

Edukasi Kesehatan Interaktif Cegah Anemia untuk Keselamatan Ibu dan Bayi

Nurul Fadhilah Gani¹, Hasnah¹, Nurhidayah¹, Arbiansingih¹, Huriati¹, Muthahharah¹, Sri Wahyuni Rahmadana¹, Niky Puspita Sari¹, Andi Sistawati¹, Ike Nur Hepy¹

¹Program Studi Ners, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar, Indonesia

ABSTRAK

Anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan yang berdampak signifikan terhadap ibu dan janin. Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia mencapai 48,9% (Riskesdas, 2018). Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia dan pencegahannya melalui edukasi menggunakan media poster. Kegiatan dilaksanakan di Puskesmas Bontomarannu, Kabupaten Gowa, pada 17 Juli 2025, dengan 26 peserta ibu hamil. Metode meliputi penyuluhan, diskusi interaktif, dan evaluasi pengetahuan melalui pre-post test. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta dari 46,15% kategori baik pada pre-test menjadi 80,77% kategori baik pada post-test. Edukasi dengan media visual dan interaktif terbukti efektif meningkatkan pemahaman tentang anemia, nutrisi, konsumsi tablet tambah darah, dan pemeriksaan kehamilan rutin.

Kata Kunci: anemia, ibu hamil, edukasi kesehatan, pencegahan

Penulis Korespondensi :

Nama Penulis korespondensi: Nurul Fadhilah Gani

Afiliasi: Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

E-mail :nurul.fadhilah@uin-alauddin.ac.id

No. Hp : 085237799776

Interactive Health Education to Prevent Anemia for Maternal and Infant Safety

ABSTRACT

Anemia in pregnant women remains a significant health problem affecting both mothers and fetuses. The prevalence of anemia among pregnant women in Indonesia reaches 48.9% (Riskesdas, 2018). This community service activity aimed to improve pregnant women's knowledge about anemia and its prevention through education using poster media. The activity was conducted at Bontomarannu Public Health Center, Gowa Regency, on July 17, 2025, involving 26 pregnant women. The method included counseling, interactive discussion, and pre-post test evaluation. The results showed an increase in participants' knowledge from 46.15% in the good category at pre-test to 80.77% at post-test. Education using visual and interactive media proved effective in increasing understanding of anemia, nutrition, iron supplementation, and routine antenatal care.

Keywords: Keywords: anemia, pregnant women, health education, prevention

Correspondent Author:

Name of Corresponding Author : Nurul Fadhilah Gani

Affiliation: Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

E-mail :nurul.fadhilah@uin-alauddin.ac.id

No. Hp : 085237799776

PENDAHULUAN

Anemia pada Ibu hamil masih merupakan komplikasi dengan prevalensi yang relative tinggi dan sangat beresiko terhadap kesehatan dan keselamatan ibu dan janin. Data dari (World Health Organization, 2025), sebesar 35,5% ibu hamil mengalami anemia secara global. Demikian pula di Indonesia, hasil Survei kesehatan Indonesia (2023) menunjukkan sebesar 27,7 % ibu hamil mengalami anemia (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Anemia pada ibu hamil adalah kondisi kadar hemoglobin <11 g/dl pada trimester I dan III, serta <10,5 g/dl pada trimester II (Kemenkes RI, 2013). Kondisi tersebut memberikan efek yang buruk bagi kesehatan ibu dan janin, berbagai gangguan kesehatan, gangguan pertumbuhan, hingga resiko kematian. Dampak yang mungkin timbul pada ibu hamil dengan anemia antara lain abortus. Penelitian (Rosadi et al., 2019) menyatakan bahwa ada hubungan anemia pada ibu hamil dengan kejadian abortus, sebesar 65,2% ibu hamil dengan anemia mengalami abortus. Anemia—terutama anemia defisiensi besi—menyebabkan kadar hemoglobin (Hb) menurun, sehingga kapasitas darah mengangkut oksigen juga menurun. Kondisi ini berisiko menyebabkan hipoksia pada jaringan plasenta dan janin, yang dapat mengakibatkan keguguran atau kematian intrauterine Ibu hamil (Benson et al., 2023). Selain abortus, ibu dengan anemia juga beresiko melahirkan anak dengan Berat Badan lahir Rendah (BBLR). Sebuah studi kasus-kontrol di Timor Leste (2020) menemukan bahwa ibu hamil dengan anemia memiliki resiko 5,3 kali lebih besar mengalami BBLR dan 7,3 kali beresiko stunting (Joiner et al., 2025). Kurangnya nutrisi maternal, seperti anemia dan rendahnya status gizi ibu selama kehamilan, merupakan faktor utama rendahnya berat lahir bayi, dan memicu pertumbuhan intrauterin yang buruk sehingga anak juga beresiko stunting (Nadhiroh et al, 2023).

Faktor penyebab tingginya angka anemia di Sulawesi Selatan meliputi kurangnya asupan zat besi dan nutrisi, rendahnya tingkat pendidikan dan pengetahuan tentang kesehatan kehamilan, serta rendahnya kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD). Selain itu, masalah sosial ekonomi dan akses pelayanan kesehatan yang tidak merata di beberapa daerah juga turut memperburuk kondisi ini (Rochmawati, 2021). Anemia pada ibu hamil digolongkan sebagai potential danger to mother and child karena berpotensi membahayakan keselamatan ibu dan janin. Kondisi ini masih menjadi masalah kesehatan penting di Indonesia, termasuk di Sulawesi Selatan. Tingginya kejadian anemia pada ibu hamil disebabkan oleh keterbatasan kemampuan tubuh dalam menyerap zat besi, sementara kehilangan zat besi sering terjadi dalam jumlah berlebihan (Sari et al., 2021). Kekurangan zat besi merupakan penyebab utama, yang dipengaruhi oleh meningkatnya kebutuhan selama kehamilan, rendahnya asupan nutrisi, serta kurangnya kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah (Hidayanti & Rahfiludin, 2020). Upaya pencegahan dapat dilakukan melalui edukasi kesehatan, salah satunya dengan memanfaatkan media visual yang terbukti efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pencegahan anemia (Rochmawati et al., 2021)). Ibu hamil yang mendapatkan edukasi terkait gizi dan kesehatan lebih cenderung memiliki kesadaran dalam melakukan upaya pencegahan melalui perbaikan nutrisi dengan memperhatikan komposisi nutrisi makanan setiap kali ibu mengonsumsi makanan (Rengganis et al, 2023).

Edukasi kesehatan interaktif merupakan salah satu strategi efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pencegahan anemia pada ibu dan bayi. Melalui edukasi kesehatan interaktif, masyarakat dapat memperoleh informasi yang akurat dan terkini tentang anemia, serta dapat berinteraksi langsung dengan tenaga kesehatan dalam menyusun menu-menu makanan yang memperhatikan komponen karbohidrat, protein, lemak, mineral, kalsium dan vitamin (World Health Organization, 2025). Melihat berbagai penjelasan diatas, edukasi sebagai upaya utama yang bisa dilakukan oleh tenaga kesehatan dalam menurunkan angka kejadian Anemia pada ibu hamil sehingga pengabdian ini penting untuk dilakukan.

METODE

Metode pengabdian menggunakan pendekatan Participation Action Research (PAR), dimana dilakukan pengukuran pengetahuan ibu sebelum dan setelah diberikan edukasi kesehatan interaktif. Kegiatan ini dilaksanakan pada 17 Juli 2025 di ruang KIA Puskesmas Bontomarannu kab.Gowa. Sebanyak 26 Ibu hamil mengikuti edukasi kesehatan yang dipilih secara accidental. Tahapan Kegiatan: (1) Pre-test; (2) Penyuluhan menggunakan media poster tentang definisi, penyebab, tanda dan gejala, dampak, dan pencegahan anemia; (3) Diskusi interaktif dan tanya jawab; (4) Post-test. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner berisi 10 pertanyaan pilihan ganda seputar anemia dalam kehamilan yang berkenaan dengan edukasi yang diberikan. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi, untuk mengetahui perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi secara objektif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Edukasi kesehatan merupakan upaya yang penting dilakukan dalam meningkatkan kesehatan Ibu hamil, khususnya untuk mencegah anemia dalam kehamilan. Kegiatan ini terlaksana atas kerjasama antara Puskesmas Bontomarannu dengan Profesi Ners UIN Alauddin Makassar. Berbagai pihak terlibat dalam kegiatan ini, Para Bidan, Dosen Profesi ners, hingga mahasiswa berpartisipasi demi terselenggaranya kegiatan ini. Kegiatan Edukasi diawali dengan menggali pengetahuan Ibu tentang anemia dengan membagikan kuesioner kepada para Ibu yang hadir. Diberikan waktu 10 menit untuk menjawab 10 pertanyaan yang relevan dengan materi.



Gambar 1. Pengisian Kuesioner sebelum edukasi

Peserta tampak serius mengisi kuesioner hingga selesai, kemudian dikumpulkan kepada fasilitator kegiatan. Setelah mengisi pre test, kegiatan dilanjutkan dengan pemberian materi tentang anemia. Materi yang diberikan meliputi definisi anemia, penyebab, tanda dan gejala, dampak, hingga pencegahan anemia kehamilan. Edukasi kesehatan pada ibu hamil merupakan salah satu intervensi penting dalam upaya pencegahan anemia. Edukasi membantu meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan ibu dalam mengenali faktor risiko, tanda dan gejala, serta langkah pencegahan anemia selama kehamilan. Terbukti, pada pengabdian ini, setelah diberikan edukasi, ibu hamil mengalami peningkatan pengetahuan.



Gambar 2. Edukasi kesehatan tentang Anemia dalam kehamilan

Peserta mengikuti materi dengan serius dan antusias. Para peserta mengikuti materi dari awal hingga akhir, dan berterima kasih telah diberikan pencerahan yang bisa mendukung kesehatannya selama kehamilan.

Tabel 1. Perubahan Pengetahuan Ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan edukasi

Kategori Pengetahuan	Pre-test n (%)	Post-test n (%)
Baik	12 (46,15%)	21 (80,77%)
Sedang	9 (34,62%)	4 (15,38%)
Kurang	5 (19,23%)	1 (3,85%)
Total	26 (100%)	26 (100%)

Dari tabel diatas, terlihat bahwa terjadi peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan pada ibu hamil setelah mengikuti materi tentang Anemia dalam kehamilan. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah diberikan edukasi tentang pencegahan anemia. Peningkatan dari 46,15% kategori baik pada pre-test menjadi 80,77% kategori baik pada post-test memperlihatkan efektivitas edukasi dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil. Edukasi pada ibu hamil penting karena memberikan manfaat yang komprehensif. Pertama, edukasi meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu mengenai penyebab, dampak, serta langkah pencegahan anemia, termasuk pentingnya konsumsi tablet tambah darah dan makanan bergizi seimbang (Rochmawati et al., 2021). Kedua, edukasi mendorong perubahan perilaku positif, seperti kepatuhan dalam mengonsumsi TTD yang menjadi kunci utama pencegahan anemia (Hidayanti & Rahfiludin, 2020). Ketiga, edukasi juga membantu ibu hamil memahami pentingnya asupan makanan kaya zat besi serta nutrisi pendukung seperti vitamin C untuk meningkatkan penyerapan zat besi, sekaligus menghindari makanan/minuman penghambat penyerapan seperti teh dan kopi (WHO, 2023).

Dampak anemia yang tidak tertangani dapat berbahaya bagi ibu dan janin. Ibu hamil dengan anemia memiliki risiko lebih tinggi mengalami abortus karena gangguan suplai oksigen ke plasenta (Díaz-López et al., 2021). Selain itu, anemia meningkatkan risiko bayi lahir dengan berat badan rendah, yang kemudian berkorelasi dengan kejadian stunting pada anak (Joiner & Lestari, 2020). Hal ini memperkuat temuan bahwa edukasi

pencegahan anemia tidak hanya bermanfaat bagi ibu, tetapi juga berdampak pada kesehatan jangka panjang anak. Diharapkan, setelah edukasi ini, ibu hamil lebih memperhatikan asupan nutrisi yang dapat memperbaiki kadar hemoglobin ibu sehingga terhindar dari anemia dalam kehamilan. Hasil penelitian oleh (Reshid & Anato, 2024) menunjukkan peningkatan pengetahuan dan kepatuhan konsumsi asam folat dan zat besi. Demikian pula, penelitian oleh (Nijru et al., 2024) menunjukkan ibu semakin rutin mengkonsumsi asam folat dan zat besi setelah diberikan edukasi. Lebih lanjut dijelaskan bahwa lebih dari pengetahuan, edukasi juga mengubah pikiran dan perilaku ibu hamil dalam pemenuhan zat besi untuk mencegah anemia selama kehamilan. Dengan demikian, edukasi kesehatan berbasis media visual merupakan intervensi murah, mudah dijangkau, namun berdampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan pencegahan anemia pada ibu hamil (Rochmawati et al., 2021). Kegiatan edukasi rutin di puskesmas diharapkan mampu menurunkan prevalensi anemia ibu hamil dan risiko komplikasi kehamilan, termasuk stunting pada anak.



Gambar 3. Poster edukasi

Media merupakan unsur yang penting diperhatikan dalam memberikan edukasi kesehatan. Media yang tepat akan efektif dalam mencapai tujuan edukasi yang dilakukan. Poster, merupakan pilihan media yang dapat menarik perhatian peserta. Minimnya tulisan, variasi berbagai gambar dan warna menjadikan poster sebagai pusat perhatian yang efektif dalam pemberian edukasi. Dalam studi kualitatif terhadap remaja putri, media poster dinilai mampu menyampaikan informasi dengan jelas dan menarik, memperkuat pemahaman tentang gejala, penyebab, dan pencegahan anemia. Poster yang ditempatkan di lokasi strategis diperhitungkan dapat meningkatkan kesadaran dan memicu perubahan perilaku sehat. media poster mampu menyampaikan informasi secara jelas dan menarik perhatian. Poster dinilai mampu memperkuat pemahaman mengenai gejala, penyebab, dan upaya pencegahan anemia. Sebagian besar responden mengaku lebih memahami pentingnya gizi seimbang setelah melihat poster. (Aidha, Zuhriana, Zahra, Fairuz, Selfiana et al., 2021). Media poster merupakan intervensi edukasi yang efektif, praktis, dan hemat dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia. Ketersediaannya secara visual dan kemudahannya dalam implementasi menjadikannya pilihan strategis untuk program pengabdian masyarakat di puskesmas atau fasilitas kesehatan primer.

KESIMPULAN

Edukasi pencegahan anemia dengan media poster dan diskusi interaktif terbukti meningkatkan pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Bontomarannu. Disarankan agar puskesmas mengadakan edukasi rutin dan memantau perilaku kesehatan ibu hamil.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada seluruh pihak yang membantu terselenggaranya kegiatan pengabdian ini. Terim kasih kepada Pihak Puskesmas Bontomarannu Kabupaten Gowa, Ibu hamil, dan tim pengabdian masyarakat Keperawatan UIN Alauddin Makassar.

DAFTAR PUSTAKA

- Aidha, Zuhriana, Zahra, Fairuz, Selfiana, N., Shalsabila, N., Boangmanalu, L. K., Narisya, S., & Rahmadani, Y. (2021). Efektivitas Media Poster dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia. *Jurnal Pustaka Nusantara Multidisiplin*, 3(2), 167–186.
- Benson, A. E., Shatzel, J. J., Ryan, K. S., Hedges, M. A., Martens, K., Aslan, J. E., & Lo, J. O. (2023). in *Pregnancy*. 109(6), 633–642. <https://doi.org/10.1111/ejh.13870>.The
- Florencia Grifit Joiner, D. C. H., Chandra, D. N., & Lestari, W. (2025). Association between maternal anemia and low birth weight among stunting children 12–23 months in Dili, Timor Leste. *World Nutrition Journal*, 8(i2), 121–129. <https://doi.org/10.25220/wnj.v08.i2.0014>
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). Hasil Utama Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. <https://www.kemkes.go.id>
- Mutiara Rengganis, Riani Febriani Siswanto, Seventina Nurul Hidayah, Nora Rahmanindar, E. Z. (2023). Pemberian Edukasi Gizi dan Makanan Bergizi bagi Ibu Hamil dan Anak Balita di Posyandu Kemuning 2 Keturen Provision. *Karunia: Jurnal Hasil Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 183(2), 153–164. <https://doi.org/https://doi.org/10.58192/karunia.v2i2.1033>
- Nadhiroh SR, Micheala F, Tung SEH, K. T. (2023). Association between maternal anemia and stunting in infants and children aged 0-60 months: A systematic literature review. *Nutrition*. 2023 Nov;115:112094. doi: 10.1016/j.nut.2023.112094. Epub 2023 Jun 3. PMID: 37572547. *Nutrition*, 115(1). <https://doi.org/doi:10.1016/j.nut.2023.112094>
- Njiru, H., Gitahi, M. W., & Njogu, E. (2024). Effect of Health Education on the Knowledge of Pregnant Women on Iron and Folic Acid Supplements: A Stepped Wedge Cluster Randomized Trial. *Epidemiology and Public Health*, 2(2). <https://doi.org/10.52768/epidemiolpublichealth/1042>
- Rochmawati, L., Kuswanti, I., & Prabawati, S. (2021). Efektivitas media promosi kesehatan video dengan leaflet terhadap pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan penularan HIV dari ibu ke anak. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(2), 115–122.
- Reshid, M., & Anato, A. (2024). Community-based nutrition education and counselling provided during pregnancy: Effects on knowledge and attitude towards iron-folic acid supplementation. *Journal of Nutritional Science*, 13, 1–9. <https://doi.org/10.1017/jns.2024.59>
- Rosadi, E., Fithriyani, F., & Hidayat, M. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Abortus Di Rsud Raden

- Mattaher Provinsi Jambi. Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi, 8(2), 224. <https://doi.org/10.36565/jab.v8i2.174>
- Sari, F., Rinayanti Manurung, H., & Sihombing, E. R. (2021). Konseling Menggunakan Modul Sebagai Media Edukasi Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Nifas Pada Masa Pandemi Covid-19. Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat Dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR), 4, 407–410. <https://doi.org/10.37695/pkmcsr.v4i0.1237>
- World Health Organization. (2025). World Health Organization. Anaemia in women and children: Summary findings. https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children