



BERSAMA MENUJU KEHAMILAN SEHAT: EDUKASI UNTUK IBU HAMIL DALAM MENCEGAH ANEMIA DAN RISIKO KEMATIAN

Shindy Fajriani Fasha*, Mustika Ayu Lestari

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Qamarul Huda Badaruddin, Jl. H. Badaruddin Desa Bagu, Pringgarata,
Lombok Tengah, NTB 83371, Indonesia.

*shindyfasha127@gmail.com

ABSTRAK

Data terbaru menunjukkan peningkatan signifikan dalam angka kematian ibu (AKI) di Indonesia, yang tetap menjadi isu kesehatan yang serius. Ini sebagian besar disebabkan oleh anemia pada ibu hamil, yang mencapai 48,9%. Kondisi ini tidak hanya mengancam kesehatan ibu tetapi juga membahayakan janin. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan edukasi kesehatan kepada keluarga, khususnya kepada ibu muda, tentang pentingnya gizi yang baik dan cara mendeteksi anemia pada tahap awal kehamilan. Metode komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) diharapkan dapat membantu ibu memahami risiko yang terkait dengan anemia dan kehamilan dini. Analisis masalah kesehatan keluarga binaan, potensi diagnosis, dan perencanaan tindakan yang tepat adalah semua bagian dari program ini. Diharapkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan ibu dan janin meningkat dengan melibatkan keluarga dalam perencanaan dan evaluasi. Diharapkan bahwa hasil dari program ini akan menurunkan kecemasan keluarga dan meningkatkan kesadaran tentang asupan gizi yang tepat selama kehamilan, yang pada gilirannya akan mengurangi angka kematian ibu dan meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat.

Kata kunci: anemia; edukasi; kehamilan resiko tinggi; pencegahan; pengetahuan

TOGETHER TOWARDS A HEALTHY PREGNANCY: EDUCATION FOR PREGNANT WOMEN IN PREVENTING ANEMIA AND THE RISK OF DEATH

ABSTRACT

The latest data shows a significant increase in the maternal mortality rate (MMR) in Indonesia, which remains a serious health issue. This is mostly caused by anemia in pregnant women, which reaches 48.9%. This condition not only threatens the mother's health but also harms the fetus. The aim of this research is to provide health education to families, especially young mothers, about the importance of good nutrition and how to detect anemia in the early stages of pregnancy. Communication, information, and education (KIE) methods are expected to help mothers understand the risks associated with anemia and early pregnancy. Analysis of the health problems of the assisted family, potential diagnosis, and planning appropriate actions are all part of this program. It is hoped that awareness of the importance of maintaining maternal and fetal health will increase by involving families in planning and evaluation. It is hoped that the results of this program will reduce family anxiety and increase awareness about appropriate nutritional intake during pregnancy, which in turn will reduce maternal mortality and improve the quality of public health.

Keywords: anemia; education; high risk pregnancy; knowledge; prevention

PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator penting dalam menilai derajat kesehatan (Chen et al., 2021). Kematian ibu dapat digunakan dalam pemantauan kematian terkait dengan kehamilan. Indikator ini dipengaruhi status kesehatan secara umum, pendidikan dan

pelayanan selama kehamilan dan melahirkan. Sensitifitas AKI terhadap perbaikan pelayanan kesehatan menjadikannya indikator keberhasilan pembangunan sektor kesehatan. Kasus kematian ibu meliputi kematian ibu hamil, ibu bersalin dan nifas. Berdasarkan Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 AKI di Indonesia diperkirakan sebesar 24 per 100 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2021). Menurut WHO Angka Kematian Ibu (maternal mortality rate) merupakan jumlah kematian ibu akibat dari proses kehamilan, persalinan, dan pasca persalinan yang dijadikan indikator derajat kesehatan perempuan (Putri, 2024). Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu target global Sustainable Development Goals (SDGS) dalam menurunkan angka kematian ibu menjadi 70 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2030. Menurut WHO tahun 2019 Angka Kematian Ibu di dunia yaitu sebanyak 303.000 jiwa (Rodríguez, Velastequí, 2019). Angka Kematian Ibu di negara ASEAN yaitu sebesar 235 per 100.000 kelahiran hidup (ASEAN, 2021).

Data Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) menyatakan Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia meningkat dari 228 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2002-2007 menjadi 359 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2007-2012. Angka Kematian Ibu (AKI) mengalami penurunan pada tahun 2012-2015 menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup dan jumlah kematian ibu di Indonesia pada tahun 2019 yaitu sebanyak 4.221 kasus (Rodríguez, Velastequí, 2019). Di Indonesia jumlah AKI pada tahun 2020 menunjukkan 4.627 kasus kematian sebagian besar penyebab kematian ibu disebabkan oleh penyebab lain-lain sebesar 34,2%, perdarahan sebesar 28,7%, hipertensi dalam kehamilan sebesar 23,9%, dan infeksi sebesar 4,6% (Kemenkes RI, 2021). Kehamilan risiko tinggi adalah keadaan yang dapat mempengaruhi keadaan ibu maupun janin pada kehamilan yang dihadapi. Kehamilan resiko tinggi adalah kehamilan yang dapat menyebabkan ibu hamil dan bayi menjadi sakit atau meninggal sebelum kelahiran berlangsung (Shojaeian et al., 2021).

Anemia merupakan kondisi dimana sel darah merah tidak mencukupi kebutuhan fisiologis tubuh (Georgieff, 2020). Kebutuhan fisiologis tersebut berbeda pada setiap orang, dimana dapat dipengaruhi oleh jenis kelamin, tempat tinggal, perilaku merokok, dan tahap kehamilan. Anemia pada kehamilan ditegakkan apabila kadar hemoglobin (Hb) <11 g/dL. Sedangkan center of disease control and prevention mendefinisikan anemia sebagai kondisi dengan kadar Hb <11 g/dL para trimester pertama dan ketiga, Hb <10,5 g/dL pada trimester kedua, serta <10 g/dL pada pasca persalinan (Sharma et al., 2020). Menurut Kemenkes RI tahun 2019 kejadian anemia atau kekurangan darah pada ibu hamil di Indonesia masih tergolong tinggi, yaitu sebanyak 48,9%. Kondisi ini mengatakan bahwa anemia cukup tinggi di Indonesia dan menunjukkan angka mendekati masalah kesehatan masyarakat berat (severe public health problem) dengan batas prevalensi anemia lebih dari 40% (van Zutphen et al., 2021). Anemia bukan hanya berdampak pada ibu, melainkan juga pada bayi yang dilahirkan. Bayi yang dilahirkan kemungkinan besar mempunyai cadangan zat besi yang sedikit atau bahkan tidak mempunyai persediaan sama sekali, sehingga akan mengakibatkan anemia pada bayi yang dilahirkan. Dampak anemia pada ibu hamil dapat diamati dari besarnya angka kesakitan dan kematian maternal, peningkatan angka kesakitan dan kematian janin, serta peningkatan resiko terjadinya berat badan lahir rendah (Utami et al., 2024).

Karakteristik ibu hamil diketahui bahwa faktor penting penyebab resiko tinggi pada kehamilan terjadi pada kelompok usia dibawah 20 tahun dikatakan usia tidak aman karena saat bereproduksi dimana kondisi organ intim atau alat reproduksi anak dibawah umur belum siap, tinggi badan kurang dari 145 cm, berat badan kurang dari 45 kg, jarak anak terakhir dengan kehamilan

sekarang kurang dari 2 tahun, jumlah anak lebih dari 4. Ibu hamil dengan anemia juga memiliki faktor risiko seperti kelahiran prematur, bayi lahir dengan berat badan rendah (BBLR), perdarahan pasca melahirkan, depresi postpartum, dan kematian janin. Faktor penyebab resiko kehamilan apabila tidak segera ditangani pada ibu dapat mengancam keselamatan bahkan dapat terjadi hal yang paling buruk yaitu kematian ibu dan bayi (Masyarakat et al., 2024). Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memperdalam pemahaman masyarakat, khususnya keluarga Tn. "A", mengenai pentingnya kesehatan ibu dan anak, serta risiko yang dapat muncul selama masa kehamilan, terutama pada usia muda. Kontribusi ini secara khusus akan mengkaji beragam masalah kesehatan yang dihadapi oleh keluarga binaan, dengan fokus pada kasus anemia dan faktor-faktor risiko yang berhubungan dengan kehamilan. Selain itu, kami juga akan mengidentifikasi kemungkinan diagnosa serta merencanakan langkah-langkah cepat yang diperlukan untuk menangani permasalahan kesehatan tersebut. Diharapkan, melalui kegiatan ini, keluarga dapat lebih memahami kesehatan ibu dan anak, sehingga mereka mampu mengambil langkah pencegahan yang sesuai. Dengan demikian, kami berharap pengabdian masyarakat ini dapat memberikan dampak positif bagi kesehatan ibu dan anak di komunitas.

METODE

Kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat ini berupa edukasi yang bertujuan untuk memahami secara mendalam masalah kesehatan yang dihadapi oleh ibu hamil, khususnya Ny. "D" yang berusia 19 tahun yang berada di Dusun Baterate, Desa Ubung, Kecamatan Jonggat, Kabupaten Lombok Tengah. Pendekatan ini memungkinkan untuk menggali informasi yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor risiko dan dampak kesehatan yang dihadapi. Diskusi tanya jawab digunakan untuk mengembangkan pengetahuan tentang anemia, faktor penyebab, gejala dan tanda, pencegahan dan pengobatan, dll. Media yang digunakan adalah leaflet. Sarana yang digunakan untuk melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dan melaksanakan edukasi pengobatan anemia. Alat yang digunakan untuk melakukan kegiatan ini adalah leaflet.

Tahap Persiapan

Strategi pelaksanaan kegiatan ini dimulai dengan tahap persiapan, yang mencakup pengajuan perizinan kepada keluarga Tn. A yang tinggal di Dusun Baterate. Setelah perizinan diterima, langkah selanjutnya adalah menyiapkan materi yang berkaitan dengan pemeriksaan dan penyuluhan, termasuk satuan acara penyuluhan (SAP) dan media penyuluhan. Selain itu, perlu dibuat kontrak dengan Tn. A di Dusun Lekong Empat mengenai waktu, tempat, dan topik. Selama proses penyuluhan, strategi yang digunakan agar materi lebih mudah diterima oleh keluarga Tn. A, terutama Ny. D, adalah dengan pemateri menggunakan bahasa yang sederhana dan melibatkan tanya jawab langsung. Di akhir kegiatan, pemateri akan membagikan leaflet tentang materi yang telah disampaikan.



Gambar. 1 Leaflet

Tahap pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, kegiatan ini dimulai dengan kunjungan pertama yang dilakukan pada tanggal 5 September 2024 pukul 09.00 WITA dengan diawali oleh anamnesa, diikuti dengan pemeriksaan secara menyeluruh. Dari hasil pemeriksaan kadar Hb didapatkan hasil 9,4 gr/dL. Selanjutnya, dilakukan penyampaian materi edukasi dan penyuluhan mengenai anemia. Setelah kegiatan tersebut selesai, dilanjutkan dengan sesi diskusi berupa tanya jawab. Materi yang diberikan mencakup pengertian dan penyebab anemia, tanda serta gejala anemia, serta penatalaksanaan anemia.

Tahap evaluasi

Indikator keberhasilan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui Kunjunga kedua dilakukan pada tanggal 19 September 2024 pukul 09.00 WITA dengan melakukan evaluasi asuhan yang telah diberikan pada kunjungan pertama melalui tanya jawab dan umpan balik serta melakukan pemeriksaan darah untuk mengetahui perubahan kadar Hb. Dari hasil pemeriksaan kadar Hb terlihat mengalami peningkatan menjadi 10,2 gr/dL.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil kunjungan I dan II, ibu berusia 19 tahun mengalami anemia sedang dengan kadar Hb 9,4 g/dL, disertai keluhan pusing, lemah, dan cepat lelah. Ibu tidak mengetahui tentang anemia pada kehamilan dan risiko yang mungkin terjadi, seperti perdarahan antepartum dan komplikasi lainnya, termasuk lahir cacat pada bayi. Pada kunjungan kedua, keluarga mulai memahami kondisi ini. Kurangnya pengetahuan ibu dan keluarga berkontribusi pada masalah anemia, di mana usia ideal untuk hamil adalah antara 20 hingga 35 tahun. Diagnosa untuk ibu adalah anemia sedang dengan potensi risiko kematian bagi ibu dan janin. Mahasiswa memberikan informasi edukatif (KIE) mengenai dampak hamil di usia muda dengan anemia dan merekomendasikan pemeriksaan Antenatal Care (ANC). Rencana asuhan menyarankan bahwa

kadar Hb normal pada ibu hamil harus di atas 11 g/dL. Pelaksanaan tindakan asuhan telah sesuai dengan kebutuhan ibu dan teori yang ada. Evaluasi menunjukkan kemajuan, di mana keluarga telah memahami edukasi yang diberikan sehingga ibu dianjurkan untuk mengikuti semua saran demi mencegah komplikasi lebih lanjut.

Hasil pengabdian masyarakat ini sama seperti penelitian yang dilakukan oleh Khani Jeihooni et al. (2021), ditemukan bahwa program pendidikan berbasis Teori Perilaku Terencana (TPB) efektif dalam meningkatkan perilaku nutrisi yang mencegah anemia pada wanita hamil di Iran, dengan peningkatan signifikan dalam pengetahuan, sikap, dan kinerja setelah intervensi. Sementara itu, Darmawati et al. (2020) mengidentifikasi berbagai hambatan yang dihadapi tenaga kesehatan dalam pencegahan anemia defisiensi besi di Indonesia, termasuk kurangnya fasilitas, dukungan finansial, serta faktor sosio-kultural yang mempengaruhi kepatuhan ibu hamil terhadap konsumsi suplemen besi. Disisi lain, artikel oleh Sripriya Sundararajan dan Heike Rabe (2021) menyoroti pentingnya pencegahan anemia defisiensi besi pada bayi dan balita, yang dapat berkontribusi pada masalah kesehatan jangka panjang jika tidak ditangani dengan baik. Ketiga penelitian ini menunjukkan perlunya pendekatan multidimensi dalam upaya pencegahan anemia di kalangan ibu hamil dan anak-anak.



Gambar 2. anamnesa

SIMPULAN

Dari hasil penerapan asuhan kebidanan komunitas pada keluarga Tn. "A", khususnya Ny. "D", terungkap bahwa Ny. "D" belum mengetahui bahaya kehamilan di usia 19 tahun serta risiko anemia bagi ibu dan janin. Dalam konteks ini, mahasiswa memberikan edukasi kepada keluarga Tn. "A" mengenai masalah tersebut. Penerapan asuhan kebidanan komunitas terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman keluarga Tn. "A" tentang dampak negatif kehamilan di usia di bawah 20 tahun dan kondisi anemia, yang dapat menimbulkan berbagai risiko bagi ibu dan bayi. Oleh karena itu, disarankan agar Ny. "D" rutin melakukan pemeriksaan kesehatan untuk mengantisipasi kemungkinan masalah yang dapat terjadi. Setelah mendapatkan penjelasan, Ny. "D" menunjukkan pemahaman yang baik terhadap edukasi dan komunikasi informasi kesehatan (KIE) yang disampaikan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Dengan sepuh hati, kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah terlibat dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Khususnya kepada para pasien yang telah mempercayakan kesehatan mereka kepada kami. Dukungan dan partisipasi Anda sangat berarti, memberikan motivasi bagi kami untuk terus berkontribusi. Kami juga mengapresiasi tim medis, relawan, dan seluruh donatur yang telah bekerja dengan keras, menyisihkan waktu, dan memberikan sumber daya untuk kesuksesan program ini. Semoga kerjasama ini dapat berlanjut dan memberikan manfaat yang lebih besar bagi masyarakat. Bersama-sama, kita dapat menciptakan perubahan yang positif. Terima kasih atas kepercayaan dan dukungannya.

DAFTAR PUSTAKA

- ASEAN, 2021. (2021). Asean 2021. In ASEAN Statistics (Vol. 18).
- Chen, L., Feng, P., Shaver, L., & Wang, Z. (2021). Maternal mortality ratio in China from 1990 to 2019: trends, causes and correlations. *BMC Public Health*, 21(1), 4–11. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11557-3>
- Darmawati, D., Siregar, T. N., Kamil, H., & Tahlil, T. (2020). Barriers to Health Workers in Iron Deficiency Anemia Prevention among Indonesian Pregnant Women. *Anemia*, 2020. <https://doi.org/10.1155/2020/8597174>
- Dile, M., Demelash, H., Meseret, L., Abebe, F., Adefris, M., Goshu, Y. A., ... & Liyeh, T. M. (2020). Determinants of obstructed labor among women attending intrapartum care in Amhara Region, Northwest Ethiopia: A hospital-based unmatched case–control study. *Women's Health*, 16, 1745506520949727.
- Faradiba, R., Jeepi, N., & Iarasati Philip, R. (2023). Pengaruh Pemberian Buah Naga Merah Pada Ibu Hamil Terhadap Peningkatan Hemoglobin Di Wilayah Kerja UPT. Puskesmas Sambau Kota Batam 2023. *Jurnal Ventilator*, 1(4), 338-351.
- Febriati, L. D., & Zakiyah, Z. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan adaptasi perubahan psikologi pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(1).
- Georgieff, M. K. (2020). Iron deficiency in pregnancy. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 223(4), 516–524. <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2020.03.006>
- Hasanah, H. T., Lestari, W., & Woferst, R. (2023). Analisis Kecemasan dan Citra Tubuh Trimester II dan III Pada Primigravida. *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, 2(2), 104-111.
- Hermasari, B. K., & Budiastuti, V. I. (2021). Modul Pembelajaran Interprofesional Berbasis Komunitas: Bintang Pustaka. Bintang Pustaka Madani.
- Hutabarat, B. V., Nurita, S. R., Mutoharoh, S., ST, S., Evi Yanti, S. K. M., Puspitaningrum, D., ... & ST, S. (2024). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Kelompok Rentan. Mahakarya Citra Utama Group.
- Kemenkes RI. (2021). Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan 2021. Kementerian Kesehatan RI, 23. https://e-renggar.kemkes.go.id/file_performance/1-131313-1tahunan-314.pdf
- Khani Jeihooni, A., Rakhshani, T., Harsini, P. A., & Layeghiasi, M. (2021). Effect of educational program based on theory of planned behavior on promoting nutritional behaviors

- preventing Anemia in a sample of Iranian pregnant women. *BMC Public Health*, 21(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-12270-x>
- Maryana, N., Pribadi, P. S., & Anggraini, V. (2024). *Konsep Kehamilan dan Adaptasi Fisiologis pada Ibu Hamil*. Penerbit NEM.
- Masyarakat, P., Monitoring, M., Ibu, K., Balita, D. A. N., Resiko, R., Kehamilan, T., Pendekatan, D., Of, C., Di, C. M., & Malang, K. (2024). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Monitoring Tinggi Kehamilan dengan Pendekatan Continuum of Care M di Puskesmas. 1(2), 124–132.
- Mayangsari, R. N., ST, S., & Keb, M. (2024). *Buku Ajar Biologi Reproduksi dalam Kebidanan*. CV Pena Persada.
- Meilani, dkk. 2019. *Kebidanan Komunitas*. Yogyakarta: Fitramaya
- Prajayanti, H. (2022). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Komunitas*. Penerbit NEM.
- Puspitaningrum, E. M., Fatimah, R. N., & Aghniya, R. (2023). ↯ Gambaran Sikap Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Masa Kehamilan di Puskesmas Kebun Kopi Kota Jambi. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 5325-5332.
- Putri, M. (2024). Tentang Mengatasi Anemia dalam Kehamilan dan Pemberian Tablet Penambah Darah di Posyandu Seroja Ii Desa Sumurkondang Kec . Klari Bunga Romadhona Angka Kematian Ibu (maternal mortality rate) merupakan jumlah kematian ibu akibat darah merah untuk memenuhi kebutuhan Badan kesehatan dunia (World Health Organization / WHO) melaporkan bahwa 2018 , prevalensi kejadian anemia pada ibu hamil di kabupaten Karawang adalah Sehingga judul yang kami ambil untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah Optimalisasi Kesehatan Ibu Hamil Dengan Peningkatan Pengetahuan Tentang. 1(2), 65–72.
- Rodríguez, Velastequí, M. (2019). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析 Title.
- Sharma, D., Amgain, K., Panta, P. P., & Pokhrel, B. (2020). Hemoglobin levels and anemia evaluation among pregnant women in the remote and rural high lands of mid-western Nepal: A hospital based study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 20(1), 1–7. <https://doi.org/10.1186/s12884-020-02870-7>
- Shojaeian, Z., Khadivzadeh, T., Sahebi, A., Kareshki, H., & Tara, F. (2021). Perceived risk in women with high risk pregnancy: A qualitative study. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 26(2), 168–174. <https://doi.org/10.4103/ijnmr.IJNMR-32-20>
- Sundararajan, S., & Rabe, H. (2021). Prevention of iron deficiency anemia in infants and toddlers. *Pediatric Research*, 89(1), 63–73. <https://doi.org/10.1038/s41390-020-0907-5>
- Utami, R., Sartika, R., Sari, R. S., & Madani, Y. (2024). Hubungan Anemia Dan Preeklampsia Pada Ibu Hamil Dengan Kejadian Bayi Berat Badan Lahir Rendah (Bblr) Di Rsud Kabupaten Tangerang. *Medic Nutricia: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(3), 51–60. <https://doi.org/10.5455/mnj.v1i2.644xa>

- Van Zutphen, K. G., Kraemer, K., & Melse-Boonstra, A. (2021). Knowledge Gaps in Understanding the Etiology of Anemia in Indonesian Adolescents. *Food and Nutrition Bulletin*, 42(1_suppl), S39–S58. <https://doi.org/10.1177/0379572120979241>
- Wahyuni, S., Dhiana Setyorini, D., Arisani, G., Nuraina, N., Sukriani, W., Meyasa, L., ... & Siti Sopiatus, S. (2023). Buku ajar asuhan kebidanan persalinan dan bayi baru lahir.
- Yuliana, W., Romdhani, R. H. R., & Nulhakim, B. (2024). Perubahan Fisik pada Ibu Hamil Primigravida Trimester 1 di Ponkeskel Kedemangan Wilayah Kerja Puskesmas Kademangan Kecamatan Bondowoso. *Jurnal Keperawatan*, 17(2), 76-81.
- Yuniarti, F., & Ivantarina, D. (2022). Literature Review: Komplikasi Maternal dan Neonatal Akibat Persalinan Macet. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 1(3), 334-348.