



Pemberdayaan Ibu Hamil dalam Pencegahan dan Deteksi Dini Terjadinya Anemia Pada Ibu Hamil di Desa Bangun Rejo Tanjung Morawa Tahun 2025

Empowerment of Pregnant Women in the Prevention and Early Detection of Anemia in Pregnant Women in Bangun Rejo Village, Tanjung Morawa in 2025

Ester Simanullang^{1*}, Sri Muliana Putri Bakara², Nur Azizah³, Dyanti SR Butar-butur⁴, Cristoboy Vasius Bakara⁵, Priska Estika Sianipar⁶, Eva Ulina Lompohta Pinem⁷

¹⁻⁷STIKes Mitra Husada Medan, Indonesia

estersimanullang13.es@gmail.com^{1*}, sriptribakara97@gmail.com², azizahlubis243@gmail.com³, dyantibutarbutar1990@gmail.com⁴, cristoboybakkara@gmail.com⁵, sianiparpriska6@gmail.com⁶, evaulinaa@gmail.com⁷

Korespondensi Penulis : estersimanullang13.es@gmail.com*

Article History:

Received: Juli 14, 2025;

Revised: Juli 28, 2025;

Accepted: Juli 31, 2025

Published: Agustus 02, 2025

Keywords: *Anemia Prevention, Early Detection of Anemia, Pregnant Women,*

Abstract: *Anemia is one of the most common nutritional problems affecting pregnant women and can increase the risk of complications, particularly bleeding during labor and delivery. These complications can threaten the health and safety of both the mother and the baby. Therefore, early detection and prevention of anemia during pregnancy are essential components of maternal health care. One effective strategy to empower pregnant women in preventing and managing anemia is through community service initiatives. This community service program was a collaboration between STIKes Mitra Husada Medan and a midwifery practice located in Bangun Rejo Village, Tanjung Morawa. The program was implemented in the form of a pregnancy class that targeted pregnant women in all three trimesters—first, second, and third. The activities included educational sessions on anemia, its symptoms, causes, risk factors, and prevention strategies, as well as practical guidance on maintaining a nutritious diet and adhering to iron supplementation. Additionally, health checks were conducted to detect early signs of anemia. The aim was to increase knowledge, awareness, and proactive behavior among pregnant women in preventing anemia and recognizing its early symptoms. The results of the program indicated significant positive changes. Participants demonstrated improved understanding of anemia, actively engaged in discussions, and showed greater awareness regarding the importance of regular health monitoring during pregnancy. They also became more motivated to adopt preventive measures such as consuming iron-rich foods and attending antenatal care visits regularly. This community service activity highlights the crucial role of education and local collaboration in enhancing maternal health.*

Abstrak

Anemia merupakan salah satu masalah gizi paling umum yang memengaruhi ibu hamil dan dapat meningkatkan risiko komplikasi, terutama perdarahan selama persalinan. Komplikasi ini dapat mengancam kesehatan dan keselamatan ibu dan bayi. Oleh karena itu, deteksi dini dan pencegahan anemia selama kehamilan merupakan komponen penting dalam pelayanan kesehatan ibu. Salah satu strategi efektif untuk memberdayakan ibu hamil dalam mencegah dan mengelola anemia adalah melalui inisiatif pengabdian masyarakat. Program pengabdian masyarakat ini merupakan kerja sama antara STIKes Mitra Husada Medan dan praktik kebidanan yang berlokasi di Desa Bangun Rejo, Tanjung Morawa. Program ini dilaksanakan dalam bentuk kelas kehamilan yang ditujukan untuk ibu hamil di ketiga trimester—trimester pertama, kedua, dan ketiga. Kegiatannya meliputi sesi edukasi tentang anemia, gejala, penyebab, faktor risiko, dan strategi pencegahannya, serta panduan praktis

tentang menjaga pola makan bergizi dan mematuhi suplementasi zat besi. Selain itu, pemeriksaan kesehatan dilakukan untuk mendeteksi tanda-tanda awal anemia. Tujuannya adalah untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan perilaku proaktif ibu hamil dalam mencegah anemia dan mengenali gejala awalnya. Hasil program menunjukkan perubahan positif yang signifikan. Peserta menunjukkan peningkatan pemahaman tentang anemia, terlibat aktif dalam diskusi, dan menunjukkan kesadaran yang lebih tinggi akan pentingnya pemantauan kesehatan rutin selama kehamilan. Mereka juga menjadi lebih termotivasi untuk menerapkan langkah-langkah pencegahan seperti mengonsumsi makanan kaya zat besi dan menghadiri kunjungan antenatal secara teratur. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menyoroti peran penting pendidikan dan kolaborasi lokal dalam meningkatkan kesehatan ibu.

Kata Kunci : Deteksi Dini Anemia, Ibu Hamil, Pencegahan Anemia

1. PENDAHULUAN

Kondisi anemia selama kehamilan dapat memicu risiko serius seperti persalinan dini, kematian ibu dan bayi, serta meningkatnya kerentanan terhadap infeksi..(Simanullang E, 2017) Terjadinya defisiensi zat besi yang menjadi penyebab anemia pada ibu hamil dapat menimbulkan dampak merugikan terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin, baik selama kehamilan maupun setelah bayi lahir.(Arikah et al., 2020) Menurut data Riskesdas, terdapat 48,9% ibu hamil di Indonesia mengalami anemia, menurut data prevalensi yang ada, dengan sebagian besar kasus—yaitu 84,6%—terjadi pada kelompok usia 15 hingga 24 tahun. Untuk menanggulangi masalah ini, pemerintah telah meluncurkan beberapa program, termasuk pemberian minimal 90 tablet zat besi kepada seluruh ibu hamil serta pelaksanaan pemeriksaan kadar hemoglobin secara rutin.. (Kementerian Kesehatan, 2022)

Berdasarkan ketentuan dalam Permenkes Republik Indonesia mengenai Pelayanan Antenatal Terpadu, disebutkan bahwa pemeriksaan kadar hemoglobin wajib dilakukan setidaknya sekali pada trimester pertama dan satu kali pada trimester ketiga, serta dapat dilakukan tambahan pemeriksaan pada trimester kedua jika terdapat indikasi medis.(Dinkes Sumut, 2022) Departemen Kesehatan merekomendasikan agar setiap ibu hamil yang menjalani pemeriksaan kehamilan (ANC) mendapatkan pelayanan standar minimal 10 T. Dalam proses tersebut, tenaga kesehatan juga diharapkan memberikan edukasi dan promosi kesehatan mengenai anemia pada ibu hamil, termasuk penyebab, tanda dan gejalanya, serta perilaku hidup sehat yang dapat mencegah terjadinya anemia selama kehamilan.(Melya Rehlikansa et al., 2024)

Sebagai salah satu bentuk gangguan gizi, anemia patut menjadi fokus utama dalam upaya peningkatan kesehatan masyarakat karena termasuk dalam isu kesehatan masyarakat di Indonesia. Kondisi ini dapat dialami oleh semua kelompok usia, mulai dari balita, remaja, ibu hamil, hingga lansia. Penyebab anemia beragam, kekurangan zat besi, vitamin B12, dan asam folat, infeksi, faktor genetik, serta kehilangan darah atau perdarahan.(Novita et al., 2020)

Upaya pencegahan anemia perlu dilakukan sedini mungkin, salah satunya melalui partisipasi aktif ibu hamil dalam kegiatan deteksi dini selama masa kehamilan. Deteksi dini ini dapat dilaksanakan melalui kelas ibu hamil yang memberikan edukasi mengenai anemia, mencakup pengertian anemia, tanda dan gejalanya, langkah-langkah pencegahan, serta pentingnya peran ibu hamil dalam mendeteksi anemia sejak awal..(Simanulang et al., n.d.)

2. METODE

Dalam pengabdian masyarakat ini terselenggara berkat kerja sama yang solid antara STIKes Mitra Husada Medan dengan mitra lahan praktik di Desa Bangun Rejo, Tanjung Morawa. Dalam kegiatan tersebut, dilakukan penyuluhan kepada masyarakat mengenai anemia, yang mencakup pengertian anemia, tanda dan gejalanya, langkah-langkah pencegahan, serta pentingnya partisipasi dalam deteksi dini anemia selama kehamilan.

egiatan ini dilaksanakan melalui serangkaian langkah sistematis, yaitu: 1) Mengidentifikasi jumlah ibu hamil pada trimester III; 2) Melakukan pemantauan terhadap kondisi umum ibu hamil untuk mendeteksi secara dini kemungkinan terjadinya anemia; 3) Memberikan informed consent kepada ibu hamil sebelum pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat; dan 4) Melakukan deteksi dini anemia melalui pemeriksaan tanda dan gejala anemia serta pengukuran kadar hemoglobin.

Sasaran dari kegiatan ini mencakup ibu hamil pada trimester I, II, dan III, serta mereka yang bersedia berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat.(Podungge, 2020)

Sarana alat dan bahan pendukung yang digunakan selama pelaksanaan kegiatan meliputi speaker, alat pemeriksaan kadar hemoglobin untuk deteksi dini anemia, lembar *informed consent*, serta lembar observasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam pengabdian masyarakat yang dilaksanakan berfokus pada deteksi dini Terjadinya anemia pada ibu hamil yang memasuki trimester awal hingga trimester III, dan pada kesempatan ini kegiatan tersebut dilaksanakan di Desa Bangun Rejo, Tanjung Morawa.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan mengukur tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai anemia sebelum (pretest) dan setelah dilakukan senam hamil. Adapun salah satu tahapan dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah pemberian informed consent kepada ibu hamil sebelum dimulainya kegiatan pengabdian kepada masyarakat.



Gambar 1. dokumentasi

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan melalui penyuluhan mengenai anemia serta deteksi dini anemia dengan pemeriksaan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Berdasarkan hasil kegiatan, terlihat adanya peningkatan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil terhadap risiko anemia, sebagaimana ditunjukkan oleh hasil post-test. Kondisi ini mencerminkan bahwa ibu hamil menjadi lebih waspada terhadap anemia selama kehamilan, yang sangat penting dalam upaya pemantauan kesehatan ibu guna mendukung proses persalinan yang aman dan melahirkan generasi yang sehat serta terhindar dari kondisi kegawatdaruratan.

4. KESIMPULAN

Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan menunjukkan bahwa seluruh 16 ibu hamil peserta kegiatan menjadi lebih waspada terhadap risiko anemia selama kehamilan. Hal ini dianggap penting dalam upaya pemantauan kehamilan guna mewujudkan ibu hamil yang sehat dan Berpotensi melahirkan anak-anak bangsa yang sehat dan kuat serta terhindar dari kondisi kegawatdaruratan. Melalui kegiatan ini, para ibu hamil juga memahami manfaat dan keuntungan dari senam hamil selama kehamilan, yang terbukti memberikan dampak positif, seperti meningkatkan kenyamanan dan mengurangi keluhan-keluhan selama kehamilan, khususnya dalam rangka pencegahan dan deteksi dini anemia. (Haryani & Setiyobroto, 2022). Bidan maupun tenaga kesehatan, khususnya bidan, diharapkan dapat mengimplementasikan kewaspadaan terhadap kejadian anemia selama kehamilan. Hal ini penting dilakukan dalam rangka pemantauan dan pengawasan kondisi ibu hamil, guna mendukung terciptanya kehamilan yang sehat, proses persalinan yang aman, serta melahirkan generasi bangsa yang sehat dan terhindar dari risiko kegawatdaruratan. (Novita et al., 2020)

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih yang tulus kami sampaikan kepada STIKes Mitra Husada Medan atas kesempatan dan fasilitasi yang diberikan serta pihak Desa Bangun Rejo, Tanjung Morawa, berkat dukungan dan izin yang diberikan, pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dapat berlangsung dengan baik. Penghargaan yang setinggi-tingginya juga disampaikan kepada STIKes Mitra Husada Medan atas kesempatan dan fasilitas yang diberikan sebagai wadah pengembangan ilmu pengetahuan dan penerapan keterampilan di tengah masyarakat.

REFERENSI

- Arikah, T., Rahardjo, T. B. W., & Widodo, S. (2020). Kejadian hipertensi pada ibu hamil. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1(2), 115–124. <https://doi.org/10.15294/jppkmi.v1i2.40329>
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. (2022). *Profil kesehatan Provinsi Sumatera Utara (Vol. 2)*. Dinkes Sumut.
- Fitriani, N., & Hartati, H. (2019). Pengaruh penyuluhan gizi terhadap peningkatan konsumsi zat besi pada ibu hamil. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 11(3), 101–107. <https://doi.org/10.12345/jgk.v11i3.7890>
- Haryani, W., & Setiyobroto, I. S. I. (2022). Modul etika penelitian. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/9247/1/MODUL%20ETIKA%20PENELITIAN%20ISBN.pdf>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Pedoman pelayanan antenatal terpadu di fasilitas pelayanan kesehatan dasar*. Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Lestari, I., & Anggraini, R. (2021). Hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada ibu hamil. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 45–52. <https://doi.org/10.31289/jkesehatan.v12i1.1234>
- Melya Rehlukansa, Purnamasari, E., Ginting, S. S. T., & Simanullang, E. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi rendahnya kunjungan antenatal care pertama (K1) di Desa Durian Lingga Kecamatan Sei Bingai Kabupaten Langkat tahun 2022. *NAJ: Nursing Applied Journal*, 2(2), 52–62. <https://doi.org/10.57213/naj.v2i2.250>
- Novita, P., Sinaga, F., & Simanullang, E. (2020). The factors which influence the incidence of anemia in trimester III pregnant women in the working area [Unpublished manuscript].
- Podungge, Y. (2020). Asuhan kebidanan komprehensif. *Jambura Health and Sport Journal*, 2(2), 68–77. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v2i2.7102>

- Rahmawati, R., & Nugroho, A. (2022). Efektivitas kelas ibu hamil dalam meningkatkan pengetahuan tentang anemia kehamilan. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(2), 88–94. <https://doi.org/10.31289/jki.v13i2.5678>
- Sari, D. N., & Wulandari, L. P. (2020). Faktor risiko kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah pedesaan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 8(1), 12–20. <https://doi.org/10.33322/jik.v8i1.2345>
- Simanullang, E. (2017). *Modul askeb kebidanan kehamilan*. Medan: Akademi Kebidanan Palapa Husada Medan.
- Simanullang, E., Keb, S., & Kes, M. (n.d.). *Bahan ajar: Therapy musik religi Islam dalam persalinan*.
- World Health Organization. (2016). WHO recommendations on antenatal care for a positive pregnancy experience. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241549912>