

## PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG ANEMIA PADA IBU HAMIL

Fyzria Qudratullah<sup>1</sup>, Ria Gustiani<sup>2</sup>, Dona Tri Sundari<sup>3</sup>, Indo Ungah<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, STIKES Mitra Adiguna

<sup>2,3,4</sup>Program Studi Sarjana Kebidanan, STIKES Mitra Adiguna

e-mail : fyzriaqudratullah@gmail.com<sup>1</sup>, rgustiani16@gmail.com<sup>2</sup>, dtrisundari@gmail.com<sup>3</sup>

### Abstrak

Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan masyarakat yang masih banyak ditemukan dan berkontribusi terhadap meningkatnya risiko komplikasi kehamilan serta persalinan. Rendahnya pengetahuan ibu hamil mengenai anemia menjadi salah satu faktor yang memengaruhi kejadian tersebut. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia melalui pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet. Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan dengan desain pre-test dan post-test. Kegiatan dilaksanakan di PMB Ferawati Palembang pada bulan November 2025 dengan jumlah peserta sebanyak 15 ibu hamil. Hasil menunjukkan bahwa sebelum penyuluhan hanya 20% ibu hamil memiliki pengetahuan baik, sedangkan setelah penyuluhan meningkat menjadi 53,3%. Kegiatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia. Pendidikan kesehatan secara berkelanjutan direkomendasikan sebagai strategi promotif dan preventif dalam menurunkan kejadian anemia pada ibu hamil.

**Kata Kunci :** Anemia, Pendidikan Kesehatan, Ibu Hamil

### Abstract

Anemia in pregnant women remains a significant public health problem and contributes to increased risks of pregnancy and childbirth complications. Limited knowledge among pregnant women is one of the contributing factors. This community service activity aimed to improve pregnant women's knowledge regarding anemia through health education using leaflets. The method applied was health counseling with a pre-test and post-test design. The activity was conducted at PMB Ferawati Palembang in November 2025, involving 15 pregnant women. The results showed that prior to counseling, only 20% of participants had good knowledge, which increased to 53.3% after counseling. This activity proved effective in improving pregnant women's knowledge about anemia. Continuous health education is recommended as a promotive and preventive strategy to reduce anemia incidence during pregnancy.

**Keywords:** Anemia, Health Education, Pregnant Women

### PENDAHULUAN

Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih menjadi perhatian utama di Indonesia. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi anemia pada ibu hamil mencapai 48,9%, yang menunjukkan bahwa hampir setengah dari ibu hamil mengalami kondisi tersebut. Anemia pada kehamilan umumnya disebabkan oleh defisiensi zat besi akibat peningkatan kebutuhan selama masa kehamilan yang tidak diimbangi dengan asupan gizi yang adekuat (Kemenkes RI, 2020).

Anemia pada ibu hamil dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, baik bagi ibu maupun janin. Dampak pada ibu antara lain kelelahan, penurunan daya tahan tubuh, risiko perdarahan postpartum, dan komplikasi persalinan. Sementara pada janin, anemia dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan intrauterin, bayi berat lahir rendah (BBLR), kelahiran prematur, hingga meningkatnya angka kematian perinatal (Qomarasari, 2023).

Salah satu faktor yang berperan penting dalam pencegahan anemia pada ibu hamil adalah tingkat pengetahuan. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik mengenai anemia cenderung lebih patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah, menjaga pola makan bergizi, serta melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin (Astuti & Pertiwi, 2022). Namun, di lapangan masih ditemukan ibu hamil yang belum memahami secara optimal tentang anemia, termasuk penyebab, tanda dan gejala, serta cara pencegahannya.

PMB Ferawati Palembang merupakan salah satu fasilitas pelayanan kebidanan yang melayani ibu hamil dari wilayah sekitar. Hasil observasi awal menunjukkan masih adanya ibu hamil yang mengalami gejala anemia dan memiliki keterbatasan pengetahuan terkait pencegahan anemia. Oleh karena itu, diperlukan intervensi berupa pendidikan kesehatan sebagai upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai anemia melalui pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet.

## METODE

Kegiatan ini merupakan pengabdian kepada masyarakat dengan pendekatan edukatif. Metode yang digunakan adalah pendidikan kesehatan melalui penyuluhan dengan desain pre-test dan post-test. Kegiatan dilaksanakan di PMB Ferawati Palembang pada bulan November 2025. Sasaran kegiatan adalah ibu hamil yang melakukan kunjungan antenatal di PMB Ferawati, dengan jumlah peserta sebanyak 15 orang. Tahapan kegiatan meliputi persiapan berupa survei lokasi, perizinan, dan penyusunan materi penyuluhan. Pelaksanaan pre-test untuk mengukur pengetahuan awal ibu hamil tentang anemia. Penyuluhan kesehatan mengenai anemia pada ibu hamil menggunakan metode ceramah dan diskusi serta media leaflet. Pelaksanaan post-test untuk menilai perubahan pengetahuan setelah penyuluhan. Evaluasi hasil kegiatan. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan tentang anemia pada ibu hamil yang berisi 20 pertanyaan. Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test dalam bentuk persentase.



Gambar 1. Bagan Alir kegiatan PKM

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Telah dilaksanakan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) berupa pendidikan kesehatan tentang anemia pada ibu hamil yang dilaksanakan melalui metode penyuluhan. Kegiatan ini diikuti oleh 15 orang ibu hamil di PMB Ferawati Palembang. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pendidikan kesehatan meliputi ceramah dan diskusi serta media leaflet. Pelaksanaan kegiatan berjalan dengan lancar, dan seluruh peserta berpartisipasi aktif dengan mengikuti pre-test dan post-test melalui pengisian kuesioner.

Hasil pre-test menunjukkan bahwa dari 15 ibu hamil, sebanyak 3 orang (20%) memiliki pengetahuan baik, 9 orang (60%) memiliki pengetahuan cukup, dan 3 orang (20%) memiliki pengetahuan kurang. Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan, terjadi peningkatan pengetahuan, di mana 8 orang (53,3%) memiliki pengetahuan baik dan 7 orang (46,7%) memiliki pengetahuan cukup, serta tidak ada lagi ibu hamil dengan pengetahuan kurang. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet dan metode ceramah interaktif efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah diberikan pendidikan kesehatan. Hal ini sejalan dengan penelitian Astuti dan Pertiwi (2022) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil dalam pencegahan anemia.

Media leaflet yang digunakan dalam kegiatan ini berperan sebagai sarana edukasi yang mudah dipahami dan dapat dibaca ulang oleh ibu hamil. Penyampaian materi secara interaktif juga mendorong partisipasi aktif peserta, sehingga materi lebih mudah diterima.

Pengetahuan yang baik diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku ibu hamil, seperti meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, memperbaiki pola makan, serta rutin melakukan pemeriksaan kehamilan. Dengan demikian, pendidikan kesehatan dapat menjadi strategi efektif dalam menurunkan kejadian anemia pada ibu hamil.

## SIMPULAN

Pendidikan kesehatan tentang anemia pada ibu hamil yang dilaksanakan di PMB Ferawati

Palembang terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil. Terjadi peningkatan persentase pengetahuan baik dari 20% sebelum penyuluhan menjadi 53,3% setelah penyuluhan.

**SARAN**

Kegiatan pendidikan kesehatan tentang anemia pada ibu hamil perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan metode dan media yang lebih variatif. Kerja sama dengan puskesmas dan tenaga kesehatan lain juga diperlukan untuk memperluas jangkauan edukasi..

**UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada STIKES Mitra Adiguna, LPPM STIKES Mitra Adiguna, serta PMB Ferawati yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh ibu hamil yang telah berpartisipasi aktif sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Affandi, A., & Soliha, E. (2023). Manajemen Pengetahuan. Surabaya: Cipta Media Nusantara.
- Astuti, W., & Pertiwi, R. (2022). Efektivitas pendidikan kesehatan dalam meningkatkan kepuhan konsumsi tablet zat besi. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 7(1), 55–63.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. Jakarta: Kemenkes RI.
- Martini, S., dkk. (2023). Anemia Kehamilan: Asuhan dan Pendokumentasian. Jawa Tengah: PT Nasya Expanding Management.
- Nurmalasari, A., & Yuliasari, I. (2021). Anemia pada ibu hamil: Faktor risiko dan dampaknya. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 12(2), 124–131.
- Qomarasari, D. (2023). Monograf Kejadian Anemia pada Kehamilan. Jawa Tengah: PT Nasya Expanding Management.