



UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN MASYARAKAT TENTANG PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI DESA PEMEPEK

Riwayati Malika*, Eli Arsanah, Fuji Khairani

Fakultas Kesehatan, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu Turmuzi, Jl. H. Badruddin, Bagu, Praya,
Lombok, Tenggara 83371, Indonesia

*Riwayati.malika@mail.ugm.ac.id

ABSTRAK

Kesehatan ibu hamil merupakan hal yang sangat penting dalam siklus kehidupan perempuan. Penyebab dari anemia selama masa kehamilan di negara berkembang dipengaruhi oleh berbagai faktor yang meliputi defisiensi mikronutrien dari zat besi, folat, vitamin A dan B12 infeksi kronis seperti TB dan HIV. Solusi yang diberikan dalam permasalahan yaitu dengan melakukan penyuluhan kepada ibu hamil terkait bagaimana cara mencegah anemia pada masa kehamilan dengan memberikan pengetahuan ibu hamil mengenai Anemia sehingga akan mempengaruhi bagaimana pola keseharian semasa hamil dalam mengatasi permasalahan Anemia yang terjadi pada ibu hamil di Desa Pemepek. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pencegahan anemia pada kehamilan. Sasaran pengabdian ini adalah Ibu hamil di desa Pemepek pada umur kehamilan trimester I, II dan III yaitu berjumlah 18 orang. Waktu Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan selama satu hari yaitu pada tanggal 28 Maret 2024. Lokasi pengabdian masyarakat yang di pilih yaitu Desa Pemepek Kecamatan Pringgarata Kabupaten Lombok Tengah. Hasil akhir kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil sebesar 80% dalam kategori baik. Ibu hamil yang memperoleh pendidikan dan informasi yang tepat mengenai pengetahuan tentang pencegahan anemia akan memahami dan dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari dan hidup sehat serta menjalani kehidupan yang berkualitas.

Kata kunci: anemia; ibu hamil; pengabdian masyarakat

EFFORTS TO INCREASE COMMUNITY KNOWLEDGE ABOUT THE PREVENTION OF ANEMIA IN PREGNANT WOMEN IN PEMEPEK VILLAGE

ABSTRACT

The health of pregnant women is very important in a woman's life cycle. The causes of anemia during pregnancy in developing countries are influenced by various factors including micronutrient deficiencies of iron, folate, vitamins A and B12, chronic infections such as TB and HIV. The solution given to the problem is by providing counseling to pregnant women regarding how to prevent anemia during pregnancy by providing pregnant women with knowledge about anemia so that it will influence their daily patterns during pregnancy in overcoming the problem of anemia that occurs in pregnant women in Pemepek Village. The aim of this activity is to increase mothers' knowledge about preventing anemia in pregnancy. The target of this service is 18 pregnant women in Pemepek village in the first, second and third trimesters of pregnancy. The community service implementation time is carried out for one day, namely March 28 2024. The location of community service chosen is Pemepek Village, Pringgarata District, Central Lombok Regency. The final results of this community service activity show an increase in knowledge of pregnant women by 80% in the good category. Pregnant women who receive appropriate education and information regarding knowledge about preventing anemia will understand and be able to apply it in their daily lives and live healthy and quality lives.

Keywords: anemia; community service; pregnant mother

PENDAHULUAN

Kesehatan ibu hamil merupakan hal yang sangat penting dalam siklus kehidupan perempuan. Selama masa kehamilan, setiap perempuan dapat mengalami komplikasi yang membahayakan diri maupun janinnya (Rahmawati, 2019). Anemia pada masa kehamilan merupakan salah satu masalah kesehatan pada ibu hamil yang merupakan masalah kesehatan masyarakat dengan skala besar di tingkat dunia. Data WHO menunjukkan bahwa sekitar 38 persen ibu hamil di dunia mengalami anemia, terutama pada negara berkembang. Tingginya angka anemia pada ibu hamil memberikan kontribusi pada tingginya angka kematian ibu akibat dari perdarahan. Penyebab dari anemia selama masa kehamilan di negara berkembang dipengaruhi oleh berbagai faktor yang meliputi defisiensi mikronutrien dari zat besi, folat, vitamin A dan B12; infeksi parasit seperti malaria dan cacingan atau infeksi kronis seperti TB dan HIV. Kontribusi dari setiap faktor penyebab anemia selama hamil akan bervariasi dipengaruhi lokasi geografis serta pola makan (Prawirohardjo,S, 20107). Anemia selama kehamilan akan memberikan dampak buruk pada kesehatan ibu hamil dan janin. Gangguan yang dialami oleh ibu hamil tersebut berkaitan dengan masalah anemia selama hamil. Anemia pada masa kehamilan memberikan dampak pada kehamilan, persalinan dan nifas yaitu keguguran, partus prematurus, inersia uterus, partus lama, atonia uteri, syok, afribinogenemia, infeksi intrapartum dan dalam nifas, dan payah jantung. Anemia yang dialami oleh ibu hamil akan berakibat buruk pula pada bayi yaitu resiko preterm, berat badan lahir rendah dan peningkatan resiko kematian perinatal (Saifuddin,A.B., 2009).

Upaya pencegahan anemia pada masa kehamilan dapat dilakukan oleh ibu hamil dengan meningkatkan asupan zat besi melalui makanan, konsumsi pangan hewani dalam jumlah cukup dan mengurangi konsumsi makanan yang bisa menghambat penyerapan zat besi seperti: fitat, fosfat, tannin. Suplemen tablet zat besi yang diberikan minimal 90 tablet untuk memenuhi kebutuhan zat besi pada ibu hamil juga perlu untuk diminum secara tepat. Dukungan lingkungan seperti keluarga serta kelompok ibu hamil juga diperlukan pada upaya penurunan kejadian anemia (Retnaningtyas, E., et al, 2022). Dukungan sosial dari keluarga akan mempengaruhi persepsi dan keyakinan ibu hamil sehingga meningkatkan perilaku untuk mencegah anemia. Bentuk dukungan keluarga pada ibu hamil untuk mencegah anemia seperti pemberian keyakinan kemampuan ibu untuk minum tablet tambah darah secara teratur, mengingatkan untuk makan makanan bergizi, mengingatkan minum tablet tambah darah secara teratur dan keluarga memberikan contoh dengan makan makanan bergizi dan menjaga kebersihan diri. Dukungan dari sesama ibu hamil dapat diberikan selama kelas kehamilan atau menghadiri perawatan antenatal. Bentuk dukungan kelompok pada ibu hamil untuk meningkatkan perilaku pencegahan anemia seperti memberikan contoh dengan makan makanan bergizi dan minum tablet tambah darah secara teratur, serta memberikan informasi tentang cara mencegah anemia

Tenaga kesehatan memiliki peran dalam memberikan promosi kesehatan melalui pendidikan kesehatan yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia. Teknik konseling sangat cocok dilakukan karena interaksi dalam dua arah dan dapat mengikuti kebutuhan ibu hamil. Bentuk dari dukungan tenaga kesehatan bagi ibu hamil untuk mencegah anemia adalah memberikan kesempatan pilihan pengaturan menu makanan, kesempatan menyampaikan keluhan, keyakinan akan kemampuan ibu hamil, memberikan kesempatan bertanya, dan mendengarkan cerita dari ibu hamil. Upaya dari berbagai pihak secara

komprehensif dalam upaya mencegah anemia kehamilan sangat penting untuk dilaksanakan dalam upaya menurunkan angka kejadian anemia pada ibu hamil di dunia (Saifuddin AB, dkk. 2014). Beberapa ibu hamil di Desa Pemepek masih kurang pengetahuan mengenai Anemia pada Ibu hamil. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Pemepek akan melakukan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat khususnya ibu hamil mengenai Anemia pada ibu hamil.

Penyuluhan kesehatan merupakan kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan. (Notoadmodjo, 2007) 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 Desa Pemepek diharapkan dapat berpartisipasi aktif dalam penyuluhan pentingnya pengetahuan Anemia pada ibu hamil. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pencegahan anemia pada kehamilan di Desa Pemepek.

METODE

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah dengan memberikan edukasi kepada ibu hamil melalui penyuluhan menggunakan lembar balik tentang anemia. Peserta adalah ibu hamil di Desa Pemepek Kecamatan Pringgarata dengan jumlah yang hadir sebanyak 18 orang ibu hamil. Tahapan pengabdian ini, antara lain:

1. Tahap Persiapan
 - a. Melakukan identifikasi masalah pada tanggal 25 Maret 2024 di desa dengan melibatkan bidan desa dan perwakilan kader posyandu dan merumuskan masalah utama berdasarkan tingkat kegawatan, keseriusan dan besarnya masalah sehingga diputuskan masalah yaitu masih kurangnya pemahaman ibu hamil tentang pencegahan anemia dalam kehamilan.
 - b. Tim pengabdian kepada masyarakat dan mitra menetapkan solusi terhadap masalah sesuai dengan kearifan budaya dan kemampuan desa setempat berupa edukasi tentang pencegahan anemia dalam kehamilan melalui penyuluhan.
 - c. Melakukan identifikasi /mendaftar ibu hamil yang ada di Desa Pemepek. Jumlah ibu hamil trimester I, II dan III : 18 orang.
2. Tahap Pelaksanaan dalam kegiatan ini adalah:
 - a. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan satu hari secara langsung pada Tanggal 28 Maret 2024 di Desa Pemepek oleh dosen dan mahasiswa dalam memberikan penyuluhan tentang pencegahan anemia pada ibu hamil..
 - b. Mempersiapkan Ruangan / tempat penyuluhan yang berkoordinasi dengan pihak Puskesmas
 - c. Mempersiapkan para ibu hamil di Desa Pemepek
 - d. Melakukan identifikasi/mendaftar semua ibu hamil yang datang sebanyak 18 orang.
 - e. Penimbangan berat badan
 - f. Pengukuran tekanan dara
 - g. Pemeriksaan kehamilan
 - h. Membuat Pendokumentasian Kegiatan

3. Tahap Evaluasi

- a. Tidak semua ibu hamil pada balai Desa Pemepek hadir dalam kegiatan ini dikarenakan banyak ibu hamil berhalangan hadir pada saat kegiatan diselenggarakan. Setelah dilakukan pendataan diketahui bahwa ibu hamil yang hadir sebagian besar merupakan ibu Multigravida sebanyak 12 orang (70%) dan sisanya Grandemulti Gravida.
- b. Peserta yang hadir sebelumnya diberikan pretest sebanyak 10 soal seputar anemia, untuk mengetahui pemahaman ibu. Kemudian dilakukan penyuluhan oleh tim pelaksana menggunakan bahasa dan komunikasi yang komunikatif secara dua arah serta dibantu menggunakan lembar balik. Setelah dilakukan penyuluhan peserta diberikan posttest menggunakan soal yang sama dengan pretest untuk dapat mengukur peningkatan pemahaman ibu
- c. Proses pelaksanaan kegiatan dalam pengabdian masyarakat ini berlangsung selama 1 hari ditanggal 28 Maret 2024 dari pukul 09.00 s/d 11.00 WITA sesuai jadwal yang telah direncanakan sebelumnya.

4. Hasil

Berdasarkan hasil pre dan post-test pada tahap evaluasi, didapatkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang anemia pada peserta. Hal ini didasarkan pada hasil pre dan post-test yang diberikan selama kegiatan. Hasil pre-test didapatkan sebanyak 3 peserta (15%) menjawab soal dengan nilai baik. Hasil post-test didapatkan bahwa sebanyak 14 peserta dapat menjawab soal post-test dengan nilai baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan pemahaman ibu tentang pencegahan anemia pada ibu hamil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.

Distribusi Karakteristik Peserta Kegiatan Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Pemepek

Karakteristik	f	%
Umur		
< 20 tahun	3	15
20 – 35 tahun	10	60
>35 tahun	5	25
Pendidikan		
Pendidikan Dasar (SD, SMP)	4	20
Pendidikan Menengah (SMU)	11	65
Pendidikan Tinggi (Diploma/PT)	3	15
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	13	75
Bekerja	5	25
Status Gravida		
Primigravida	0	0
Multigravida	12	70
Grandemulti Gravida	6	30

Berdasarkan tabel 1 diatas karakteristik umur <20 3 orang (15%), umur 20-35 tahun sebesar 10 orang (60%) dan usia >35 tahun 5 orang (25%). Pada kategori pendidikan, sebesar 4 orang (20%) memiliki pendidikan dasar, 11 orang (65%) pendidikan menengah dan 15% dengan pendidikan tinggi. Berdasarkan tabel 1.1 diatas menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan pekerjaan, sebesar 5 orang (25%) bekerja dan 13 orang (75%) tidak bekerja. Sedangkan

karakteristik responden berdasarkan status gravida, peserta penyuluhan 12 orang (70%) adalah multigravida dan 6 orang (30%) dengan grandemutigravida.

Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil

Tabel 2.

Tingkat Pengetahuan Peserta tentang “Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil” di Desa Pemepek

Tingkat Pengetahuan	Pretest		Post Test	
	f	%	f	%
Baik	3	15	14	80
Cukup	10	60	4	20
Kurang	5	25	0	0
Total	10	100	10	100

Tabel 2. diatas menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan peserta tentang pencegahan Anemia pada ibu hamil sebelum diberikan edukasi memiliki pengetahuan cukup sebesar 10 orang (60%) dan setelah diberikan edukasi sebesar 14 peserta (80%) memiliki pengetahuan yang baik.

Pengabdian kepada masyarakat telah dilaksanakan pada tanggal 28 Maret 2024 di Balai desa Pemepek Kecamatan Pringgarata, diikuti oleh ibu hamil sebanyak 18 orang dan 1 kader kesehatan. Penyuluhan kesehatan merupakan suatu proses kegiatan pemberian informasi tentang hidup sehat untuk mengubah perilaku masyarakat. Penyuluhan kesehatan juga merupakan salah satu bentuk intervensi yang mandiri untuk membantu klien baik individu, keluarga, kelompok maupun masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatannya melalui pembelajaran atau instruksi (Nurmala, *et al*, 2018). Berdasarkan tabel 1 karakteristik ibu hamil dalam kegiatan penyuluhan ini menunjukkan 25% berusia >35 tahun, 65% berpendidikan menengah, 75% tidak bekerja. Pada tabel 2. Menunjukkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan 15% ibu memiliki pengetahuan baik, 60% ibu memiliki pengetahuan cukup dan 25% pengetahuan kurang tentang pencegahan anemia pada ibu hamil. Notoatmodjo (2015) faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah Faktor internal (pendidikan, pekerjaan, umur) dan faktor eksternal (Lingkungan dan sosial budaya).

Selanjutnya setelah diberikan penyuluhan terdapat peningkatan jumlah ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik dari 15% meningkat menjadi 80% dan tersisa 20 % ibu hamil yang memiliki pengetahuan yang cukup tentang pencegahan anemia pada ibu hamil artinya bahwa pemberian informasi sangat bermanfaat untuk peningkatan pengetahuan. Pengetahuan seseorang biasanya diperoleh dari berbagai macam sumber seperti media massa, media elektronik, buku, petugas kesehatan (Notoatmodjo, 2015). Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan langsung serta menggunakan media promosi kesehatan (Buku KIA, *Leaflet* dan *LCD*) memberikan peningkatan pengetahuan pada ibu hamil tentang pencegahan anemia pada ibu hamil. Manfaat buku KIA bagi peningkatan pengetahuan ibu hamil didukung oleh penelitian Wijayanti (2017) menunjukkan ada hubungan yang positif dan signifikan pemanfaatan Buku KIA dengan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan anemia pada ibu hamil di BPM S. Sujarta Surakarta.

Hal ini sejalan dengan pengabdian yang dilakukan oleh Retnaningtyas, dkk (2021) penyuluhan tentang pencegahan anemia pada ibu hamil dengan hasil setelah diberikan materi dan bantuan media promosi diperoleh jumlah ibu hamil yang mempunyai pengetahuan baik 8 orang (80%) dan pengetahuan cukup 2 orang (20%). Edukasi pada ibu hamil tentang tanda bahaya dalam kehamilan merupakan kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman mitra tentang pencegahan anemia pada ibu hamil. Kehamilan merupakan proses reproduksi normal tetapi dapat

mempunyai risiko untuk terjadinya komplikasi. Dengan adanya pengetahuan ibu yang mayoritas baik mengenai pencegahan anemia pada ibu hamil, melakukan pencegahan pro-aktif sejak awal kehamilan, selama kehamilan sampai menjelang persalinan bersama dengan keluarga dan tenaga kesehatan.



Gambar Kegiatan Edukasi

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian pada masyarakat “upaya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan anemia pada ibu hamil di Desa Pemepek” berjalan lancar dan diikuti dengan antusias oleh para ibu hamil sehingga dapat disimpulkan hasil penyuluhan dari seluruh peserta memahami mengenai pencegahan anemia benar. Proses pelaksanaan pengabdian masyarakat berjalan lancar dan tidak ada kendala yang berarti. Selanjutnya diharapkan adanya perubahan perilaku ibu hamil dalam merawat kehamilannya sehingga komplikasi kehamilan seperti anemia bisa dicegah dengan mengonsumsi tablet Fe maupun makanan pengganti lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Prawirohardjo,S. (2010). Ilmu Kebidanan: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo : Jakarta.
- Saifuddin,A.B.(2009).Buku Acun Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal. Jakarta : Bina Pustaka
- WHO Health Statistic. (2017).Monitoring health for the SDGs.Diunduh 20/08/2018,darihttp://www.who.int/gho/publications/world_health_statistics/2018/en
- Kementerian Kesehatan R.I, (2017). Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). Jakarta: Kemenkes.

- Kementerian Kesehatan R.I, (2020). Pedoman Pelayanan Antenatal Terpadu 2020. Jakarta: Kemenkes.
- Kementerian Kesehatan R.I. (2021). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020. Jakarta: Kemenkes
- Nurmala et al, (2018). Promosi Kesehatan. Airlangga University Press, surabaya, 2018. <https://repository.unair.ac.id/87974/>
- Notoatmodjo, S, (2015). Promosi kesehatan dan ilmu perilaku., Jakarta. Pt. Rineka Cipta
- Rahmawati, A & Wulandari, R.C, (2017). Influence of Physical and Psychological of Pregnant Women Toward Health Status of Mother and Baby. Jurnal Kebidanan Vol 9 Nomor 2 (2019).
- Retnaningtyas, E., Siwi, R. P. Y., Wulandari, A., Qoriah, H., Rizka, D., Qori, R.,Malo, S. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Melalui Edukasi Mengenai Tanda Bahaya Kehamilan Lanjut di Posyandu Sampar. ADIMAS : Adi Pengabdian Kepada Masyarakat, 2(2), 25–30. <https://doi.org/doi.org/10.34306/adimas.v2i2.552>
- Saifuddin AB, dkk. (2014). Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

