

## Edukasi Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil

Anggrawati Wulandari<sup>1✉</sup>, Retno Palupi Yonni Siwi<sup>1</sup>, Erma Retnaningtyas<sup>1</sup>, Azizatul Mukarromah<sup>1</sup>, Frendina Kurnia Lende<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan IIK STRADA Indonesia

Korespondensi: [anggrawulandari64@gmail.com](mailto:anggrawulandari64@gmail.com), +62 82257022785

Diterima: 31 Mei 2023

Disetujui: 13 Juli 2023

Diterbitkan: 31 Oktober 2023

### Abstrak

**Latar belakang:** Anemia pada kehamilan merupakan masalah karena mencerminkan nilai kesejahteraan sosial ekonomi masyarakat dan berpengaruh sangat besar terhadap kualitas sumber daya manusia. Anemia pada ibu hamil disebut "potential danger for mother of child" (potensi membahayakan bagi ibu dan anak) karena itulah anemia memerlukan perhatian serius dari pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan pada lini terdepan. **Tujuan:** pengabdian masyarakat ini adalah untuk Meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan Anemia kehamilan. **Metode:** Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan dengan leaflet kepada ibu hamil tentang pencegahan anemia kehamilan dengan memberikan pre tes sebelum penyuluhan dan post tes sesudah penyuluhan. **Hasil:** Hasil penyuluhan didapatkan sebelum diberikan penyuluhan sebanyak 3 peserta (30%) dengan pengetahuan Baik dan setelah kegiatan terdapat peningkatan menjadi 8 peserta (80%) dengan pengetahuan Baik. **Kesimpulan:** Edukasi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan yang berhubungan dengan kejadian anemia.

**Kata kunci:** anemia, edukasi, ibu hamil

### Abstract

**Background:** Anemia in pregnancy is a problem because it reflects the value of the socio-economic welfare of the community and has a very large influence on the quality of human resources. Anemia in pregnant women is called "potential danger for mother of child" (potentially dangerous for mother and child) because of that anemia requires serious attention from those involved in health services at the forefront. **Objective:** this community service is to increase pregnant women's knowledge about preventing anemia in pregnancy. **Method:** This activity is carried out by providing counseling with leaflets to pregnant women about preventing anemia in pregnancy by giving pre-test before counseling and post-testing after counseling. **Result:** The results of counseling were obtained before counseling was given as many as 3 participants (30%) with good knowledge and after the activity there was an increase to 6 participants (60%) with good knowledge. **Conclusion:** Health counseling conducted can increase participants' knowledge related to anemia.

**Keywords:** anemia, education, pregnant woman

### PENDAHULUAN

Angka prevalensi anemia masih tinggi, yaitu secara global prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia adalah sebesar 43,9% [1]. Prevalensi anemia pada ibu hamil di perkirakan di Asia sebesar 49,4%. Di negara-negara berkembang ada sekitar 40% kematian ibu berkaitan dengan anemia dalam kehamilan [2]. Kebanyakan anemia dalam kehamilan disebabkan oleh defisiensi besi dan perdarahan akut, bahkan, jarak keduanya saling

berinteraksi. Tingginya prevalensinya anemia pada ibu hamil merupakan masalah yang tengah dihadapi pemerintah Indonesia. Berdasarkan Riset prosentasi ibu hamil yang mengalami anemia adalah 48,9% artinya 5 dari 10 ibu hamil di Indonesia mengalami anemia [3].

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Pesantren II Kota Kediri didapatkan 33% ibu hamil mengalami anemia. Anemia merupakan keadaan dimana tubuh memiliki jumlah sel darah merah

(eritrosit) yang terlalu sedikit, yang mana sel darah merah itu mengandung hemoglobin yang berfungsi untuk membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh [4].

Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah atau kapasitas sel darah merah yang membawa oksigen tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan fisiologis [5]. Pada ibu hamil keadaan normal kadar Hb 11,0 g/dl di trimester I dan kadar Hb 10,5 g/dl di trimester II dan III. Ibu hamil dengan anemia memiliki resiko tinggi dalam proses kehamilan, persalinan dan tumbuh kembang janin [6]. Anemia pada kehamilan berhubungan erat dengan kejadian mortalitas dan morbiditas pada ibu dan bayi diantaranya adalah perdarahan, resiko keguguran, lahir mati, prematuritas dan berat bayi lahir rendah [7]. Anemia didefinisikan sebagai penurunan jumlah sel darah merah atau penurunan konsentrasi Hb dalam sirkulasi darah [8].

Anemia pada kehamilan merupakan salah satu masalah nasional karena mencerminkan nilai kesejahteraan sosial ekonomi masyarakat dan pengaruhnya sangat besar terhadap kualitas sumber daya manusia. Anemia pada ibu, hamil disebut "potensiil danger to mother andchild" (potensiil membahayakan ibu dan anak) [9]. Oleh karena itulah anemia memerlukan perhatian serius dari semua pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan. Penyebab anemia pada ibu hamil adalah kekurangan zat besi dalam tubuh. Anemia defisiensi zat besi merupakan anemia yang disebabkan oleh kurangnya zat besi, asam folat dan vitamin B12 dikarenakan asupan yang tidak adekuat atau ketersediaan zat besi yang rendah [10].

Ibu hamil sangat rentan terhadap resiko dalam masa kehamilannya. Pengetahuan ibu hamil mengenai anemia akan mempengaruhi bagaimana pola keseharian semasa hamil dalam mengatasi permasalahan anemia yang terjadi. Melalui pendekatan pendidikan kesehatan terhadap masyarakat khususnya ibu hamil di Kota Kediri diharapkan dapat berpartisipasi aktif dalam penyuluhan pentingnya pengetahuan anemia pada ibu hamil.

## METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 10 orang ibu hamil yang dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 8 Februari 2023 di Puskesmas Pesantren II Kota Kediri. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dengan memberikan edukasi kepada ibu hamil menggunakan Leaflet tentang anemia kehamilan dengan memberikan pertanyaan *pre-test* sebelum penyuluhan dan pertanyaan *post-test* sesudah penyuluhan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada hari ditetapkannya sebagai waktu pengabdian, didapatkan kunjungan pasien ibu hamil ke Puskesmas sebanyak 10 orang. Seluruh ibu hamil bersedia menjadi partisipan kegiatan pengabdian. Data awal terkait

pengetahuan tentang anemia ditanyakan kepada para partisipan seorang demi seorang. Tim pengabdian tidak mendapatkan kesulitan saat wawancara dan edukasi karena kehadiran ibu hamil di waktu yang bersamaan sehingga pemaparan dapat sekali disampaikan untuk seluruh partisipan (Gambar 1).



Gambar 1. Edukasi pencegahan anemia

Program pengabdian kepada masyarakat yang berupa pemeriksaan kesehatan, konseling dan penyuluhan kesehatan mengenai "Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil", dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang tanda anemia pada ibu hamil, cara pencegahan dan penanganan anemia di rumah. Melalui kegiatan ini ibu hamil dapat mengambil keputusan dalam memanfaatkan fasilitas layanan kesehatan di masyarakat khususnya di Puskesmas Pesantren II Kota Kediri, untuk meminimalkan angka kekurangan zat besi pada ibu hamil akibat anemia (Tabel 1).

Tabel 1. Pengetahuan ibu hamil

Kategori Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	f	%	f	%
Kurang	3	30	0	0
Cukup	4	40	2	20
Baik	3	30	8	80
Total	10	100	10	100

Hal tersebut terbukti dari Rekap hasil Kuesioner sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Sebelum diberikan penyuluhan sebanyak tiga peserta (30%) dengan pengetahuan Baik dan setelah kegiatan terdapat peningkatan menjadi delapan peserta (80%) dengan pengetahuan Baik. Hal ini menunjukkan peserta sangat antusias untuk meningkatkan pengetahuan mereka tentang pencegahan anemia pada ibu hamil.

Konsumsi tablet tambah darah selama kehamilan merupakan program dari penanganan anemia kehamilan [11]. Tablet tambah darah dapat diperoleh ibu pada fasilitas kesehatan ketika melakukan kunjungan kehamilan, kunjungan kehamilan yang tidak rutin merupakan penyebab ibu tidak memperoleh pengetahuan serta tablet tambah darah dari tenaga kesehatan [12]. Ibu hamil dengan tingkat pengetahuan yang rendah beresiko mengalami kekurangan zat besi, sehingga tingkat pengetahuan tentang kekurangan zat besi yang rendah dapat mempengaruhi perilaku kesehatan ibu hamil dan dapat menyebabkan asupan makanan yang kurang zat besi [13].



Gambar 2. Leaflet edukasi anemia

Penatalaksanaan dengan menganjurkan ibu, agar menambah porsi makan (nasi, lauk, sayur, buah dan susu) karena semakin besar usia kehamilan maka semakin banyak kebutuhan nutrisi untuk ibu dan janin. Memberitahu ibu agar istirahat yang cukup, tidak melakukan pekerjaan rumah yang berat serta rutin [14]. Selain itu tetap menganjurkan ibu makan makanan bergizi, istirahat cukup dan tidak melakukan aktivitas yang berat serta tetap melanjutkan mengkonsumsi tablet Fe sampai 90 tablet selama kehamilan [15].

## KESIMPULAN

Penyuluhan pada 10 ibu hamil di lakukan di Puskesmas Pesantren II Kota Kediri sebelum diberikan penyuluhan sebanyak 3 ibu hamil (30%) dengan pengetahuan Baik dan setelah kegiatan terdapat peningkatan pengetahuan

menjadi 8 ibu hamil (80%) dengan pengetahuan baik. Kegiatan penyuluhan Anemia Kehamilan terbukti meningkatkan pengetahuan pada Ibu hamil dengan meningkatnya pengetahuan diharapkan kejadian anemia pada ibu hamil dapat diturunkan.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Puskesmas dan Bidan Koordinator Puskesmas Pesantren II Kota Kediri yang telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, sehingga dapat berjalan dengan baik. Begitu juga ibu hamil yang sudah bersedia menjadi partisipan dan juga semua pihak yang telah membantu terlaksananya pengabdian kepada masyarakat ini.

## REFERENSI

- [1] Hidayanti L, Rahfiludin MZ. Dampak Anemi Defisiensi Besi Pada Kehamilan: A Literature Review. *Gaster* 2020; 18: 50–64.
- [2] Wulandari AF, Sutrisminah E, Susiloningtyas I. Literature Review: Dampak Anemia Defisiensi Besi Pada Ibu Hamil. *J ILM PANNMED (Pharmacist, Anal Nurse, Nutr Midwivery, Environ Dent* 2021; 16: 692–698.
- [3] Tanzilha I, Damanik MRM, Utama LJ, et al. Faktor risiko anemia ibu hamil di Indonesia. *J Gizi Dan Pangan* 2016; 11: 143–152.
- [4] Retnaningtyas E, Siwi RPY, Wulandari A, et al. Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Melalui Pendidikan Kesehatan Mengenai Anemia Kehamilan. *Panramnuangku J Pengabdian Masyarakat* 2022; 2: 14–18.
- [5] Sari SIP, Harahap JR, Helina S. ANEMIA KEHAMILAN.
- [6] Chandra F, Junita DD, Fatmawati TY. Tingkat Pendidikan dan Pengetahuan Ibu Hamil dengan Status Anemia. *J Ilmu Ilmu Keperawatan Indones* 2019; 9: 653–659.
- [7] Roosleyn IPT. Strategi dalam penanggulangan pencegahan anemia pada kehamilan. *J Ilmu Widya* 2016; 3: 1–9.
- [8] Pujiastutik YE, Refina RC, Firdausi A, et al. Sosialisasi Anemia Kehamilan pada Ibu Hamil Trimester II dan III. *J Community Engagem Heal* 2019; 2: 1–4.
- [9] Sjahriani T, Faridah V. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. *J Kebidanan* 2019; 5: 106–115.
- [10] Astuti RY, Ertiana D. *Anemia dalam kehamilan*. Pustaka Abadi, 2018.
- [11] Wahyuni S, Ananti Y, Issabella CM. Hubungan Anemia Kehamilan Dengan Kejadian Berat Badan Lahir Rendah (BBLR): Systematic Literatur Review. *J Heal* 2021; 8: 94–104.
- [12] Ningsih ES, Putri SE. PENCEGAHAN ANEMIA KEHAMILAN. In: *Prosiding Seminar Nasional Unimus*. 2022.
- [13] Anashrin PA, Aryanti D, Februanti S. Implementasi

Pendidikan Kesehatan Penanganan Anemia Kehamilan Pada Ibu Hamil di Tasikmalaya. *Nurs Care Heal Technol J* 2022; 2: 147-153.

- [14] Sulistyawati W, Khasanah NA. Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Dan Faktor Yang Melatarbelakangi. In: *Prosiding Seminar Nasional*. 2019, pp. 201-207.
- [15] Nasla UE. *PENGELOLAAN ANEMIA PADA KEHAMILAN*. Penerbit NEM, 2022.