

Upaya Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Melalui Edukasi dan Pemberian Biskuit Ibu Hamil di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025

Efforts to Prevent Anemia in Pregnant Women Through Education and Providing Biscuits to Pregnant Women in Bangun Rejo Village, Tanjung Morawa District, Deli Serdang Regency In 2025

Ariska Fauzianty^{1*}, Friza Novita Sari Situmorang², Damayanti³, Khairunnisa⁴,
Nova Isabella Mariance Br Napitupulu⁵, Humaida Hanim⁶,
Plora Novita Febrina Sinaga⁷, Yasrida Nadeak⁸, Polmaria Panjaitan⁹, Hadisyah¹⁰
STIKes Mitra Husada Medan, Medan, Indonesia
Korespondensi penulis : ariskafauzi.af@gmail.com

Article History:

Received: Desember 30, 2024

Revised: Januari 20, 2025

Accepted: Februari 05, 2025

Published: Februari 07, 2025

Keywords: Anemia; Health Education;
Consumption Of Fe; Giving Biscuits

Abstract: Globally, the prevalence of anemia in pregnant women in 2019 was 35.6%. The prevalence of anemia in developing countries is relatively high, such as Southeast Asia at 47.8%, compared to developed countries such as America at 18.9%. Efforts that can be made to prevent anemia include education, giving pregnant women biscuits and giving Fe tablets. This activity was carried out at the Bangun Rejo Village Health Center, Dusun VII, Tanjung Morawa District. The method used in this service is to provide education directly to pregnant women at the Bangun Rejo Village Health Center. The results of this activity were carried out in stages starting from preparation to evaluation. After implementing health education, giving pregnant women biscuits and giving Fe tablets, there was an increase in knowledge and consumption of Fe. Therefore, with this community service project, it is hoped that all pregnant women can increase awareness and Fulfill nutrition and balanced nutrition, regularly consume Fe tablets.

Abstrak

Secara global, prevalensi anemia pada ibu hamil tahun 2019 sebesar 35,6%. Prevalensi anemia di negara berkembang tergolong tinggi, seperti kawasan Asia Tenggara sebesar 47,8%, dibandingkan negara maju seperti kawasan Amerika sebesar 18,9%. Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah anemia adalah edukasi, pemberian biskuit ibu hamil dan pemberian tablet Fe. Kegiatan ini dilakukan di Puskesmas Desa Bangun Rejo Dusun VII, Kecamatan Tanjung Morawa. Metode yang digunakan di layanan ini untuk memberikan edukasi secara langsung kepada ibu hamil di Puskesmas Desa Bangun Rejo. Hasilnya Kegiatan ini dilakukan secara bertahap mulai dari persiapan sampai dengan evaluasi. Setelah melaksanakan pendidikan kesehatan, pemberian biskuit ibu hamil dan pemberian tablet Fe terdapat peningkatan pengetahuan dan konsumsi Fe. Oleh karena itu, dengan adanya proyek pengabdian masyarakat ini, diharapkan kepada seluruh ibu hamil dapat meningkatkan kesadaran dan penuhi gizi dan gizi seimbang, rutin konsumsi Fe tablet.

Kata Kunci: Anemia; Pendidikan Kesehatan; Konsumsi Zat Besi; Pemberian Biskuit

1. PENDAHULUAN

Anemia selama kehamilan masih menjadi permasalahan global di seluruh dunia (Rahmati *et al.*, 2020). Secara global, prevalensi anemia pada ibu hamil tahun 2019 sebesar 35,6%. Prevalensi anemia di negara berkembang tergolong tinggi, seperti kawasan Asia Tenggara sebesar 47,8%, dibandingkan negara maju seperti kawasan Amerika sebesar 18,9% (WHO, 2021). Indonesia merupakan salah satu negara berkembang dengan prevalensi anemia saat hamil yang terus mengalami peningkatan dari 37,1% hingga 48,9%, selama kurun waktu lima tahun terakhir (2013-2018). Mayoritas terjadi pada kelompok Wanita Usia Subur (WUS) rentang umur 15-24 tahun (Riskesdas, 2018).

Ibu hamil rentan mengalami anemia, sebab selama kehamilan terutama pada akhir kehamilan terjadi proses hemodilusi. Proses ini dikarenakan bertambahnya *volume* plasma darah dalam tubuh yang tidak sebanding dengan bertambahnya *volume* sel darah merah, sehingga terjadi penurunan kadar hemoglobin di dalam darah (Ali, 2020). Penurunan kadar hemoglobin selama hamil akan menyebabkan penurunan transport oksigen ke tubuh dan mengakibatkan anemia (Percy, *et al.*, 2017). Anemia selama hamil memiliki dampak secara jangka panjang dan jangka pendek. Secara jangka pendek, janin dengan ibu yang mengalami anemia pada Trimester I, berisiko terhadap *Small for Gestational Age* (SGA) dan *fetal distress*. Pada Trimester II, janin berisiko terhadap macrosomia (Sun *et al.*, 2021), dan pada Trimester III secara jangka panjang akan berdampak pada neurokognitif di masa kanak-kanak. Efek jangka panjang meliputi autisme, skizofrenia, abnormalitas struktur otak, terganggunya memori berpikir, dan keterlambatan merespon sesuatu (Georgieff, 2020; Malinowski *et al.*, 2021). Dampak anemia bagi ibu selama kehamilan secara jangka pendek meliputi syok infeksi saat *inpartum* maupun *postpartum* (Getahun, *et al.*, 2017), dekompensasi kordis (Stephen *et al.*, 2018), serta perdarahan *postpartum* (Getahun, *et al.*, 2017). Secara jangka panjang, perdarahan *postpartum* berujung pada kematian. Sedangkan, perdarahan *postpartum* menjadi penyebab pertama tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia pada tahun 2020 (Kemenkes RI, 2021).

Pencegahan anemia pada ibu hamil dapat dilakukan dengan edukasi promosi kesehatan dan pemberian biskuit ibu hamil. Promosi kesehatan dapat dilakukan dengan berbagai cara, meliputi konseling dan pemberian materi secara tulisan seperti *booklet*, *leaflet* dan poster (Permenkes RI, 2013). *Booklet* merupakan salah satu alat bantu promosi kesehatan yang lebih efektif meningkatkan pengetahuan kesehatan dibandingkan dengan media *leaflet* (Artini, 2014). *Booklet* yang akan dirancang oleh tim meliputi materi pencegahan dan penanganan anemia yang terdiri dari pendahuluan anemia dan klasifikasi anemia, konsumsi makanan bergizi dan seimbang serta cara konsumsi tablet Fe.

Berdasarkan data studi pendahuluan di Desa Bangun Rejo, mayoritas ibu hamil

mengatakan kurang paham edukasi mengenai anemia pada ibu hamil yang bertujuan agar para ibu hamil lebih memahami tentang anemia selama proses kehamilan.. Lebih lanjut, mereka beranggapan anemia adalah kurang darah dan tidak ingin konsumsi tablet Fe . Hal ini yang mendasari pengabdian tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara.

2. METODE

Kegiatan dilakukan dalam 2 (dua) tahap.

Tahap pertama : proses Edukasi, pemberian biscuit dan tablet Fe dilakukan 5 (lima) Minggu Dengan Pembimbingan sebanyak 3 x dengan jarak waktu maksimal 2 minggu, uraian kegiatan dapat dilihat table.1

Tahap kedua : edukasi pencegahan anemia pada ibu hamil

Tabel 1

Tahap	Pertemuan	Tempat dan waktu	Kegiatan	Instrumen/ Dokumentasi
1	1	Situasional (upayakan di rumah sasaran pada waktu luang ibu dan keluarga), dapat pula dilakukan saat ibu berkunjung di posyandu	1. Melakukan <i>Informed consent</i> 2. Mengumpulkan data sasaran 3. Melakukan pre test pengetahuan sasaran 4. Memberikan edukasi Pengetahuan tentang Anemia Pada Ibu Hamil guna meningkatkan kualitas hidup 5. Memberikan tablet Fe dan pemberian biscuit makanan tambahan 6. Memberikan kesempatan bertanya dan diskusi	1. <i>Informed consent</i> 2. Data sasaran 3. Kuesioner dan data hasil pre test 4. Media edukasi berupa leaflet dan video 5. Dokumentasi kegiatan 6. Daftar hadir 7. Format kegiatan harian
	2		1. Melakukan evaluasi pengetahuan sasaran 2. Memberikan contoh komplikasi anemia 3. Memberikan kesempatan bertanya dan diskusi	1. Media edukasi berupa leaflet dan video 2. Format kegiatan harian 3. Dokumentasi kegiatan 4. Daftar hadir

	3		1. Mengidentifikasi kesulitan ata u masalah Kehamilan 2. Melakukan post test 3. Megecek keteraturan konsumsi tablet tambah darah	1. Data hasil post test 2. Format kegiatan harian 3. Daftar hadir
2		Situasional	Mencari informasi tentang Anemia oleh sasaran dengan cara: menelepon sasaran, Pada Ibu Hamil	Dokumentasi penyuluhan

Tabel 2

No	Nama	Uraian Tugas
1	a. Ariska Fauzianty, S.Tr.Keb., M.Keb (Ketua) b. Friza Novita Sari Situmorang, SST., MKM	1. Mengurus izin kegiatan 2. Menyusun leaflet, video dan kuesioner 3. Meyusun anggaran dana 4. Mengkoordinir pelaksanaan kegiatan 5. Mengkoordinir penyusunan proposal danlaporan kegiatan 6. Melaksanankan pre test, edukasi, post test
2	a. Lasria Yolivian Aruan, S.Tr.Keb., MKM b. Damayanti, S.Tr.Keb., Bd., MKM	1. Memperbanyak leaflet, kuesioner, proposal dan laporan. 2. Melaksanankan pre test, edukasi, post test dan mencari informasi pelaksaasn Teknologi Informasi Kesehatan 3. Melaksanankan pre test, edukasi, post test
3	a. Nova Isabella Mariance Br Napitupulu, SST., M.Kes b. Humaida Hanim, SST., M.Kes c. Plora Novita Sinaga, SST., MKM	d. Melakukan analisis data hasil pre tes dan post test e. Mengkoordinir kelengkapan pengisian data sasaran, <i>informed consent</i> , format laporan kegiatan harian dan daftar hadir.

4. HASIL

Pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan mulai bulan Februari sampai bulan April 2024 tepatnya selama 3 bulan. Pengabdian Kepada Masyarakat ini berupa data sebelum (pre) dan sesudah (post). Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat menunjukkan bahwa pelaksanaan penyuluhan Anemia dan pemberian biskuit ibu hamil dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil, sebelum mengetahui pengetahuan anemia dan sesudah mengetahui pengetahuan anemia, maka mendapatkan hasil yang signifikan di desa bangun rejo, hal ini

dapat di lihat dari table, anemia yang sebelum mengetahui pengetahuan anemia banyak yang tidak baik sebanyak 10 orang (76,7%), tetapi setelah dilaksanakannya penyuluhan Anemia dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil, baik sebanyak 17 orang (90%) pada kelompok yang sama.

Anemia atau kekurangan sel darah merah yaitu suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin (protein yang membawa oksigen) dalam sel darah merah berada di bawah normal. Sel darah merah itu sendiri mengandung hemoglobin yang berperan untuk mengangkut oksigen dari paru – paru dan mengantarkan ke seluruh bagian tubuh. (Hasdianah & Suprpto, 2016).

Anemia ringan: anemia pada ibu hamil disebut ringan apabila kadar hemoglobin ibu 10,9 g/dl sampai 10g/dl. b. Anemia sedang: anemia pada ibu hamil disebut sedang apabila kadar hemoglobin ibu 9,9g/dl sampai 7,0g/dl. c. Anemia berat: anemia pada ibu hamil disebut berat apabila kadar hemoglobin ibu berada dibawah 7,0g/dl.

Tabel 4.1 Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat menunjukkan bahwa pelaksanaan penyuluhan Anemia dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah melakukan penyuluhan Anemia mendapatkan hasil yang signifikan di desa bangun rejo, hal ini dapat di lihat dari table, lansia yang belum mengetahui pengetahuan anemia banyak yang tidak baik sebanyak 23 orang (76,7%), tetapi setelah dilaksanakannya penyuluhan Anemia pada ibu hamil dengan baik sebanyak 27 orang (90%) pada kelompok yang sama.

Tabel 3 Upaya Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil melalui Edukasi dan Pemberian Biskuit ibu Hamil di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang tahun 2025

Tingkat pemahaman ibu	Pre-test Ibu	%	Post-test ibu	%
	Hamil		hamil	
	Frekuensi		Frekuensi	
Baik	7	23,3	17	90
Kurang	13	76,7	3	10
Jumlah	30	100.0	30	100

Luaran dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah publikasi artikel.



5. KESIMPULAN

Anemia merupakan masalah yang paling umum terjadi dan memiliki banyak konsekuensi terutama pada wanita hamil yang tidak mampu mencukupi kebutuhan nutrisi. Adanya kekurangan zat besi disebabkan ketidakseimbangan pasokan zat besi sehingga tidak dapat memenuhi kebutuhan zat besi dalam tubuh. Kekurangan zat besi ini berlangsung melalui beberapa tahap sebelum terjadinya anemia. Kekurangan zat besi merupakan penyebab umum terjadinya morbiditas dan menimbulkan beberapa dampak atau komplikasi dari banyak penyakit.

Anemia yaitu defisiensi mikronutrien yang terjadi pada wanita hamil dengan konsekuensi berat termasuk gangguan sistem imunitas, kelahiran prematur, kematian janin, dll. Anemia defisiensi zat besi merupakan salah satu jenis anemia yang umum diderita individu, dimana darah kekurangan eritrosit dalam jumlah yang cukup. Sementara, peran eritrosit sangat penting dalam proses pengangkutan oksigen ke jaringan tubuh individu.

Pemberian suplementasi zat besi selama kehamilan merupakan rekomendasi dari WHO, untuk pemenuhan kebutuhan nutrisi ibu hamil dan janin sehingga berdampak positif bagi kesehatan ibu serta perkembangan janin (WHO, 2019). Selain itu, bidan memiliki tugas dalam memberikan tablet Fe sebanyak 90 tablet kepada ibu selama masa kehamilan (Listyaningrum, 2019). Perlunya peningkatan pelayanan kesehatan, fasilitas dan dukungan

finansial yang berkualitas khususnya pengelolaan anemia sehingga dapat menekan lajunya angka kematian ibu tidak hanya minimnya fasilitas sarana dan prasarana, kurangnya pasokan zat besi pada ibu hamil merupakan salah satu penghambat dalam penanganan anemia pada ibu hamil. Darmawati *et al* juga menjelaskan bahwa, ketidakjelasan perhitungan pasokan tablet besi dan hemoglobin test, yang mengakibatkan penumpukan tablet zat besi yang sudah kadaluwarsa serta komponen hemoglobin test tidak mencukupi (strip) (Darmawati *et al.*, 2020a).

DAFTAR REFERENSI

- Abdul-Nasir, A.-S. (2019). *Assessment of the quality of antenatal care in managing anaemia based on guidelines in Ashaiman Municipal and Ningo Prampram in Greater Accra* (Disertasi No. 10206539, pp. 1–13). Universitas Ghana. <https://ugspace.ug.edu.gh/handle/123456789/33192>
- Abujilban, S., Hatamleh, R., & Al-Shuqerat, S. (2019). The impact of a planned health educational program on the compliance and knowledge of Jordanian pregnant women with anemia. *Women & Health*, 59(7), 748–759. <https://doi.org/10.1080/03630242.2018.1549644>
- Agarwal, A. M., & Rets, A. (2021). Laboratory approach to investigation of anemia in pregnancy. *International Journal of Laboratory Hematology*, 43(S1), 65–70. <https://doi.org/10.1111/ijlh.13551>
- Ahmad, N. Q. (2021). *Pengantar evaluasi pembelajaran (sebuah konsep dan praktik)*. Shakura.
- Ali, I. A., & Musa, O. (2020). Hematological changes and anemia in pregnancy. *ACE Journal of Gynecology and Obstetrics*, 1(1).
- Amiruddin, E. E., & Septarani, W. I. (2019). Studi tentang ketersediaan obat di Puskesmas Meo-Meo Kota Baubau. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 1(2), 60–76.
- Anggraini, A. B., Handayani, R. S., Yuniar, Y., & Sari, I. D. (2021). Evaluation of physician and pharmacy services quality in out-patient unit at private hospitals providing the National Health Insurance (NHI) program in Indonesia. *International Journal of Pharma Medicine and Biological Sciences*, 10(3), 108–113. <https://doi.org/10.18178/ijpmbs.10.3.108-113>
- Arisjulyanto, D., Ikhtiar, R. W., Hendry, Z., Hidayat, R., & Puspita, N. I. (2022). Hubungan budaya kerja dengan kelengkapan data pelayanan pasien. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 1–6.
- Astuti, R., & Lesmana, O. P. A. (2018). Pengaruh motivasi dan beban kerja terhadap kinerja perawat pada Rumah Sakit Umum Mitra Medika Medan. *Jurnal Ilman*, 6(2), 42–50. <http://journals.synthesispublication.org/index.php/ilman/article/download/44/42>
- Aziz, S., Mahmood, M., & Rehman, Z. (2018). Implementation of CIPP model for quality evaluation at school level: A case study. *Journal of Education and Educational Development*, 5(1), 189.
- Badry, Y., Mohammed, N., & Amein, N. (2020). Assessment of applying clinical audit for pregnant woman with iron deficiency anemia. *Minia Scientific Nursing Journal*, 8(1), 15–20. <https://doi.org/10.21608/msnj.2020.188031>

- Bakhtiar, R., Muladi, Y., Tamaya, A., Utari, A., Yuliana, R., & Ariyanti, W. (2021). Hubungan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil anemia dalam mengkonsumsi tablet tambah darah di wilayah kerja Puskesmas Lempake Kota Samarinda. *Jurnal Kedokteran Mulawarman*, 8(3), 78. <https://doi.org/10.30872/j.ked.mulawarman.v8i3.6514>
- Bilimale, A., Anjum, J., Sangolli, H. N., & Mallapur, M. (2019). Improving adherence to oral iron supplementation during pregnancy. *Australasian Medical Journal*, 1(5), 281–290. <https://doi.org/10.4066/amj.2010.291>
- Birhanu, T. M., Birarra, M. K., & Mekonnen, F. A. (2018). Compliance to iron and folic acid supplementation in pregnancy, Northwest Ethiopia. *BMC Research Notes*, 11(1), 3–7. <https://doi.org/10.1186/s13104-018-3433-3>
- Brannon, P. M., & Taylor, C. L. (2017). Iron supplementation during pregnancy and infancy: Uncertainties and implications for research and policy. *Nutrients*, 9(12), 1–17. <https://doi.org/10.3390/nu9121327>
- Cahyaningrum, E. (2022). *Pengalaman Pemuda Siaga Sehat (Dasiat) Kabupaten Sukoharjo dalam program peningkatan kesehatan ibu hamil* (Skripsi).
- Calje, E., & Skinner, J. (2017). The challenge of defining and treating anemia and iron deficiency in pregnancy: A study of New Zealand midwives' management of iron status in pregnancy and the postpartum period. *Birth*, 44(2), 181–190. <https://doi.org/10.1111/birt.12282>
- Carson, J. L., Guyatt, G., & H. N. (2016). Clinical practice guidelines from the AABB red blood cell transfusion thresholds and storage. *JAMA - Journal of the American Medical Association*, 316(19), 2025–2035. <https://doi.org/10.1001/jama.2016.9185>
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (1999). *Framework for program evaluation in public health*. U.S. Department of Health & Human Services.
- Chowdhury, S., & Chakraborty, P. P. (2017). Universal health coverage—There is more to it than meets the eye. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 6(2), 169–170. <https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc>
- Kristya, A. M., Sitoayu, L., Nuzrina, R., & Ronitawati, M. (2021). Perilaku food taboo pada ibu hamil dan faktor yang mempengaruhinya di Puskesmas Pamarayan Kabupaten Serang, Banten. *Jurnal Ekologi Kesehatan*, 20(2), 139–151. <https://doi.org/10.22435/jek.v20i2.4669>
- Triprasetya, A. S., Trisnantoro, L., & N. L. P. E. (2014). Analisis kesiapan penerapan kebijakan Badan Layanan Umum Daerah (BLUD) Puskesmas di Kabupaten Kulon Progo (Studi kasus di Puskesmas Wates dan Puskesmas Girimulyo II Kabupaten Kulon Progo). *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia*, 3(3), 124–137.