

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 5 No. 3	Edition: Juni 2025 – September 2025
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JMPH	
Received : 23 Juni 2025	Revised: 25 Juni 2025	Accepted: 28 Juni 2025

PEMBERDAYAAN IBU HAMIL DETEKSI DINI ANEMIA DAN PENCEGAHANNYA.

Empowerment of Pregnant Women in Early Detection and Prevention of Anemia.

Megawati Sinambela^{1*}, Evan Suheri², Meta Rosaulina³
 Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

Abstrak

Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang serius di Indonesia, dengan prevalensi mencapai 48,9% menurut RISKESDAS 2018. Kondisi ini dapat menimbulkan dampak buruk baik bagi ibu maupun janin, seperti keguguran, persalinan prematur, dan berat badan lahir rendah. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai deteksi dini dan pencegahan anemia melalui edukasi dan pemberdayaan di Dusun II, Desa Sidodadi, Kecamatan Biru-Biru, Kabupaten Deli Serdang. Metode pelaksanaan kegiatan berupa penyuluhan langsung dengan pendekatan ceramah interaktif, diskusi, serta pemeriksaan tekanan darah peserta. Hasil kegiatan menunjukkan antusiasme dan partisipasi aktif dari 26 ibu hamil yang hadir. Evaluasi pasca-kegiatan memperlihatkan peningkatan pemahaman peserta mengenai pentingnya konsumsi zat besi, suplemen TTD, serta pemeriksaan hemoglobin secara berkala. Kesimpulannya, pemberdayaan melalui edukasi terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil terhadap bahaya anemia dan pentingnya pencegahan secara dini. Disarankan agar kegiatan serupa dilakukan secara berkelanjutan dengan dukungan lintas sektor.

Kata Kunci: Anemia, Ibu Hamil, Deteksi Dini, Pemberdayaan, Penyuluhan Kesehatan

Abstract

Anemia in pregnant women is a serious public health issue in Indonesia, with a prevalence rate of 48.9% according to the 2018 Basic Health Research (RISKESDAS). This condition can have detrimental effects on both mother and fetus, such as miscarriage, preterm labor, and low birth weight. This Community Service Program (PKM) aimed to enhance pregnant women's knowledge on early detection and prevention of anemia through education and empowerment activities held in Dusun II, Sidodadi Village, Biru-Biru Subdistrict, Deli Serdang Regency. The program was implemented through interactive health education sessions, group discussions, and blood pressure monitoring. A total of 26 pregnant women participated actively in the event. Post-activity evaluations indicated an increased understanding among participants regarding the importance of iron intake, iron supplement consumption (TTD), and regular hemoglobin checks. In conclusion, empowerment through education proved effective in raising awareness among pregnant women about the dangers of anemia and the importance of early prevention. It is recommended that similar programs be conducted regularly with cross-sectoral support.

Keywords: hypertension; dietary education; DASH; knowledge; eating pattern

1. PENDAHULUAN

Anemia pada kehamilan merupakan kondisi medis yang terjadi akibat rendahnya kadar hemoglobin dalam darah ibu hamil, umumnya disebabkan oleh kekurangan zat besi. Kondisi ini menimbulkan berbagai risiko kesehatan serius baik bagi ibu maupun janin, seperti keguguran, persalinan prematur, hingga berat badan lahir rendah. Data dari Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 mencatat bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia mencapai 48,9%, menjadikannya sebagai masalah kesehatan masyarakat yang perlu segera ditangani. Di wilayah pedesaan seperti Dusun II Desa Sidodadi, rendahnya tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai anemia dan langkah-langkah pencegahannya turut memperparah kondisi ini. Kurangnya edukasi tentang pentingnya gizi, pemeriksaan hemoglobin, serta konsumsi rutin tablet tambah darah (TTD) menghambat upaya deteksi dini dan pencegahan. Oleh karena itu, pendekatan pemberdayaan masyarakat melalui penyuluhan kesehatan menjadi langkah strategis untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu hamil.

Kegiatan edukatif ini bertujuan untuk membekali ibu hamil dengan pemahaman tentang penyebab, gejala, serta tindakan pencegahan anemia selama kehamilan. Dengan pengetahuan yang cukup, diharapkan ibu hamil dapat mengambil langkah proaktif dalam menjaga kesehatannya, seperti mengonsumsi makanan bergizi, memeriksakan diri secara berkala, serta mematuhi anjuran medis. Pemberdayaan semacam ini menjadi dasar penting dalam menurunkan angka kejadian anemia dan meningkatkan kualitas kehamilan di tingkat komunitas.

2. METODE

2.1 Bahan

Bahan yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi leaflet edukasi mengenai anemia pada ibu hamil, yang disusun berdasarkan pedoman Kementerian Kesehatan RI dan disesuaikan dengan kebutuhan masyarakat Desa Sidodadi Dusun II.

2.2 Alat

Alat yang digunakan dalam kegiatan ini mencakup sphygmomanometer untuk pemeriksaan tekanan darah, stetoskop, formulir kehadiran, lembar evaluasi, alat tulis, serta perangkat dokumentasi seperti kamera dan pengeras suara.

2.3 Prosedur

Jenis kegiatan ini merupakan bentuk pengabdian kepada masyarakat berbasis edukatif dengan pendekatan partisipatif. Sasaran kegiatan adalah ibu hamil yang berdomisili di Dusun II Desa Sidodadi. Sebanyak 26 peserta mengikuti kegiatan penyuluhan. Kegiatan dimulai dengan pemeriksaan tekanan darah dan pencatatan kehadiran, dilanjutkan dengan penyuluhan tentang deteksi dini dan pencegahan anemia melalui ceramah dan diskusi interaktif. Evaluasi dilakukan dengan menilai partisipasi serta respons peserta terhadap materi yang disampaikan.

3. HASIL

Kegiatan penyuluhan tentang deteksi dini dan pencegahan anemia pada ibu hamil dilaksanakan pada tanggal 7 Mei 2025 di Balai Desa Sidodadi Dusun II. Sebanyak 26 ibu hamil hadir sebagai peserta dan mengikuti seluruh rangkaian kegiatan selama ±60 menit. Kegiatan diawali dengan pemeriksaan tekanan darah dan pencatatan kehadiran, lalu dilanjutkan dengan penyuluhan interaktif yang dipandu oleh tim pelaksana. Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi. Hal ini terlihat dari keaktifan dalam sesi tanya jawab, di mana peserta mengajukan pertanyaan seputar gejala anemia, faktor penyebab, serta langkah pencegahan melalui konsumsi makanan bergizi dan suplemen zat besi. Materi penyuluhan disampaikan secara lisan menggunakan media leaflet, dan diselingi diskusi kelompok untuk memperkuat pemahaman.

Hasil observasi menunjukkan bahwa peserta mampu mengingat kembali isi materi penyuluhan dengan baik, seperti pengertian anemia, klasifikasi berdasarkan kadar hemoglobin, tanda-tanda

awal, serta pentingnya pemeriksaan kehamilan secara rutin. Pemberdayaan melalui edukasi ini terbukti meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu hamil terkait anemia, serta mendorong keterlibatan aktif mereka dalam menjaga kesehatan selama kehamilan.

Tabel 1. Aspek Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Penyuluhan (n = 26)

Aspek Pengetahuan	Sebelum (Kategori)	Sesudah (Kategori)	Peningkatan
Pengertian anemia pada kehamilan	Kurang	Baik	Ya
Klasifikasi anemia menurut kadar Hb	Tidak tahu	Tahu	Ya
Penyebab anemia pada ibu hamil	Kurang	Baik	Ya
Gejala/tanda-tanda anemia	Tidak tahu	Baik	Ya
Pencegahan anemia dengan gizi dan TTD	Kurang	Baik	Ya
Peran keluarga dalam mencegah anemia	Tidak tahu	Cukup tahu	Ya
Pemeriksaan Hb selama kehamilan	Tidak tahu	Baik	Ya
Risiko anemia terhadap janin dan ibu	Tidak tahu	Tahu	Ya

4. PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ini menunjukkan bahwa pemberdayaan ibu hamil melalui edukasi kesehatan berperan penting dalam meningkatkan pemahaman tentang anemia kehamilan. Partisipasi aktif peserta dan kemampuan mereka dalam menyampaikan kembali informasi yang diberikan menunjukkan efektivitas metode penyampaian yang digunakan. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menekankan pentingnya intervensi edukatif dalam mendeteksi dan mencegah anemia sejak dini. Selain itu, keterlibatan keluarga dan dukungan masyarakat menjadi faktor penunjang keberhasilan, karena mampu menciptakan lingkungan yang mendukung perilaku sehat selama kehamilan.

5. KESIMPULAN

Pemberdayaan ibu hamil melalui kegiatan penyuluhan deteksi dini dan pencegahan anemia di Desa Sidodadi Dusun II terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta. Intervensi ini mendorong ibu hamil untuk lebih proaktif menjaga kesehatan diri dan janinnya, khususnya dalam pencegahan anemia melalui konsumsi makanan bergizi, suplemen zat besi, dan pemeriksaan kehamilan rutin. Edukasi berbasis komunitas seperti ini dapat dijadikan strategi berkelanjutan dalam upaya promotif dan preventif di bidang kesehatan ibu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Desa Sidodadi, seluruh kader desa, serta para ibu hamil yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan penyuluhan ini. Dukungan dan kerja sama dari semua pihak sangat berperan dalam kelancaran pelaksanaan kegiatan pemberdayaan ini, sehingga tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang deteksi dini serta pencegahan anemia pada ibu hamil dapat tercapai dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. Jakarta: Badan Litbangkes.
- [2] World Health Organization. (2020). Anaemia in Women and Children: WHO Global Anaemia Estimates. Geneva: WHO.
- [3] Handayani, L., & Nuraini, E. (2020). Pemberdayaan Ibu Hamil dalam Pencegahan Anemia melalui Edukasi Kesehatan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 14(1), 34–42.

- [4] Yanti, S. D., & Nurrohmah, A. (2023). Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Perawatan Saat Kehamilan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan dan Kesehatan Alkautsar*, 2(1), 21–28.
- [5] Wiknjosastro, H. (2014). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- [6] Prawirohardjo, S. (2016). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- [7] Igbinsa, I. et al. (2022). Maternal Anaemia and Pregnancy Outcomes. *International Journal of Gynecology & Obstetrics*, 158(2), 126–134.
- [8] Amir, A. N., Anggraini, M. L., & Jessica, F. (2021). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kadar Hb Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory*, 4(1), 1–8.
- [9] Arifin, L., & Rahmawati, E. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Kepatuhan Konsumsi TTD. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*, 8(2), 45–53.
- [10] Nugraheni, S. A., & Wahyuni, S. (2019). Edukasi Kesehatan Reproduksi bagi Ibu Hamil. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 1(1), 12–17.
- [11] Supriyatiningih, S. (2020). Deteksi Dini Kehamilan Risiko Tinggi. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 11(2), 123–130.
- [12] Kemenkes RI. (2019). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat.
- [13] Astuti, D. W. (2021). Peran Keluarga dalam Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 13(1), 34–40.
- [14] Wulandari, D. (2021). Faktor Risiko Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 6(2), 56–62.
- [15] Nurjanah, S., & Hidayati, N. (2018). Edukasi Gizi dalam Menurunkan Kejadian Anemia. *Jurnal Promkes*, 6(2), 112–120.
- [16] Sari, D. N., & Maulida, A. (2020). Peningkatan Pengetahuan Anemia dengan Media Leaflet. *Jurnal Kesehatan Holistic*, 14(1), 21–28.
- [17] Dewi, L., & Prasetyo, H. (2022). Pengaruh Edukasi Tablet Tambah Darah terhadap Pengetahuan Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(3), 143–149.
- [18] Kemenkes RI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- [19] Sitompul, A., & Silalahi, M. (2023). Efektivitas Edukasi Kesehatan Terhadap Perubahan Perilaku Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 78–85