai anemia pada ibu hamil yaitu 88,5 %.

B. Pembahasan Kegiatan Penyuluhan Anemia Sebagai Upaya Preventif Dalam Meningkatkan Kesehatan Ibu Hamil

Peserta Kegiatan ibu hamil yang mengalami anemia, jumlah peserta yang mengikuti penyuluhan ini berjumlah 35 orang. Dalam kegiatan ini beberapa informasi yang dapat digali dari peserta adalah tentang dampak bahaya anemia pada ibu hamil. Setelah diberikan pengetahuan mengenai bahaya anemia pada ibu hamil tingkat pengetahuan mereka menjadi meningkat dengan hasil post test yang naik menjadi banyak ibu hamil yang mendapatkan hasil skor dipost test menjadi baik dari awalnya Sebagian besar memiliki pengetahuan cukup. Berikut ini adalah dokumentasi saat kegiatan penyuluhan berlangsung.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan dan Pengisian Kuesioner Anemia pada Ibu Hamil

Evaluasi Kegiatan Kegiatan ini dilaksanakan di Puskesmas Cinunuk dan berjalan tanpa adanya kendala yang berarti. Kegiatan ini berjalan lancar karena adanya dukungan dari pihak puskesmas, bidan desa, dan kader. Penyuluhan diberikan dalam kurun waktu 2 jam dan ibu hamil merasa tertarik dengan materi yang diberikan terbukti dari sesi diskusi banyak yang mengajukan pertanyaan maupun sharing mengenai bahaya yang akan dialami apabila ibu hamil mengalami anemia pada masa kehamilannya. Narasumber kemudian menjawab dari setiap pertanyaan yang diajukan oleh ibu hamil disisi lain partisipan menyadari bahwa dengan mengetahui bahaya negatif yang akan

ditimbulkan apabila mengalami anemia pada masa kehamilan maka mereka akan dapat menghindari risiko yang akan ditimbulkan.

Ibu hamil sebagai bagian dari masyarakat dapat juga mengalami masalah kesehatan. Gangguan kesehatan yang banyak dialami pada masa kehamilan adalah anemia. Anemia pada ibu hamil paling sering disebabkan oleh kekurangan zat besi, namun juga dapat terjadi akibat defisiensi nutrisi lain, infeksi, dan kondisi sosial. Pencegahan memerlukan pendekatan holistik: perbaikan gizi, suplementasi, deteksi dini, dan penyuluhan kesehatan.

KESIMPULAN

Pemberian penyuluhan pada ibu hamil di puskesmas Cinunuk Bandung, memiliki efektifitas terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang bahaya anemia yang dibuktikan dengan adanya kenaikan pengetahuan sebanyak 88,5%. Pemberian penyuluhan memudahkan ibu hamil dalam meningkatkan pengetahuan tentang bahaya anemia. Anemia pada ibu hamil berkaitan erat dengan SDG 3, khususnya target 3.1 dan 3.2, serta didukung oleh SDG 2 dan SDG 4. Upaya penurunan anemia secara sistematis akan membantu pencapaian target kesehatan ibu dan bayi secara global. Melalui kegiatan ini, masyarakat, khususnya para ibu hamil, diharapkan dapat memahami risiko kesehatan yang ditimbulkan oleh anemia serta cara pencegahan dan penanganannya secara tepat. Kegiatan penyuluhan ini tidak hanya berperan sebagai media edukasi, tetapi juga menjadi jembatan untuk membangun komunikasi antara tenaga kesehatan, institusi pendidikan, dan masyarakat sekitar. Keterlibatan tokoh masyarakat, kader posyandu, serta petugas puskesmas dalam pelaksanaan penyuluhan sangat diperlukan agar pesan yang disampaikan lebih mudah diterima dan diaplikasikan oleh masyarakat luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, S. A. (2025). Role of preconception nutrition supplements in maternal anemia and intrauterine growth: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials . *Systematic Reviews*, 14(11), 14–23.
- Dinas Kesehatan Kota Bandung. (2024). *Laporan Tahunan Kesehatan Ibu dan Anak Kota Bandung Tahun 2024*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2024). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat Tahun 2024*.
- Kemendes RI. (2023a). *Petunjuk Teknis Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri dan Ibu Hamil*.
- Kemendes RI. (2023b). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023: Ringkasan Eksekutif*.
- Lestari. (2020). Pengaruh edukasi kesehatan oleh petugas dan kader posyandu terhadap perilaku ibu hamil dalam pencegahan anemia. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 12(2), 112–120.
- Mizawati. (2024). Anemia-free strategies and antenatal care services in stunting prevention. *BKM Public Health and Community Medicine*, 40(7).

- Muthmainnah. (2022). Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(2), 89–97.
- Ningsih. (2023). Peran keluarga dalam peningkatan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan Reproduksi*, 7(1), 21–28.
- Nuraini. (2023). Hubungan konsumsi tablet zat besi dengan kejadian anemia pada ibu hamil. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 18(2), 134–141.
- Puskesmas Cinunuk. (2024). *Laporan Bulanan Kesehatan Ibu Hamil Januari–April 2024 [Dokumen tidak dipublikasikan]. Kecamatan Cileunyi, Kabupaten .*
- Ramadhani. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas wilayah pedesaan. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 15(1), 55–63.
- Situmorang. (2021). Upaya promotif dan preventif dalam pencegahan anemia pada ibu hamil melalui pendidikan kesehatan. *Jurnal Promosi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 6(1), 45–52.
- Syntax Literate. (2024). Prevalensi anemia pada ibu hamil di wilayah rural Indonesia: Studi kasus di Kabupaten Bangka Tengah dan Cilacap. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 9(12), 3421–3431.
- WHO. (2023). Anaemia in women and children: Progress and challenges. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240077309>.
- Yulianti. (2024). Prevalensi anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Margahayu Raya Kota Bandung. *Jurnal Kesehatan Reproduksi Indonesia*, 11(1), 22–29.