



JOURNAL OF Public Health Concerns
ISSN 2777-0826 (Print)
ISSN 2776-592X (Online)
DOI: 10.56922



INFORMASI ARTIKEL

Received: December, 4, 2025

Revised: December, 15, 2025

Available online: December, 16, 2025

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/phc>

Pemberian edukasi kesehatan dalam mengatasi masalah anemia dan pencegahannya pada ibu hamil

Rika Yulendasari*, Linawati Novikasari, Nisaul Lutfiana Azizah, Salwa Anastasya Amartya, Dwi Liza Indriana, Ines Livia Velda, Sixnola Dina Lestari, Bayu Winanda, Ela Nurlita, Mario Orlando, M. Almatin

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati

Korespondensi penulis: Rika Yulendasari. *Email: rikayulendasari@malahayati.ac.id

Abstract

Background: Anemia in pregnant women is a health problem frequently encountered in primary healthcare facilities, including in the Bandar Lampung Satellite Community Health Center (Puskesmas Satelit Bandar Lampung). This condition can increase the risk of pregnancy complications such as premature delivery, bleeding, and impaired fetal development. Health education is an effective strategy to increase pregnant women's understanding of anemia prevention and management.

Purpose: To provide health education through leaflets, demonstrations, and discussions to pregnant women regarding anemia during pregnancy and its prevention.

Method: A health education session on anemia prevention in pregnant women was held on November 17, 2025, from 8:30–10:00 a.m. Western Indonesian Time (WIB), at a community health post (Posyandu) within the Bandar Lampung Satellite Community Health Center (Puskesmas). Fifteen pregnant women, who are targeted by the Maternal and Child Health (KIA) service, attended the session. The session used a leaflet-based health education approach through demonstrations and discussions, without pre- or post-tests. The focus of the session was directed at improving pregnant women's understanding of anemia and prevention strategies through clear and interactive presentations. A qualitative process evaluation was conducted through a short question-and-answer session to assess participants' understanding of the material.

Results: A total of 15 pregnant women attended the session from beginning to end. Observations during the session revealed high levels of enthusiasm among participants, as evidenced by their attentiveness during the presentation, active involvement in the discussion, and positive response to the use of leaflets as an educational tool. The leaflet was considered helpful for participants in understanding the information because it contained concise explanations, simple language, and visual illustrations that made it easier for pregnant women to recall important points about anemia and how to prevent it. During the demonstration, most pregnant women were able to follow the instructions well, including the correct way to take iron tablets (TTD), the best time to take them, and foods to consume or avoid to increase iron absorption.

Conclusion: Health education activities on anemia prevention in pregnant women using leaflets, demonstrations, and discussions proved effective in increasing participants' understanding of anemia and its prevention. These health education activities provided increased skills and knowledge about anemia prevention, such as the correct way to take iron tablets (TTD), sources of iron-rich foods, and factors that can increase or inhibit iron absorption.

Pemberian edukasi kesehatan dalam mengatasi masalah anemia dan pencegahannya pada ibu hamil

Suggestion: The Bandar Lampung Satellite Community Health Center is expected to hold similar educational activities regularly, given the high demand for information related to pregnancy health and the persistence of misconceptions among pregnant women.

Keywords: Anemia; Health education; Leaflets; Pregnant women

Pendahuluan: Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih sering ditemukan di fasilitas pelayanan kesehatan primer, termasuk di wilayah kerja Puskesmas Satelit Bandar Lampung. Kondisi ini dapat meningkatkan risiko komplikasi kehamilan seperti persalinan prematur, perdarahan, dan gangguan tumbuh kembang janin. Upaya edukasi kesehatan merupakan strategi efektif untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang pencegahan dan tata laksana anemia.

Tujuan: Memberikan edukasi kesehatan melalui media *leaflet*, demonstrasi, dan diskusi kepada ibu hamil terkait anemia selama kehamilan dan pencegahannya.

Metode: Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan anemia pada ibu hamil dilaksanakan pada 17 November 2025, pukul 08.30–10.00 WIB, bertempat di salah satu posyandu yang berada dalam wilayah kerja Puskesmas Satelit Bandar Lampung. Kegiatan ini dihadiri oleh 15 ibu hamil, yang merupakan sasaran binaan pelayanan Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). Bentuk kegiatan menggunakan pendekatan edukasi kesehatan berbasis leaflet melalui metode demonstrasi dan diskusi, tanpa melakukan pengukuran *pre-test* maupun *post-test*. Fokus kegiatan diarahkan pada peningkatan pemahaman ibu hamil mengenai anemia dan strategi pencegahannya melalui penyampaian materi yang jelas dan interaktif. Tahap evaluasi proses yang dilakukan secara kualitatif melalui tanya jawab singkat untuk menilai pemahaman peserta terhadap materi.

Hasil: Sebanyak 15 ibu hamil yang hadir mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir. Berdasarkan observasi selama penyuluhan, para peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi, terlihat dari perhatian peserta saat pemaparan materi, keterlibatan aktif dalam sesi diskusi, serta respons positif terhadap penggunaan leaflet sebagai media edukasi. Leaflet dinilai membantu peserta memahami informasi karena memuat penjelasan yang ringkas, bahasa yang sederhana, serta ilustrasi visual yang memudahkan ibu hamil mengingat kembali poin-poin penting mengenai anemia dan cara pencegahannya. Selama kegiatan demonstrasi, sebagian besar ibu hamil dapat mengikuti instruksi dengan baik, termasuk cara mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) yang benar, waktu terbaik untuk minum TTD, serta makanan yang perlu dikonsumsi atau dihindari untuk meningkatkan penyerapan zat besi.

Simpulan: Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan anemia pada ibu hamil dengan menggunakan media *Leaflet*, demonstrasi, dan diskusi terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai anemia dan upaya pencegahannya. Kegiatan penyuluhan kesehatan memberikan peningkatan kemampuan dan pengetahuan pencegahan anemia seperti cara konsumsi tablet tambah darah (TTD) yang benar, sumber makanan kaya zat besi, dan faktor-faktor yang dapat meningkatkan maupun menghambat penyerapan zat besi.

Saran: Diharapkan pihak Puskesmas Satelit Bandar Lampung dapat menyelenggarakan kegiatan edukasi serupa secara berkala, mengingat tingginya kebutuhan informasi terkait kesehatan kehamilan dan masih ditemukannya pemahaman yang keliru di kalangan ibu hamil.

Kata kunci: Anemia; Ibu hamil; *Leaflet*; Penyuluhan kesehatan

Rika Yulendasari*, Linawati Novikasari, Nisaul Lutfiana Azizah, Salwa Anastasya Amartya, Dwi Liza Indriana, Ines Livia Velda, Sixnola Dina Lestari, Bayu Winanda, Ela Nurlita, Mario Orlando, M. Almatin

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Rika Yulendasari. *Email: rikayulendasari@malahayati.ac.id

PENDAHULUAN

Anemia pada ibu hamil hingga kini masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat terbesar, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Secara global, WHO melaporkan bahwa sekitar 42% ibu hamil mengalami anemia, khususnya di wilayah berpenghasilan rendah dan menengah (World Health Organization, 2025). Kondisi ini sejalan dengan temuan meta-analisis yang menunjukkan bahwa anemia defisiensi zat besi merupakan penyebab utama anemia pada kehamilan dan berkaitan erat dengan risiko kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, serta peningkatan mortalitas perinatal (Rahman, Abe, Rahman, Kanda, Narita, Bilano, & Shibuya, 2016). Di Indonesia sendiri, berbagai survei dan penelitian menunjukkan prevalensi anemia ibu hamil berada pada kisaran 37–48%, yang menjadikan anemia sebagai masalah kesehatan maternal yang harus ditangani secara serius (Guspaneza, & Martha, 2019).

Anemia pada kehamilan secara umum disebabkan oleh rendahnya asupan zat besi, folat, dan nutrisi esensial lain yang diperlukan untuk memenuhi peningkatan kebutuhan fisiologis selama kehamilan (Retsanboy, Boli, Nurfa'izah, & Pasangka, 2025). Kekurangan zat besi dapat mengganggu produksi hemoglobin sehingga menurunkan kapasitas darah dalam mengangkut oksigen ke jaringan tubuh, termasuk ke janin. Dampak bagi ibu meliputi kelelahan kronis, gangguan imunitas, risiko infeksi, dan meningkatnya potensi perdarahan selama persalinan (Sjahriani, & Faridah, 2019). Bagi janin, anemia maternal meningkatkan risiko gangguan tumbuh kembang, keterlambatan perkembangan, kelahiran prematur, hingga kematian neonatus (Rahman et al., 2016).

Faktor risiko anemia pada ibu hamil sangat beragam. Sejumlah penelitian menemukan bahwa tingkat pendidikan rendah, paritas tinggi, jarak kehamilan dekat, ketidakpatuhan mengonsumsi tablet Fe, serta pola makan rendah zat besi merupakan faktor dominan yang mempengaruhi kejadian anemia (Tibar, Maternity, & Isnaini, 2025; Susmita, Astriana, & Iqmy, 2023).

Selain itu, aspek sosial ekonomi dan akses terhadap informasi kesehatan turut berperan dalam menentukan status anemia ibu hamil (Karemoi, Mardiah, & Adistie, 2020). Sebagian besar ibu hamil kurang memahami gejala anemia seperti pusing, lemas, dan pucat, sehingga anemia sering terlambat terdeteksi (Wahyuni, 2025).

Kondisi ini juga terjadi di berbagai wilayah di Indonesia, termasuk Provinsi Lampung. Anemia masih menjadi masalah pada ibu hamil dan berkorelasi dengan rendahnya pengetahuan terkait nutrisi dan kepatuhan konsumsi tablet Fe (Tibar et al., 2025). Di wilayah kerja Puskesmas Satelit Bandar Lampung, laporan internal menunjukkan bahwa masih ditemukan ibu hamil dengan kadar hemoglobin di bawah standar normal. Hal ini memperkuat pentingnya intervensi promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan, khususnya yang menggunakan pendekatan yang mudah dipahami seperti *leaflet*, demonstrasi, dan diskusi interaktif.

Edukasi kesehatan merupakan salah satu strategi yang terbukti efektif untuk meningkatkan pemahaman sekaligus mengubah perilaku ibu hamil dalam pencegahan anemia (Wahyuni, 2025). Media *leaflet* mempermudah ibu dalam memahami materi secara visual dan ringkas, sementara metode demonstrasi dan diskusi memungkinkan ibu berinteraksi dan bertanya langsung mengenai konsumsi tablet Fe, pilihan makanan kaya zat besi, serta upaya pencegahan anemia lainnya. Penelitian lain juga menyebutkan bahwa pendekatan edukatif yang bersifat partisipatif dapat meningkatkan pengetahuan dan komitmen ibu dalam menjaga kesehatan selama kehamilan (Tibar et al., 2025; Karemoi et al, 2020).

Dengan demikian, kegiatan edukasi kesehatan mengenai pencegahan anemia melalui upaya pemberian informasi yang tepat dan mudah dipahami dapat memberikan motivasi dan meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet Fe, memperbaiki pola makan, dan melakukan pemeriksaan kehamilan secara teratur. Kegiatan ini juga diharapkan menurunkan prevalensi anemia dan menjaga kesehatan ibu hamil serta janinnya.

Rika Yulendasari*, Linawati Novikasari, Nisaul Lutfiana Azizah, Salwa Anastasya Amartya, Dwi Liza Indriana, Ines Livia Velda, Sixnola Dina Lestari, Bayu Winanda, Ela Nurlita, Mario Orlando, M. Almatin

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Rika Yulendasari. *Email: rikayulendasari@malahayati.ac.id

METODE

Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan anemia pada ibu hamil dilaksanakan pada 17 November 2025, pukul 08.30–10.00 WIB, bertempat di salah satu posyandu yang berada dalam wilayah kerja Puskesmas Satelit Bandar Lampung. Kegiatan ini dihadiri oleh 15 ibu hamil, yang merupakan sasaran binaan pelayanan Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). Kegiatan dilaksanakan dengan pendekatan edukasi kesehatan berbasis *leaflet* melalui metode demonstrasi dan diskusi, tanpa melakukan pengukuran *pre-test* maupun *post-test*. Fokus kegiatan diarahkan pada peningkatan pemahaman ibu hamil tentang anemia dan strategi pencegahannya. Media utama berupa *leaflet* edukatif disiapkan sebagai alat bantu visual yang memuat informasi tentang definisi anemia, penyebab, tanda dan gejala, bahaya anemia bagi ibu dan janin, kebutuhan nutrisi harian, serta langkah-langkah pencegahan.

Selain itu, tim juga menyiapkan contoh menu makanan tinggi zat besi dan alat peraga sederhana untuk mendukung proses demonstrasi. Pada tahap pelaksanaan memberikan edukasi menggunakan *leaflet* sebagai panduan. Penyuluh menjelaskan mengenai faktor risiko anemia, pentingnya konsumsi tablet tambah darah (TTD), sumber makanan kaya zat besi, serta faktor penghambat dan peningkat penyerapan zat besi. Selanjutnya dilakukan demonstrasi cara mengonsumsi TTD yang benar dan penyusunan contoh menu harian bergizi seimbang. Kegiatan dilanjutkan dengan diskusi interaktif, peserta diberikan kesempatan menyampaikan pertanyaan atau pengalaman pribadi terkait anemia maupun konsumsi TTD. Diskusi berjalan aktif dan menjadi sarana dalam meningkatkan dan meluruskan miskonsepsi peserta. Tahap evaluasi proses yang dilakukan secara kualitatif melalui tanya jawab singkat untuk menilai pemahaman peserta terhadap materi.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

HASIL

Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan anemia pada ibu hamil yang dilaksanakan pada 17 November 2025 di posyandu wilayah kerja Puskesmas Satelit Bandar Lampung berjalan dengan lancar dan mendapat respons positif dari para peserta. Sebanyak 15 ibu hamil yang hadir mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir. Berdasarkan observasi selama penyuluhan, para peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi, terlihat dari perhatian peserta saat pemaparan materi, keterlibatan aktif dalam sesi diskusi, serta respons positif terhadap penggunaan *leaflet* sebagai media edukasi.

Leaflet dinilai membantu peserta memahami informasi karena memuat penjelasan yang ringkas, bahasa yang sederhana, serta ilustrasi visual yang memudahkan ibu hamil mengingat kembali poin-poin penting mengenai anemia dan cara pencegahannya. Selama kegiatan demonstrasi, sebagian besar ibu hamil dapat mengikuti instruksi dengan baik, termasuk memahami cara mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) yang benar, menentukan waktu terbaik untuk minum TTD, serta pemilihan makanan yang perlu dikonsumsi atau dihindari untuk meningkatkan penyerapan zat besi.

Rika Yulendasari*, Linawati Novikasari, Nisaul Lutfiana Azizah, Salwa Anastasya Amartya, Dwi Liza Indriana, Ines Livia Velda, Sixnola Dina Lestari, Bayu Winanda, Ela Nurlita, Mario Orlando, M. Almatin

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Rika Yulendasari. *Email: rikayulendasari@malahayati.ac.id

Pemberian edukasi kesehatan dalam mengatasi masalah anemia dan pencegahannya pada ibu hamil

Para peserta juga mampu menyebutkan kembali sumber makanan kaya zat besi seperti hati ayam, daging merah, bayam, kacang-kacangan, dan sayuran hijau lainnya. Selain itu, mereka mulai memahami pentingnya memadukan sumber zat besi dengan vitamin C untuk meningkatkan penyerapan, serta menghindari konsumsi teh atau kopi bersamaan dengan TTD. Selama sesi diskusi, ditemukan bahwa sebagian besar peserta sebelumnya masih memiliki pemahaman yang salah mengenai penyebab anemia, terutama terkait anggapan bahwa anemia hanya disebabkan oleh kurang darah atau faktor keturunan. Melalui penjelasan dan klarifikasi yang diberikan, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman, yang terlihat dari kemampuan mereka menjawab pertanyaan dan menjelaskan ulang materi secara lisan. Beberapa peserta juga mengungkapkan bahwa sebelum kegiatan ini, mereka tidak mengetahui efek samping ringan TTD seperti mual atau feses menghitam, sehingga edukasi ini membantu mengurangi kekhawatiran mereka.

Hasil evaluasi proses menunjukkan bahwa seluruh peserta dapat menyebutkan minimal tiga tindakan pencegahan anemia, seperti rutin mengonsumsi TTD, meningkatkan asupan nutrisi kaya zat besi, serta melakukan pemeriksaan kehamilan secara teratur di fasilitas kesehatan. Kegiatan ini juga mendorong peserta untuk lebih memperhatikan pola makan dan kepatuhan konsumsi TTD. Secara keseluruhan, kegiatan penyuluhan dengan metode *leaflet*, demonstrasi, dan diskusi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil mengenai pencegahan anemia di wilayah tersebut.

PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan dengan menggunakan media *leaflet* melalui metode demonstrasi dan diskusi terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman ibu hamil mengenai pencegahan anemia. Hal ini sejalan dengan temuan berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis media cetak seperti *leaflet* mampu meningkatkan pengetahuan karena penyajian informasinya lebih

sederhana, mudah dibaca, dan dapat dibawa pulang sebagai bahan belajar mandiri (Sitompul, 2025). Dalam kegiatan ini, peserta tampak aktif mengikuti alur penyuluhan, menunjukkan bahwa pendekatan edukasi partisipatif mampu menciptakan suasana belajar yang kondusif. Pendekatan interaktif seperti demonstrasi dan diskusi telah lama direkomendasikan sebagai metode efektif untuk meningkatkan perubahan perilaku kesehatan, terutama pada kelompok ibu hamil (World Health Organization, 2025).

Anemia pada kehamilan merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi, terutama di negara berkembang. WHO (2023) melaporkan bahwa sekitar 37% ibu hamil di dunia mengalami anemia, dan sebagian besar disebabkan oleh defisiensi zat besi. Di Indonesia, Kementerian Kesehatan RI (2024) mencatat bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil masih mencapai 48.9%. Penyebab utama anemia di masa kehamilan meliputi rendahnya asupan zat besi, ketidakpatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD), serta peningkatan kebutuhan zat besi akibat perubahan fisiologis kehamilan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024; Stevens, Finucane, De-Regil, Paciorek, Flaxman, Branca, & Ezzati, 2013). Penyuluhan yang dilakukan dalam kegiatan ini relevan sehingga pesan kesehatan dapat tersampaikan secara tepat sasaran.

Penggunaan *leaflet* yang disertai demonstrasi terbukti memperkuat pemahaman peserta mengenai cara minum TTD yang benar. Banyak ibu hamil sebelumnya belum mengetahui bahwa TTD sebaiknya dikonsumsi pada malam hari, bersama air putih, serta tidak bersamaan dengan teh atau kopi karena dapat menghambat penyerapan zat besi (Centers For Disease Control and Prevention, 1998). Kurangnya pengetahuan teknis konsumsi TTD merupakan salah satu penghambat utama kepatuhan ibu hamil dalam meminum suplemen tersebut (Haider & Bhutta, 2017). Setelah demonstrasi dilakukan, peserta tampak lebih memahami praktik yang benar, yang ditunjukkan dari kemampuan mereka menjelaskan ulang cara konsumsi TTD serta menyebutkan makanan yang dapat mempengaruhi penyerapan zat besi.

Rika Yulendasari*, Linawati Novikasari, Nisaul Lutfiana Azizah, Salwa Anastasya Amartya, Dwi Liza Indriana, Ines Livia Velda, Sixnola Dina Lestari, Bayu Winanda, Ela Nurlita, Mario Orlando, M. Almatin

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Rika Yulendasari. *Email: rikayulendasari@malahayati.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i10.1959>

Pemberian edukasi kesehatan dalam mengatasi masalah anemia dan pencegahannya pada ibu hamil

Selain itu, sesi diskusi memberikan ruang bagi ibu hamil untuk mengungkapkan pengalaman dan persepsi mereka terkait anemia dan TTD. Diskusi kelompok merupakan metode yang efektif untuk menggali hambatan psikologis dan sosial, sehingga edukasi yang diberikan dapat lebih tepat sasaran (Glanz, Rimer, & Viswanath, 2015). Beberapa peserta mengemukakan kekhawatiran terkait mual setelah minum TTD, yang sebenarnya merupakan efek samping ringan dan normal terjadi (World Health Organization, 2025). Dengan dijelaskan kembali bahwa efek tersebut bukan tanda bahaya, peserta menjadi lebih percaya diri dalam melanjutkan konsumsi TTD.

Kegiatan penyuluhan ini juga berkontribusi dalam memperkuat perilaku pencegahan anemia melalui peningkatan kesadaran akan pentingnya pola makan beragam dan kaya zat besi. Menurut studi oleh (Rahman, Idris, Isa, & Rahman, 2022), intervensi edukasi berbasis nutrisi dapat meningkatkan asupan makanan kaya zat besi pada ibu hamil secara signifikan. Hasil observasi selama penyuluhan juga menunjukkan bahwa peserta mampu menyebutkan berbagai sumber zat besi, seperti daging merah, hati, ikan, bayam, kacang-kacangan, dan sayuran hijau. Ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan berhasil memperkuat pengetahuan dasar mereka.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan konsistensi dengan penelitian sebelumnya bahwa penggunaan media *leaflet*, demonstrasi, dan diskusi merupakan strategi efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai anemia (Lestari, 2023; Lestari, 2025). Keberhasilan kegiatan ini didukung oleh metode edukasi yang interaktif, pemilihan media yang sesuai, serta komunikasi dua arah yang memungkinkan peserta lebih mudah menerima informasi.

Dengan demikian, penyuluhan kesehatan seperti ini dapat menjadi salah satu strategi yang terus dikembangkan di fasilitas pelayanan primer, terutama dalam upaya menurunkan prevalensi anemia pada ibu hamil.

SIMPULAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan anemia pada ibu hamil dengan menggunakan media *leaflet*, demonstrasi, dan diskusi terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai anemia dan upaya pencegahannya. Kegiatan penyuluhan kesehatan memberikan peningkatan kemampuan dan pengetahuan pencegahan anemia seperti cara konsumsi tablet tambah darah (TTD) yang benar, sumber makanan kaya zat besi, dan faktor-faktor yang dapat meningkatkan maupun menghambat penyerapan zat besi. Konsep edukasi dengan demonstrasi dan diskusi interaktif juga memberikan kontribusi signifikan dalam memperkuat pemahaman dan mengklarifikasi kesalahan persepsi yang sebelumnya dimiliki ibu hamil terkait anemia dan TTD. Kegiatan ini juga memberikan motivasi kepada ibu hamil dalam memperhatikan kepatuhan konsumsi TTD dan menjaga pola makan sehari-hari guna mencegah anemia selama kehamilan.

SARAN

1. Diharapkan pihak Puskesmas Satelit Bandar Lampung dapat menyelenggarakan kegiatan edukasi serupa secara berkala, mengingat tingginya kebutuhan informasi terkait kesehatan kehamilan dan masih ditemukannya pemahaman yang keliru di kalangan ibu hamil.
2. Kedua, penggunaan media edukasi seperti *leaflet* perlu terus dipertahankan dan ditingkatkan kualitasnya, dengan menambahkan ilustrasi yang lebih menarik, contoh menu makanan sehari-hari, serta panduan praktis yang relevan bagi ibu hamil. Media visual yang baik dapat mempermudah pemahaman dan meningkatkan daya ingat peserta terhadap materi yang diterima.
3. Disarankan agar kegiatan demonstrasi diperluas dengan melibatkan praktik langsung penyusunan menu harian atau simulasi konsumsi TTD untuk memperkuat keterampilan peserta dan meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam menerapkan perilaku sehat.

Rika Yulendasari*, Linawati Novikasari, Nisaul Lutfiana Azizah, Salwa Anastasya Amartya, Dwi Liza Indriana, Ines Livia Velda, Sixnola Dina Lestari, Bayu Winanda, Ela Nurlita, Mario Orlando, M. Almatin

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Rika Yulendasari. *Email: rikayulendasari@malahayati.ac.id

Pemberian edukasi kesehatan dalam mengatasi masalah anemia dan pencegahannya pada ibu hamil

4. Diperlukan kolaborasi yang lebih erat antara petugas kesehatan dan keluarga ibu hamil dalam mendukung upaya pencegahan anemia, mengingat keberhasilan intervensi tidak hanya bergantung pada pengetahuan ibu, tetapi juga dukungan lingkungan terdekat. Pendekatan berbasis keluarga dapat membantu meningkatkan kepatuhan dan motivasi ibu dalam menjaga kesehatannya selama kehamilan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, N. A., Septiani, S., Nurulfuadi, N., Hijra, H., & Fandir, A. (2025). Faktor yang Berkaitan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Ongka. Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan, 9(1), 110-117.
- Centers For Disease Control and Prevention. (1998). Recommendations to Prevent and Control Iron Deficiency in the United States. Diakses dari: <https://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/00051880.htm>
- Dai, N. F. (2021). Anemia pada ibu hamil. Penerbit Nem.
- Farhan, K., & Dhanny, D. R. (2021). Anemia ibu hamil dan efeknya pada bayi. Muhammadiyah Journal of Midwifery, 2(1), 27-33.
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (Eds.). (2015). Health behavior: Theory, research, and practice. John Wiley & Sons.
- Guspaneza, E., & Martha, E. (2019). Analisis faktor penyebab kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia (Analisis data SDKI 2017). Jukema.
- Haider, B. A., & Bhutta, Z. A. (2017). Multiple-micronutrient supplementation for women during pregnancy. Cochrane Database of Systematic Reviews, (4).
- Karemoj, T., Mardiah, W., & Adistie, F. (2020). Factors affecting nutritional status of pregnant women: a literature study. Asian Comm Health Nurs Res, 2(2), 39-47.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Profil Kesehatan Indonesia 2023. Diakses dari: https://kemkes.go.id/app_asset/file_content_download/172231123666a86244b83fd8.51637104.pdf
- Lestari, N. D. (2023). Eksplorasi Media Edukasi Kesehatan Berbentuk Media Visual Dan Audiovisual Yang Tersedia Di Internet Untuk Ibu Hamil= Explooration Of Health Education Media In The Form Of Visual And Audiovisual Media Available On The Internet For Pregnant Women (Doctoral dissertation, Universitas Hasanuddin).
- Lestari, S. D. (2025). Efektivitas Media Poster Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Kelas X Tentang Dampak Makanan Cepat Saji Terhadap Disminore Primer Di Sma Al-Khairiyah Jakarta Utara.
- Minasi, A., Susaldi, S., Nurhalimah, I., Imas, N., Gresica, S., & Candra, Y. (2021). Faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil. Open Access Jakarta Journal of Health Sciences, 1(2), 57-63.
- Rahman, M. M., Abe, S. K., Rahman, M. S., Kanda, M., Narita, S., Bilano, V., & Shibuya, K. (2016). Maternal anemia and risk of adverse birth and health outcomes in low-and middle-income countries: systematic review and meta-analysis. The American journal of clinical nutrition, 103(2), 495-504.
- Rahman, R. A., Idris, I. B., Isa, Z. M., & Rahman, R. A. (2022). The effectiveness of a theory-based intervention program for pregnant women with anemia: A randomized control trial. PloS one, 17(12), e0278192.

Rika Yulendasari*, Linawati Novikasari, Nisaul Lutfiana Azizah, Salwa Anastasya Amartya, Dwi Liza Indriana, Ines Livia Velda, Sixnola Dina Lestari, Bayu Winanda, Ela Nurlita, Mario Orlando, M. Almatin

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Rika Yulendasari. *Email: rikayulendasari@malahayati.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i10.1959>

Pemberian edukasi kesehatan dalam mengatasi masalah anemia dan pencegahannya pada ibu hamil

- Retsanboy, I., Boli, E. B., Nurfa'izah, D. A., & Pasangka, O. (2025). Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Abepura. *INSOLOGI: Jurnal Sains dan Teknologi*, 4(3), 455-461.
- Sitompul, C. A. (2025). Pengaruh Edukasi Gizi Tentang Anemia Dengan Menggunakan Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Siswi Di Mts Tarbiyah Islamiyah Ulumahuam (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Medan).
- Sjahriani, T., & Faridah, V. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan*, 5(2), 106-115.
- Stevens, G. A., Finucane, M. M., De-Regil, L. M., Paciorek, C. J., Flaxman, S. R., Branca, F., & Ezzati, M. (2013). Global, regional, and national trends in haemoglobin concentration and prevalence of total and severe anaemia in children and pregnant and non-pregnant women for 1995–2011: a systematic analysis of population-representative data. *The Lancet Global Health*, 1(1), e16-e25.
- Susmita, E., Astriana, A., & Iqmy, L. O. (2023). The Factors Related To The Incidence Of Anemia In Pregnant Women. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 9(1), 105-123.
- Tanziha, I., Damanik, M. R. M., Utama, L. J., & Rosmiati, R. (2016). Faktor risiko anemia ibu hamil di indonesia. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 11(2), 143-152.
- Tibar, S. L. A., Maternity, D., & Isnaini, N. (2025). Factors Affecting The Incidence Of Anemia In Pregnant Women. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 11(3), 207-219.
- Wahyuni, R. (2025). Penyuluhan Dampak Anemia Terhadap Kesehatan Ibu Dan Janin Selama Kehamilan Di Desa Waluyoaji Tahun 2024. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (Abdi Ke Ungu)*, 7(1), 33-37.
- World Health Organization. (2025). Anaemia in women and children. Diakses dari: https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children

Rika Yulendasari*, Linawati Novikasari, Nisaul Lutfiana Azizah, Salwa Anastasya Amartya, Dwi Liza Indriana, Ines Livia Velda, Sixnola Dina Lestari, Bayu Winanda, Ela Nurlita, Mario Orlando, M. Almatin

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Rika Yulendasari. *Email: rikayulendasari@malahayati.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i10.1959>