

# Peningkatan Pengetahuan Tentang Pencegahan Dan Penanganan Anemia Pada Ibu Hamil

Sri Mulyani<sup>1</sup>, Muthia Mutmainah<sup>1</sup>, Meinarisa<sup>1</sup>, Putry Rahmani Jufira<sup>1</sup>, Silvi Salsabila<sup>1</sup>, Tasya Nabila<sup>1</sup>, Nadia Rifelda<sup>1</sup>, Etia Zaria Amna<sup>1</sup>, Tasya Isra Salsabila Usn<sup>1</sup>, Fadillah Nisa afrilia<sup>1</sup>, Eza Reiskha Dewi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Jurusan Profesi Ners Universitas Jambi

Email: [sri\\_mulyani@unja.ac.id](mailto:sri_mulyani@unja.ac.id)

## Abstrak

Prevalensi penderita anemia di Indonesia relatif masih tinggi. Upaya pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil diantaranya dapat dilakukan dengan meningkatkan pengetahuan. Tujuan pengabdian untuk meningkatkan pengetahuan peserta tentang pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil. Pengabdian masyarakat dilaksanakan di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi, dengan sasaran ibu hamil yang mengikuti kontrak waktu. Kegiatan penyuluhan diawali dengan membina hubungan saling percaya dan melakukan presentasi dan leaflet yang diberikan diakhir sesi presentasi. Kegiatan diawali pembukaan, penyampaian materi, evaluasi dengan tanya jawab dan diakhiri penutup. Berdasarkan hasil evaluasi diketahui bahwa semua peserta memahami materi yang telah diberikan oleh narasumber dan akan berupaya untuk melaksanakan sesuai materi yang diberikan.

**Kata Kunci :** Anemia, Ibu Hamil, Pengetahuan

## Abstract

*The prevalence of anemia sufferers in Indonesia is still relatively high. Efforts to prevent and treat anemia in pregnant women can include increasing knowledge. The aim of the service is to increase participants' knowledge about preventing and treating anemia in pregnant women. Community service was carried out at the Putri Ayu Community Health Center, Jambi City, targeting pregnant women who took part in pregnancy exercises. Extension activities begin with building a relationship of mutual trust and entering into a time contract. Next, counseling was carried out using power point media for presentations and leaflets were given at the end of the presentation session. The activity begins with an opening, delivery of material, evaluation with questions and answers and ends with a closing. Based on the evaluation results, it is known that all participants understand the material provided by the resource person and will try to implement it according to the material provided.*

**Keywords:** Anemia, Knowledge, Pregnant Women

## A. PENDAHULUAN

Anemia merupakan kondisi dimana berkurangnya sel darah merah (eritrosit) dalam sirkulasi darah atau massa hemoglobin (Hb) sehingga oksigen tidak dapat dibawa oleh darah ke seluruh jaringan. Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar hemoglobin (Hb) < 11 gr% pada trimester I dan III, sedangkan pada trimester II kadar hemoglobin < 10,5 gr% (Astuti & Ertiana, 2020). Kondisi fisiologi kehamilan berkaitan dengan anemia pada ibu hamil dimana tubuh mengalami perubahan jumlah darah meningkat dalam tubuh 20-30% sehingga kebutuhan zat besi dan vitamin meningkat untuk pembuatan hemoglobin (Hb) selain itu ibu hamil juga harus berbagi darah dengan bayinya sehingga kebutuhan darah 30% lebih banyak dibanding sebelum hamil (Noversiti, 2021).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) 2021, angka prevalensi anemia

masih tinggi, secara global prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia adalah sebesar 41,8%, di Asia sebesar 48,2%, Afrika 57,1%, Amerika 24,1% dan Eropa 25,1%. Di negara-negara berkembang ada sekitar 40% kematian ibu berkaitan dengan anemia dalam kehamilan. Penderita anemia anemia di Indonesia mencapai 48,9% ibu hamil. Berdasarkan data Dinak Kesehatan Kota Jambi Tahun 2022, angka prevalensi anemia pada kehamilan di Kota Jambi sebanyak 1421 orang (84,6%). Wilayah puskesmas paling banyak terdapat ibu hamil yang mengalami anemia yaitu pada Puskesmas Putri Ayu sebanyak 141 (18%), sedangkan angka anemia di wilayah puskesmas paling rendah yaitu di Puskesmas Kebun Handil dan Puskesmas Pall V masing-masing dengan angka 20 (0,4%).

Berbagai upaya pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil diantaranya dapat dilakukan dengan meningkatkan pengetahuan dan merubah sikap menjadi positif melalui edukasi tentang kebutuhan gizi selama kehamilan, pemeriksaan kehamilan paling sedikit 4 kali selama kehamilan, pemberian zat besi 90 tablet, cek Hb semester I dan III, apabila terdapat keluhan segera periksa ke pelayanan kesehatan, kebutuhan makanan ibu hamil disediakan yang sesuai, meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu hamil maupun keluarga dalam memilih, mengolah dan menyajikan makanan serta meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan dan gizi (Solehati, Sari, Lukman, & Kosasih, 2020).

Berdasarkan Waryono (2020), anemia pada ibu hamil dapat dicegah diantaranya dengan cukup istirahat, mengkonsumsi makanan bergizi yang banyak mengandung Fe, mengkonsumsi) sejumlah 90 tablet selama kehamilan. Diperlukan edukasi tentang pencegahan anemia sehingga pengetahuan dan merubah sikap ibu menjadi positif sehingga pada akhirnya ibu hamil dapat melakukan berbagai upaya untuk mencegah terjadinya anemia dan ibu menjadi patuh untuk mengkonsumsi tablet Fe.

Penanganan anemia pada ibu hamil menurut Safrudin (2020), diantaranya mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi, sayuran berwarna hijau tua dan buah-buahan, Membiasakan konsumsi makanan yang mempermudah penyerapan Fe seperti vitamin C, air jeruk daging dan ikan, serta menghindari minuman yang menghambat penyerapan Fe seperti teh dan kopi. Menurut Astriningrum (2021), membiasakan konsumsi makanan yang memperoleh vitamin B kompleks dari berbagai sayur dan buah serta dari telur, ikan, makanan laut, daging dan gandum dan mengkonsumsi vitamin B12. Upaya pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil dapat dilakukan secara optimal apabila ibu hamil dan keluarga berperilaku positif terhadap upaya tersebut.

Hasil studi kasus yang dilakukan di Puskesmas Putri Ayu dengan cara pendataan

kunjungan ibu hamil pada hari senin tanggal 22 april 2024 di dapat sebanyak 29 ibu hamil dengan pengecekan Hb, sebanyak 15 ibu hamil terdapat Hb rendah dengan hasil rata-rata Hb ibu hamil 8 g/dl.

## **B. METODE PELAKSANAAN**

Pengabdian masyarakat dilaksanakan di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi, dengan sasaran ibu hamil yang telah mengikuti senam hamil. Kegiatan penyuluhan diawali dengan membina hubungan saling percaya dan melakukan kontrak waktu dengan peserta. Selanjutnya dilaksanakan penyuluhan selama 30 menit dengan menggunakan media power point untuk presentasi dan leaflet yang diberikan diakhir sesi presentasi. Kegiatan diawali pembukaan, penyampaian materi, evaluasi dengan tanya jawab terkait materi yang telah diberikan dan di akhiri penutup. Berdasarkan hasil evaluasi diketahui bahwa semua peserta memahami materi yang telah diberikan oleh narasumber dan akan berupaya untuk melaksanakan sesuai materi yang diberikan.

## **C. HASIL DAN KETERCAPAIAN SASARAN**

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan oleh dosen dan mahasiswa Prodi Profesi Ners Jurusan Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. Kegiatan ini dilakukan di Puskesmas Putri Ayu pada Sabtu 4 Mei 2024. Kegiatan ini diikuti oleh ibu hamil yang telah mengikuti senam hamil di Puskesmas Putri Ayu.

Kegiatan pemberian materi telah disesuaikan dengan survei yang dilakukan sebelumnya bahwa terdapat ibu hamil yang memeriksa diri ke Putri Ayu dalam kondisi anemia. Materi yang disampaikan dibuat dengan menyesuaikan karakteristik peserta, dengan menggunakan bahasa yang mudah dipahami ibu dan menggunakan gambar-gambar yang menarik sehingga mencegah kebosanan selama mengikuti kegiatan.

Kegiatan penyuluhan dipandu oleh moderator yang berperan membuka dan menutup acara, memperkenalkan diri, menetapkan tata tertib acara penyuluhan, menjaga kelancaran acara, memimpin diskusi dan bersama fasilitator menjalin kerja sama dalam acara penyuluhan. Peran moderator dapat dijalankan dengan baik sehingga acara berlangsung dengan lancar sesuai tujuan.

Narasumber menyampaikan materi dengan baik, melakukan komunikasi yang

interaktif sehingga peserta antusias mendengarkan materi yang disampaikan dan aktif dalam tanya jawab. Materi meliputi: 1) pengertian anemia, 2) penyebab anemia, 3) tanda dan gejala anemia, 4) dampak anemia, 5) penanganan anemia pada ibu hamil, dan 6) pencegahan anemia pada ibu hamil.

Mahasiswa sebagai fasilitator memiliki peran yang baik untuk bersama moderator menjalin kerja sama dalam menyajikan materi penyuluhan, memotivasi peserta kegiatan dalam bertanya, menyiapkan pasien untuk mengikuti kegiatan berperan peserta semakin aktif dan antusias.

Kegiatan penyuluhan diakhiri dengan evaluasi. Narasumber menanyakan kembali terkait materi yang diberikan kepada peserta. Seluruh peserta mendapatkan kesempatan mendapat pertanyaan dan memberikan jawaban. Seluruh peserta mampu menjawab pertanyaan narasumber dengan menggunakan bahasa mereka sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa tujuan kegiatan dapat tercapai. Transfer pengetahuan sebagai upaya peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang penanganan anemia dapat tercapai.

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Solehati dkk (2020) dan Sugiarto (2020), diketahui bahwa pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap rata-rata pengetahuan responden dalam deteksi dini, pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil. Dengan edukasi maka terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil, dengan meningkatnya pengetahuan ditunjang dengan sikap yang mendukung diharapkan ibu hamil akan secara sadar melakukan pencegahan dan penanganan anemia. Teori yang dikembangkan oleh Notoatmojo (2021), menyebutkan bahwa perubahan perilaku seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap yang dimilikinya.

## **Dokumentasi Kegiatan**





#### **D. KESIMPULAN**

Terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan dan penanganan anemia ditandai dengan seluruh peserta mampu menjawab pertanyaan pemateri dengan benar. Peserta menyatakan akan melaksanakan pencegahan anemia dan melakukan upaya mempraktekkan apa yang telah diketahuinya.

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan sasarannya pasien ibu hamil di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi diharapkan ibu memahami tentang pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil. Selanjutnya ibu hamil diharapkan melakukan upaya untuk pencegahan anemia baik selama kehamilannya maupun pada periode setelah melahirkan.

## E. UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada seluruh peserta pengabdian, Kepala Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi beserta jajaran dan mahasiswa yang terlibat dalam pengabdian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Astriningrum, E. P., Hardinsyah, H., & Nurdin, N. M. (2021). Asupan Asam Folat, Vitamin B12, dan Vitamin C Pada Ibu Hamil di Indonesia. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 12(1), 31-40. <https://doi.org/10.25182/Jgp.2017.12.1.31-40>
- Astuti, R. Y., & Ertiana, D. 2020. *Anemia dalam Kehamilan*. Jawa timur : Pustaka Abadi.
- Dinkes Kota Jambi. 2022. *Profil Kesehatan Kota Jambi*.
- Notoatmojo, S. 2021. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Noversiti, E. 2021. Faktor-faktor yang berhubungan dengan anemia pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang. *Jurnal keperawatan UNAND* 5(1), 25-32
- Safrudin. 2020. *Kebidanan Komunitas*. Jakarta : Bina Pustaka
- Solehati, T., Sari, C. W. M., Lukman, M., & Kosasih, C. E. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Deteksi Dini Dan Pencegahan Anemia Dalam Upaya Menurunkan Aki Pada Kader Posyandu. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 4(1), 7-12.
- Sugiarto, K. 2020. Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Pada Ibu Hamil Tentang Anemia Terhadap Perilaku Pencegahan Anemia Selama Kehamilan. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan Stikes Dian Hisada Mojokerto*. 2(1) 28-3
- Waryono. 2020. *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihanna
- WHO, 2020. *Global Anemia 2020*. Geneva: World Health Organization. <https://www.who.int/westernpacific/health-topics/anaemia>.
- World Health Organization (WHO). *The global prevalence of anemia in 2021*. Geneva : World Health Organization 2021