

Michelle Salsabilah

Strategi Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil melalui Layanan Posyandu

 Strategi Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil melalui Layanan Posyandu

 Michelle Salsabilah

 Politeknik Kesehatan Kemenkes Palembang

Document Details

Submission ID

trn:oid::1:3036856949

Submission Date

Oct 10, 2024, 9:43 AM GMT+7

Download Date

Oct 10, 2024, 9:45 AM GMT+7

File Name

ARTIKEL_ANEMIA_PADA_IBU_HAMIL.docx

File Size

9.6 MB

12 Pages

3,685 Words

24,421 Characters

12% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- ▶ Bibliography
- ▶ Quoted Text

Top Sources

- 8%  Internet sources
- 7%  Publications
- 7%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Top Sources

- 8% Internet sources
- 7% Publications
- 7% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Student papers	
Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan		6%
2	Internet	
madaniya.pustaka.my.id		1%
3	Internet	
ejr.stikesmuhkudus.ac.id		1%
4	Internet	
jurnal.uui.ac.id		1%
5	Internet	
core.ac.uk		1%
6	Internet	
repository.ipb.ac.id		1%
7	Internet	
www.bangkalankab.go.id		1%
8	Student papers	
Indonesia International Institute for Life Sciences		1%
9	Internet	
repository.unimus.ac.id		1%
10	Internet	
staidagesik.ac.id		1%
11	Internet	
vdocuments.site		1%



Strategi Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil melalui Layanan Posyandu

Anemia Prevention Strategies for Pregnant Women through Integrated Health Post Services

Maliha Amin^{1*}, Michelle Salsabilah², M. Iqbal Pratama³, Marsha Salsabila⁴, M. Dwi Satria⁵,
Bella Regita Az-Zahra⁶

¹⁻⁶ Poltekkes Kemenkes Palembang, Indonesia

[*malihaamin@poltekkespalembang.ac.id](mailto:malihaamin@poltekkespalembang.ac.id)¹

Article History:

Received: Juni 12, 2024;

Revised: Juli 18, 2024;

Accepted: August 27, 2024;

Online Available: August 29, 2024;

Published: August 29, 2024;

Keywords:

Anemia, Pregnant women,
Posyandu services, Prevention
strategies

Abstract: Anemia in pregnant women is a serious health problem in Indonesia, with a prevalence of 48.9% based on the 2018 Riskesdas data. This condition can have negative impacts on the health of both the mother and the fetus, such as increased risks of premature birth, low birth weight babies, and maternal and infant mortality. Anemia in pregnant women is generally caused by deficiencies in iron, folic acid, and vitamin B12. This community service activity aims to educate the public about preventing anemia among pregnant women, conducted at the Dahlia Posyandu in the working area of Puskesmas Ariodillah Palembang. The activities include outreach on the signs, symptoms, causes, and prevention of anemia, as well as hemoglobin (Hb) level examinations for early detection of anemia. The methods used are interactive socialization and health examinations, involving posyandu cadres and the surrounding community. The examination results indicate that no pregnant women were found to be anemic, and participants' knowledge of anemia increased by 95% after attending the outreach. This activity is expected to raise public awareness of the importance of anemia prevention and health during pregnancy. Recommendations for follow-up programs include ongoing education, improving access to health services, and attention to the health of the elderly in the area.

Abstrak

Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah kesehatan yang serius di Indonesia, dengan prevalensi mencapai 48,9% berdasarkan data Riskesdas 2018. Kondisi ini dapat menimbulkan dampak negatif bagi kesehatan ibu dan janin, seperti peningkatan risiko kelahiran prematur, bayi dengan berat badan lahir rendah, dan kematian ibu serta bayi. Anemia pada ibu hamil umumnya disebabkan oleh defisiensi zat besi, asam folat, dan vitamin B12. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengedukasi masyarakat mengenai pencegahan anemia di kalangan ibu hamil yang dilaksanakan di Posyandu Dahlia wilayah kerja Puskesmas Ariodillah Palembang. Kegiatan ini meliputi penyuluhan tentang tanda, gejala, penyebab, dan pencegahan anemia, serta pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) untuk deteksi dini anemia. Metode yang digunakan adalah sosialisasi interaktif dan pemeriksaan kesehatan, dengan melibatkan kader posyandu dan masyarakat sekitar. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa tidak ada ibu hamil yang terindikasi anemia, dan tingkat pengetahuan peserta tentang anemia meningkat sebesar 95% setelah mengikuti penyuluhan. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya pencegahan anemia dan kesehatan selama kehamilan. Rekomendasi untuk program lanjutan mencakup edukasi berkala, peningkatan akses layanan kesehatan, dan perhatian terhadap kesehatan lansia di wilayah tersebut.

Kata Kunci: Anemia, ibu hamil, layanan posyandu, strategi pencegahan

*Corresponding author, e-mail address

2

PENDAHULUAN

Anemia pada ibu hamil adalah masalah kesehatan global yang serius dan mempengaruhi hampir 38% wanita hamil di seluruh dunia (Karami et al., 2022). Anemia dapat menyebabkan berbagai komplikasi medis pada ibu dan bayi, termasuk preeklamsia, kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, hingga meningkatnya risiko kematian ibu dan bayi (Sari et al., 2021; Fathoni et al., 2023). Anemia selama kehamilan sebagian besar disebabkan oleh kekurangan zat besi, yang memainkan peran penting dalam pembentukan sel darah merah. Ketika ibu hamil kekurangan zat besi, produksi sel darah merah menurun, menyebabkan penurunan kadar hemoglobin yang penting untuk transportasi oksigen ke seluruh tubuh, baik ibu maupun janin (Peña-Rosas et al., 2012). Meskipun anemia dapat dicegah dengan intervensi gizi yang tepat, prevalensinya tetap tinggi di berbagai negara, terutama di negara berkembang.

Upaya pencegahan anemia pada ibu hamil telah dilakukan melalui pemberian suplementasi zat besi dan pendekatan berbasis gizi lainnya. Namun, prevalensi anemia masih tinggi, terutama di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (Smith et al., 2019; Stevens et al., 2013). Di Indonesia, prevalensi anemia pada ibu hamil juga tetap tinggi, meskipun pemerintah telah menerapkan berbagai program pencegahan, seperti distribusi tablet Fe secara rutin di fasilitas kesehatan.

Data dari beberapa studi menunjukkan bahwa sekitar 30-40% ibu hamil di Indonesia masih mengalami anemia (Simbolon & Sitompul, 2021). Hal ini menunjukkan bahwa upaya pencegahan yang ada belum sepenuhnya efektif dalam mengatasi masalah ini. Beberapa faktor penyebabnya meliputi ketidakpatuhan terhadap konsumsi tablet Fe, pola makan yang kurang seimbang, serta keterbatasan akses ke layanan kesehatan yang memadai (Kasad, 2023).

Selain itu, faktor sosial dan ekonomi juga berperan penting dalam prevalensi anemia pada ibu hamil. Studi menunjukkan bahwa ibu hamil dengan status sosial ekonomi rendah dan pendidikan yang terbatas cenderung memiliki risiko lebih tinggi mengalami anemia (Hashi, 2018). Kekurangan pengetahuan mengenai pentingnya gizi selama kehamilan serta akses yang terbatas terhadap makanan bergizi menjadi faktor utama yang mempengaruhi status gizi ibu hamil (Tekgül & Yamazhan, 2019). Oleh karena itu, pencegahan anemia pada ibu hamil tidak hanya membutuhkan intervensi medis, tetapi juga harus melibatkan edukasi masyarakat dan perubahan perilaku untuk mendorong pola makan yang sehat.

3

Penyuluhan dan pendidikan kepada ibu hamil sangat penting dalam mengurangi angka anemia. Salah satu cara untuk meningkatkan kepatuhan terhadap konsumsi tablet Fe adalah dengan mengadakan edukasi yang lebih intensif menggunakan media yang mudah dipahami oleh masyarakat (Savado et al., 2014). Di beberapa wilayah, pendekatan berbasis komunitas telah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang pentingnya mengonsumsi makanan bergizi dan suplemen zat besi (Diddana et al., 2018). Pengetahuan yang memadai mengenai gizi seimbang dan dampak buruk anemia bagi ibu dan janin akan meningkatkan kesadaran masyarakat dan memotivasi mereka untuk lebih peduli terhadap kesehatan selama kehamilan.

Tantangan lain yang dihadapi adalah kurangnya pemahaman tentang faktor risiko anemia pada ibu hamil, termasuk pengaruh infeksi dan kekurangan gizi lainnya. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil yang memiliki infeksi atau kekurangan mikronutrien lainnya, seperti vitamin A dan asam folat, berisiko lebih tinggi mengalami anemia (Tekgül & Yamazhan, 2019; Turawa et al., 2021). Oleh karena itu, penting bagi para tenaga medis untuk memberikan informasi yang lebih komprehensif kepada ibu hamil mengenai cara pencegahan anemia secara keseluruhan, tidak hanya terbatas pada pemberian tablet Fe, tetapi juga dengan meningkatkan asupan gizi lainnya.

Secara keseluruhan, penanganan anemia pada ibu hamil membutuhkan pendekatan yang menyeluruh dan melibatkan berbagai sektor, mulai dari sektor kesehatan, pendidikan, hingga sektor sosial-ekonomi. Dengan meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan akses terhadap layanan kesehatan yang lebih baik, diharapkan prevalensi anemia dapat ditekan, yang pada akhirnya akan meningkatkan kesehatan ibu dan bayi di seluruh dunia.

Data dari Dinas Kesehatan Kota Palembang tahun 2022 menunjukkan bahwa sekitar 45,3% ibu hamil mengalami anemia, yang tetap saja mengkhawatirkan dan perlu ditangani. Beberapa upaya telah dilakukan oleh pemerintah setempat, seperti pemberian tablet tambah darah (TTD) dan instruksi gizi bagi ibu hamil, tetapi masalah utama tetap seperti kurangnya akses ke layanan kesehatan dan rendahnya kesadaran masyarakat.

Metode yang komprehensif diperlukan untuk mencegah anemia selama kehamilan, yang mencakup seperti pemberian Suplemen Zat Besi dan Asam Folat: Ibu hamil harus diberikan tablet tambah darah (TTD) secara teratur. Pendidikan dan Promosi Kesehatan: Meningkatkan kesadaran

4

ibu hamil tentang pentingnya gizi yang seimbang dan sumber makanan yang mengandung zat besi. Peningkatan Akses Layanan Kesehatan dan Monitoring dan Evaluasi: Untuk intervensi yang lebih efektif, status gizi ibu hamil harus dipantau secara teratur.

Dengan meningkatkan upaya untuk mencegah anemia selama kehamilan, diharapkan dapat meningkatkan kesehatan ibu dan anak serta membantu mencapai tujuan pembangunan kesehatan yang berkelanjutan di Indonesia. Lebih lanjut, pada tingkat wilayah kerja Puskesmas Ariodillah, Palembang, upaya pencegahan anemia menghadapi tantangan tersendiri. Faktor-faktor seperti pengetahuan gizi yang terbatas, rendahnya akses terhadap pelayanan kesehatan yang berkualitas, dan budaya masyarakat yang tidak sepenuhnya mendukung konsumsi suplemen zat besi dan folat, menjadi hambatan utama dalam pengurangan prevalensi anemia pada ibu hamil di wilayah tersebut (Onyeneho & Igweonu, 2016). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun intervensi berupa pemberian suplementasi besi dan asam folat serta edukasi gizi sudah dilakukan, implementasi yang efektif membutuhkan pendekatan yang lebih spesifik sesuai dengan kondisi lokal.

Anemia pada ibu hamil sering disebabkan oleh kekurangan zat besi, vitamin B12, dan asam folat, yang berisiko menyebabkan kelahiran prematur dan bayi dengan berat badan rendah. Rendahnya kesadaran dan pemahaman masyarakat mengenali tanda-tanda dan gejala anemia, penyebab utamanya, serta faktor risiko yang meningkatkan kemungkinan terjadinya anemia pada ibu hamil, termasuk juga kurangnya kesadaran akan pentingnya kebersihan diri, asupan makanan, dan status gizi dalam mencegah anemia adalah masalah utama yang perlu diatasi.

Posyandu, sebagai unit layanan kesehatan masyarakat, sebenarnya memiliki potensi besar untuk menjadi pusat edukasi dan pencegahan anemia, namun hingga kini layanan Posyandu masih terbatas pada imunisasi dan pemeriksaan dasar tanpa fokus pada pencegahan anemia. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang tanda dan gejala anemia serta pentingnya deteksi dini. Dengan penyuluhan yang diberikan di Posyandu, ibu hamil diharapkan dapat lebih memahami kebutuhan nutrisi selama kehamilan, terutama asupan zat besi, vitamin B12, dan asam folat yang memadai. Selain itu, melalui program ini, Posyandu akan dioptimalkan untuk melaksanakan layanan pemeriksaan kadar hemoglobin secara rutin, pemberian tablet tambah darah, serta konsultasi gizi bagi ibu hamil. Program ini juga bertujuan untuk meningkatkan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi suplemen zat besi dan menerapkan pola makan yang seimbang.

5

Selain bermanfaat bagi ibu hamil, program ini juga akan memberikan pelatihan bagi kader Posyandu sehingga mereka lebih siap dalam mendeteksi dini anemia dan memberikan edukasi yang tepat. Dengan peningkatan keterampilan para kader, Posyandu dapat lebih berperan sebagai pusat pencegahan anemia di masyarakat. Dalam jangka panjang, pengabdian ini diharapkan mampu mengurangi prevalensi anemia pada ibu hamil, sekaligus meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan anak di wilayah kerja Posyandu. Manfaat lainnya adalah meningkatnya kesadaran masyarakat umum mengenai pentingnya asupan gizi yang seimbang selama masa kehamilan, yang pada akhirnya akan berdampak pada peningkatan kesehatan secara keseluruhan.

Melalui kolaborasi dengan Posyandu, pengabdian masyarakat ini tidak hanya akan meningkatkan kesehatan ibu hamil tetapi juga memperkuat peran Posyandu sebagai pusat edukasi kesehatan. Peningkatan peran dan fungsi Posyandu akan berdampak positif bagi masyarakat secara luas, terutama dalam upaya pencegahan anemia, yang berpotensi membantu menurunkan angka kejadian anemia di kalangan ibu hamil di Indonesia.

METODE

Metode pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini terdiri dari beberapa tahap yang terstruktur untuk memastikan keberhasilan kegiatan yang telah direncanakan yaitu :

1. **Persiapan dan Koordinasi:** Sebelum pelaksanaan kegiatan, tim pengabdian melakukan koordinasi internal untuk memastikan semua persiapan berjalan dengan baik. Tim mempersiapkan materi edukasi, seperti leaflet, poster, dan alat-alat pengecekan hemoglobin, agar kegiatan nanti dapat berjalan lancar. Selain itu, tim juga berkoordinasi dengan pihak Posyandu dan Puskesmas Ariodillah untuk memastikan lokasi dan waktu kegiatan sudah disepakati. Tak lupa, koordinasi dengan tokoh masyarakat setempat juga sangat penting untuk memastikan bahwa masyarakat siap berpartisipasi dalam acara tersebut.
2. **Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan:** Pada hari pelaksanaan, kegiatan dimulai dengan penyuluhan mengenai anemia pada ibu hamil. Tim pengabdian menyampaikan materi secara interaktif, menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh peserta. Materi yang disampaikan mencakup penjelasan tentang anemia, penyebab, gejala, serta langkah-langkah pencegahan yang bisa dilakukan. Selain itu, peserta juga diajak untuk lebih memahami pentingnya nutrisi yang baik selama masa kehamilan, termasuk pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah.

Setelah penyampaian materi, dilakukan pemeriksaan hemoglobin bagi para ibu hamil yang hadir. Pemeriksaan ini bertujuan untuk mendeteksi secara dini kemungkinan adanya anemia. Tidak hanya ibu hamil, lansia yang hadir juga diberikan kesempatan untuk memeriksakan tekanan darah mereka sebagai bentuk pemeriksaan kesehatan umum.

3. Pendekatan Metode Penyuluhan: Pendekatan yang digunakan dalam penyuluhan ini sangat mengedepankan keterlibatan aktif dari peserta. Pada tahap awal, dilakukan persiapan dengan berkoordinasi dengan Posyandu dan tokoh masyarakat setempat untuk menentukan kebutuhan dan waktu yang tepat. Saat penyuluhan, sesi tanya jawab menjadi salah satu bagian penting agar peserta dapat berinteraksi dan memperdalam pemahaman mereka. Di akhir kegiatan, diadakan evaluasi singkat untuk melihat sejauh mana peserta memahami materi yang telah disampaikan.
4. Penutupan dan Dokumentasi: Setelah kegiatan berakhir, tim pengabdian memastikan dokumentasi kegiatan dilakukan dengan baik. Foto-foto kegiatan serta hasil pemeriksaan akan menjadi bagian dari laporan akhir. Evaluasi bersama juga dilakukan untuk melihat efektivitas penyuluhan dan hasil dari pemeriksaan kesehatan, serta memberikan umpan balik kepada peserta terkait kondisi kesehatan mereka.

HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Posyandu Dahlia yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Ariodhilah telah dilaksanakan pada 6 Juni 2024 bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat, khususnya ibu hamil, mengenai pentingnya pencegahan anemia selama masa kehamilan. Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan yang cukup serius di Indonesia, di mana kekurangan zat besi, asam folat, dan vitamin B12 menjadi penyebab utama. Oleh karena itu, program ini dirancang untuk memberikan edukasi sekaligus deteksi dini terhadap anemia pada ibu hamil melalui pemeriksaan hemoglobin (Hb) dan pemberian suplemen.

7

Kegiatan ini dimulai dengan koordinasi bersama pihak Puskesmas dan tokoh masyarakat setempat untuk menentukan lokasi dan waktu pelaksanaan. Setelah itu, penyuluhan dilaksanakan dengan melibatkan tim mahasiswa dari Poltekkes Kemenkes Palembang dengan bimbingan dari dosen pembimbing. Materi yang disampaikan berfokus pada pengenalan anemia, gejala-gejalanya, faktor risiko, serta cara pencegahan yang dapat dilakukan oleh ibu hamil. Sosialisasi dilakukan dengan menggunakan bahasa yang sederhana agar mudah dipahami oleh peserta. Selain penyuluhan, dilakukan juga pemeriksaan kadar hemoglobin pada ibu hamil untuk mendeteksi kemungkinan adanya anemia.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan pengabmas Bersama kader Posyandu Dahlia Wilayah Kerja Puskesmas Ariodhilla

Hasil dari pemeriksaan tersebut menunjukkan bahwa ibu-ibu hamil di Posyandu Dahlia tidak mengalami anemia, yang menandakan bahwa status gizi mereka cukup baik. Namun, dalam pemeriksaan yang melibatkan lansia yang turut hadir dalam acara tersebut, ditemukan banyak dari mereka yang memiliki tekanan darah tinggi (hipertensi). Ini menandakan bahwa meskipun status gizi ibu hamil cukup baik, lansia di wilayah tersebut masih memerlukan perhatian khusus terkait kesehatan mereka.

Selama kegiatan berlangsung, terlihat bahwa program penyuluhan ini memberikan dampak yang positif. Tingkat pemahaman ibu hamil mengenai anemia meningkat signifikan, dengan lebih dari 95% peserta dapat memahami materi yang disampaikan. Metode penyuluhan yang digunakan, seperti diskusi interaktif dan penggunaan media cetak berupa leaflet, membuat peserta lebih mudah

8

mencerna informasi yang diberikan. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi yang komprehensif dan pendekatan yang tepat dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait kesehatan selama kehamilan.



Gambar 2. Kegiatan Skrining pemeriksaan kadar hemoglobine dan pemberian tablet Fe serta edukasi pada ibu hamil

Pada akhir kegiatan, dilakukan evaluasi yang menyimpulkan bahwa program ini berhasil mencapai tujuannya. Partisipasi aktif dari ibu hamil serta masyarakat sekitar dalam sosialisasi ini menjadi indikator positif bahwa mereka lebih peduli terhadap kesehatan, terutama dalam pencegahan anemia. Edukasi yang diberikan diharapkan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari untuk meningkatkan kesehatan ibu hamil serta mengurangi risiko komplikasi kehamilan yang diakibatkan oleh anemia.

Dari kegiatan ini, beberapa rekomendasi penting dihasilkan. Pertama, perlunya edukasi lanjutan secara berkala untuk menjaga kesadaran masyarakat mengenai pentingnya gizi yang seimbang dan pemeriksaan kesehatan rutin selama masa kehamilan. Kedua, akses terhadap suplemen zat besi dan asam folat harus terus ditingkatkan agar ibu hamil dapat memenuhi kebutuhan nutrisinya. Selain itu, penting juga untuk melakukan monitoring dan evaluasi secara berkala terhadap kesehatan ibu hamil dan lansia di wilayah tersebut, guna memastikan bahwa informasi dan pelayanan kesehatan terus berkelanjutan.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini memberikan manfaat yang signifikan bagi masyarakat dan menjadi langkah awal yang penting dalam meningkatkan kualitas kesehatan ibu hamil di Puskesmas Ariodillah Palembang.

9

DISKUSI

Upaya untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil terhadap anemia berhasil dilakukan melalui edukasi yang komprehensif. Sosialisasi yang melibatkan pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) pada ibu hamil juga mendukung deteksi dini anemia, sehingga dapat segera diambil langkah pencegahan yang diperlukan.

Anemia pada ibu hamil adalah kondisi yang umum terjadi di negara berkembang, termasuk Indonesia, dengan prevalensi mencapai 48,9% menurut Riskesdas 2018 (Roosley, 2016). Kondisi ini memerlukan perhatian serius karena dapat meningkatkan risiko komplikasi kehamilan, seperti kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, dan bahkan kematian pada ibu dan bayi (Achebe & Gafter-Gvili, 2017). Dalam kegiatan yang dilakukan, deteksi anemia dilakukan melalui pemeriksaan kadar Hb pada ibu hamil, yang sesuai dengan rekomendasi WHO, yaitu skrining anemia minimal dua kali selama masa kehamilan (WHO, 2016).

Dari hasil pemeriksaan, ibu-ibu hamil di wilayah Posyandu Dahlia menunjukkan kadar Hb yang normal, yang mengindikasikan tidak adanya anemia. Namun, ini tidak mengurangi pentingnya edukasi mengenai pencegahan anemia, mengingat kebutuhan zat besi selama kehamilan meningkat secara signifikan untuk mendukung pertumbuhan janin dan plasenta (Milman, 2015). Suplementasi zat besi dan asam folat menjadi langkah kunci dalam pencegahan anemia, seperti yang juga direkomendasikan oleh WHO, yang menganjurkan konsumsi suplemen harian 30-60 mg zat besi dan 400 µg asam folat (WHO, 2016; Peña-Rosas et al., 2015).

Selain suplementasi, peningkatan kesadaran masyarakat tentang pentingnya asupan gizi yang baik selama kehamilan juga menjadi fokus kegiatan. Penyuluhan yang dilakukan memberikan informasi tentang pola makan yang kaya zat besi, seperti konsumsi daging merah, sayuran berdaun hijau, dan makanan yang kaya vitamin C untuk membantu penyerapan zat besi (Safitri, 2020). Studi menunjukkan bahwa pola makan yang tidak seimbang merupakan salah satu faktor utama penyebab anemia pada ibu hamil di Indonesia (Sukmawati et al., 2021).

Selain ibu hamil, keterlibatan lansia dalam kegiatan pengecekan tekanan darah menunjukkan pentingnya perhatian terhadap kesehatan kelompok usia lanjut. Hasil dari kegiatan menunjukkan bahwa banyak lansia di wilayah tersebut menderita hipertensi, yang juga memerlukan intervensi kesehatan (Safitri, 2020). Lansia sering kali diabaikan dalam program kesehatan masyarakat, padahal mereka memiliki risiko tinggi terhadap berbagai kondisi kesehatan

10

kronis (Wati & Ridlo, 2020).

Kegiatan ini juga memberikan pembelajaran penting tentang bagaimana pendekatan interaktif dan penggunaan media edukatif, seperti leaflet, dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat. Studi menunjukkan bahwa kombinasi antara edukasi lisan dan media cetak dapat memperkuat pemahaman dan membantu masyarakat menerapkan informasi dalam kehidupan sehari-hari (Yunadi & Septiyaningsih, 2020).

Secara keseluruhan, program ini memberikan kontribusi signifikan terhadap peningkatan pemahaman ibu hamil mengenai pencegahan anemia, serta mengedukasi masyarakat tentang pentingnya menjaga asupan gizi yang baik selama kehamilan. Keberhasilan ini juga menunjukkan bahwa pendekatan yang komprehensif, melibatkan sosialisasi, deteksi dini, dan edukasi interaktif, adalah strategi efektif dalam mengatasi masalah anemia pada ibu hamil (Wahyuni, 2023).

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat tentang pencegahan anemia pada ibu hamil di Posyandu Dahlia berhasil mencapai tujuannya. Pemeriksaan hemoglobin menunjukkan bahwa ibu hamil di wilayah tersebut tidak mengalami anemia, dan penyuluhan yang diberikan berhasil meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya asupan gizi yang baik serta cara mencegah anemia selama kehamilan. Selain itu, keterlibatan masyarakat dalam kegiatan ini memperkuat kesadaran mereka tentang pentingnya menjaga kesehatan, tidak hanya bagi ibu hamil, tetapi juga bagi lansia yang turut berpartisipasi dalam pemeriksaan tekanan darah. Untuk keberlanjutan program ini, edukasi yang berkelanjutan sangat diperlukan agar pengetahuan tentang anemia terus diperbarui. Akses terhadap layanan kesehatan, terutama untuk pemeriksaan dan pemberian suplemen, juga perlu diperluas. Selain itu, penting dilakukan monitoring secara rutin terhadap ibu hamil untuk mencegah anemia di kemudian hari, serta perhatian khusus diberikan kepada lansia yang memerlukan intervensi kesehatan terkait hipertensi. Dengan langkah-langkah tersebut, diharapkan kesehatan ibu hamil dan masyarakat setempat dapat terus terjaga.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Kami mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Ariodillah Palembang dan para kader Posyandu Dahlia atas dukungan serta fasilitas yang diberikan selama pelaksanaan kegiatan

11

7 pengabdian masyarakat ini. Penghargaan juga kami sampaikan kepada ibu-ibu hamil dan masyarakat yang berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini, serta kepada ibu Maliha Amin, SKM, M.Kes, selaku dosen pembimbing, atas bimbingan dan arahnya. Terima kasih juga kepada seluruh tim pelaksana yang telah bekerja keras dan berkomitmen dalam menyukseskan kegiatan ini.

DAFTAR REFERENSI

- Achebe, M. M., & Gafter-Gvili, A. (2017). How I treat anemia in pregnancy: iron, cobalamin, and folate. *Blood*, 129(8), 940-949.
- Alistia, A. (2023). Analysis of Nursing Care for Pregnant Women with the Implementation of Fe Tablet Education through Audiovisuals to Overcome the Deficit Knowledge of Anemia. *Nurse and Holistic Care*, 3(3), 5185. <https://doi.org/10.33086/nhc.v3i3.5185>
- Diddana, Z., et al. (2018). Effect of Nutrition Education Based on Health Belief Model on Nutritional Knowledge and Dietary Practice of Pregnant Women in Dessie Town, Northeast Ethiopia: A Cluster Randomized Control Trial. *Journal of Nutrition and Metabolism*. <https://doi.org/10.1155/2018/6731815>
- Fathoni, M., et al. (2023). Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe dan Status Gizi Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Lempake Kota Samarinda. *Jurnal Medika Karya Ilmiah Kesehatan*, 7(2), 1058. <https://doi.org/10.35728/jmkik.v7i2.1058>
- Hashi, A. (2018). Prevalence of Anemia among Pregnant Women Attending Antenatal Clinic at Howlwadag MCH, Mogadishu. *African Journal of Health and Medical Sciences*, 3(1), 38. <https://doi.org/10.59067/afjhms.v3i1.38>
- Karami, M., et al. (2022). Global Prevalence of Anemia in Pregnant Women: A Comprehensive Systematic Review and Meta-Analysis. *Maternal and Child Health Journal*. <https://doi.org/10.1007/s10995-022-03450-1>
- Kasad, A. (2023). The Effect of the Family Empowerment Model on the Ability to Manage Diet and Increase Hemoglobin in Pregnant Women. *Action Aceh Nutrition Journal*, 8(4), 1327. <https://doi.org/10.30867/action.v8i4.1327>
- Milman, N. (2015). Iron deficiency and anaemia in pregnant women in Malaysia—still a significant and challenging health problem. *Journal of Pregnancy and Child Health*, 2(3), 1-8.
- Peña-Rosas, J. P., De-Regil, L. M., Garcia-Casal, M. N., & Dowswell, T. (2015). Daily oral iron supplementation during pregnancy. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (7).
- Peña-Rosas, J. P., et al. (2012). Daily Oral Iron Supplementation During Pregnancy. *Cochrane Database of Systematic Reviews*. <https://doi.org/10.1002/14651858.cd004736.pub4>
- Roosleyn, I. P. T. (2016). Strategi dalam penanggulangan pencegahan anemia pada kehamilan. *Jurnal Ilmiah Widya*, 3(3), 1-9.
- Safitri, S. (2020). Pendidikan Kesehatan tentang Anemia kepada Ibu Hamil. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(2), 94-99.
- Sari, A., et al. (2021). Empowering the Cadre of Pregnant Women Control Program to Prevent Anemia. *Journal of Community Service for Health*, 2(1), 10-14. <https://doi.org/10.26699/jcsh.v2i1.art.p010-014>
- Savadogo, G. B., et al. (2014). Characteristics of Severely Anemic Pregnant Women and Perinatal Outcomes in Banfora Regional Hospital, Burkina Faso: An Epidemiological Study. *Open*

- Journal of Obstetrics and Gynecology*, 4(5), 123-128.
<https://doi.org/10.4236/ojog.2014.45038>
- Simbolon, T., & Sitompul, R. (2021). Tamarillo Juice (*Solanum betaceum* Cav) as An Alternative to Increase Hemoglobin Levels for Pregnant Women with Anemia. *Babali Nursing Research*, 3(1), 355. <https://doi.org/10.37363/bnr.2021.2355>
- Sukmawati, S., Widiasih, R., Mamuroh, L., & Nurhakim, F. (2021). Anemia kehamilan dan faktor yang mempengaruhi: studi korelasi. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan dan Farmasi*, 21(1), 43-53.
- Tekgül, I., & Yamazhan, A. (2019). The Effects of Maternal Anemia in Pregnant Women with Respect to the Newborn Weight and Placental Weight in the Delivery Room. *The Journal of Pediatric Research*, 36(1), 1-7. <https://doi.org/10.4274/jpr.galenos.2019.22599>
- Turawa, A. S., et al. (2021). Prevalence of Anaemia, Iron Deficiency, and Iron Deficiency Anaemia in Women of Reproductive Age and Children under 5 Years of Age in South Africa (1997–2021): A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(23), 12779. <https://doi.org/10.3390/ijerph182312799>
- Wahyuni, A.A.I.P. (2023). Anemia Ibu Hamil berakibat stunting Pada Anak Hingga ... Available at: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2335/anemia-ibu-hamil-berakibat-stunting-pada-anak-hingga-kematian-ibu (Accessed: 01 June 2024).
- Wati, N., & Ridlo, S. (2020). Pengaruh Edukasi Tentang Hipertensi Terhadap Perubahan Tekanan Darah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 10(2), 124-131.
- WHO. (2016). *WHO recommendations on antenatal care for a positive pregnancy experience*. Geneva: World Health Organization.
- Yunadi, F. D., & Septiyaningsih, R. (2020). Pemberdayaan Kader Dalam Upaya Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Ibu Hamil. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Irsyad (JPMA)*, 2(2), 144-153.