e-ISSN: 2964-9196
Vol.4 No.4 September 2026
DOI: https://doi.org/10.59585/sosisabdimas

Sahabat Sosial
Jurnal Pengabdian Masyarakat

Edukasi Kesehatan Tentang Pencegahan Anemia Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil Di TPMB Maryani

Health Education on Anemia Prevention and Compliance with Iron Tablet Consumption in Pregnant Women at TPMB Maryani

Siswanto Pabidang*, Chentia Misse Issabella, Melsiana Kolo
*Program Studi Kebidanan Program Magister, STIKes Guna Bangsa Yogyakarta
melsianakolo@gmail.com*

Abstract

Anemia in pregnant women is a significant health issue that increases the risk of maternal hemorrhage, premature birth, low birth weight (LBW), and perinatal mortality. Iron supplementation (Fe tablets) plays a key role in prevention, but non-compliance due to lack of knowledge and fear of side effects remains a critical barrier. This community service program aimed to enhance pregnant women's knowledge regarding anemia prevention and compliance with Fe tablet consumption through direct structured health education utilizing educational leaflets at TPMB Maryani, Kefamenanu. The activity was conducted on August 10, 2026, involving 20 pregnant women. The methodology included pre-test evaluation, face-to-face lecture and interactive discussion supported by visual leaflet media, and post-test assessment. Results showed a significant improvement in participants' knowledge: before the intervention (pre-test), only 20% (4 participants) had good knowledge, 50% (10 participants) had moderate knowledge, and 30% (6 participants) had poor knowledge. Following the education session (post-test), pregnant women with good knowledge increased to 85% (17 participants), moderate knowledge reached 15% (3 participants), and no participants remained in the poor category (0%). Health education using leaflet media effectively improves pregnant women's knowledge and practical understanding of managing Fe tablet side effects, thereby promoting maternal and fetal health in primary care settings.

Keywords : *Health Education, Anemia, Fe Tablets, Pregnant Women, Compliance*

Abstrak

Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang berisiko meningkatkan kejadian perdarahan maternal, persalinan prematur, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), hingga kematian bayi. Suplementasi zat besi (tablet Fe) menjadi pilar utama dalam pencegahan anemia, namun ketidakpatuhan mengonsumsi tablet Fe akibat minimnya pengetahuan dan kekhawatiran terhadap efek samping masih sering dijumpai. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil mengenai pencegahan anemia serta kepatuhan konsumsi tablet Fe melalui intervensi edukasi kesehatan langsung berbasis media leaflet di TPMB Maryani, Kefamenanu. Kegiatan dilaksanakan pada 10 Agustus 2026 dengan melibatkan 20 orang ibu hamil. Metode pelaksanaan mencakup tahap persiapan dan pre-test, pemberian materi edukasi interaktif menggunakan leaflet, serta evaluasi post-test. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan; pada pre-test mayoritas peserta memiliki pengetahuan kurang sebanyak 6 orang (30%), cukup 10 orang (50%), dan baik 4 orang (20%). Setelah dilakukan edukasi (post-test), tingkat pengetahuan baik meningkat drastis menjadi 17 orang (85%), pengetahuan cukup 3 orang (15%), dan tidak ada lagi peserta berkategori kurang (0%). Pemberian edukasi berbasis leaflet terbukti efektif meningkatkan pemahaman kognitif dan strategi penanganan efek samping tablet Fe demi mendukung kesehatan ibu dan janin.

Resive :06 September 2026 Revised :17 September 2026 Accept :17 September 2026 Publish :17 September 2026

Author@ This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/

e-ISSN: 2964-9196
Vol.4 No.4 September 2026
DOI: https://doi.org/10.59585/sosisabdimas

Sahabat Sosial
Jurnal Pengabdian Masyarakat

Kata Kunci : Edukasi Kesehatan, Anemia, Tablet Fe, Ibu Hamil, Kepatuhan

Penulis Korespondensi : Siswanto Pabidang

I. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses fisiologis yang dinamis dan memerlukan persiapan serta pemeliharaan fisik yang optimal demi keselamatan ibu dan pertumbuhan janin yang sehat. Status gizi dan kesehatan reproduksi seorang ibu selama masa kehamilan menjadi faktor penentu utama kesejahteraan bayi yang akan dilahirkan (Kemenkes RI, 2020).

Salah satu tantangan kesehatan terbesar yang sering kali dihadapi oleh ibu hamil di Indonesia adalah masalah anemia defisiensi besi, yang timbul akibat meningkatnya kebutuhan zat besi untuk pertumbuhan plasenta, janin, serta ekspansi volume darah ibu (Astriana, 2022). Kebutuhan mikronutrien ini wajib dipenuhi, salah satunya melalui program suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) atau tablet Fe (Kemenkes RI, 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO) prevalensi anemia untuk ibu hamil di seluruh dunia adalah 41,8%. Prevalensi anemia selama kehamilan untuk Asia Tenggara mencapai 48,2%. Sementara itu prevalensi anemia untuk Indonesia meningkat dari 37,1% menjadi 48,9% antar 2013 dan 2018 (Setiawati, 2019).

Di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT), anemia masih menjadi ancaman serius terhadap keselamatan ibu dan bayi. Berdasarkan Profil Kesehatan NTT tahun 2019, terdapat 556 kasus angka kematian bayi yang didominasi oleh kasus BBLR dengan Angka Kematian Bayi (AKB) sebesar 4,0/1000 kelahiran hidup dan angka kematian bayi (AKB) sebesar 173 kasus. Saat ini terdapat 115 angka kematian ibu, dimana perdarahan menjadi penyebab utama kematian ibu bahkan 44 kasus dengan Angka Kematian Ibu 83/100.000. Angka kematian bayi tertinggi untuk NTT adalah Kabupaten Timor Tengah Selatan, dengan 85 kasus dimana BBLR 18 kasus, dan perdarahan 6 kasus, diikuti oleh Kabupaten Timor Tengah Utara 54 kasus dimana kasus BBLR sebanyak 4 kasus, dan perdarahan sebanyak 2 kasus, dan Kabupaten Manggarai Timur 51 kasus dimana kasus BBLR sebanyak 6 kasus, dan perdarahan sebanyak 6 kasus (Dinkes NTT, 2019). Kasus anemia yang tidak tertangani dengan baik berisiko memicu perdarahan saat persalinan, kelahiran prematur, cacat lahir, hingga stunting. Pemerintah melalui Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 88 Tahun 2014 telah menetapkan program suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD/tablet Fe) minimal 90 tablet selama kehamilan sebagai upaya pencegahan utama.

Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Maryani yang berlokasi di Kelurahan Sasi, Kota Kefamenanu, Kabupaten Timor Tengah Utara, merupakan fasilitas pelayanan primer yang menjadi garda terdepan pelayanan Antenatal Care (ANC). Berdasarkan analisis situasi di TPMB Maryani, masih ditemukan kasus ibu hamil dengan kadar hemoglobin (Hb) di bawah normal (<11 gr/dl). Permasalahan utama yang dihadapi mitra adalah rendahnya tingkat kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe secara teratur. Hal ini dipicu oleh terbatasnya pemahaman mengenai bahaya anemia maternal serta ketakutan terhadap efek samping seperti mual, pusing, dan konstipasi. Selain itu, sarana media edukasi kesehatan reproduksi yang aplikatif dan mandiri di lokasi mitra masih terbatas.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, tim pengusul dari STIKES Guna Bangsa Yogyakarta berkolaborasi dengan TPMB Maryani melaksanakan program pengabdian masyarakat berupa penyuluhan kesehatan terstruktur yang didukung media edukasi visual leaflet. Pemberian edukasi interaktif dipadukan dengan media cetak ringkas diharapkan mampu mempermudah penerimaan informasi dan dapat dibaca kembali secara mandiri di rumah (Nurhayati, 2024), sehingga mampu meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet Fe serta menekan angka anemia di wilayah pelayanan kesehatan primer.

e-ISSN: 2964-9196
Vol.4 No.4 September 2026
DOI: https://doi.org/10.59585/sosisabdimas

Sahabat Sosial
Jurnal Pengabdian Masyarakat

II. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan tema edukasi pencegahan anemia pada ibu hamil dilaksanakan pada tanggal 10 Agustus 2026 bertempat di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Maryani, Kota Kefamenanu, Kabupaten Timor Tengah Utara. Kegiatan dilaksanakan melalui pendekatan edukasi kesehatan secara tatap muka dengan menerapkan prinsip pembelajaran orang dewasa. Metode yang digunakan meliputi ceramah, curah pendapat (*brainstorming*), dan diskusi tanya jawab interaktif. Peserta kegiatan adalah 20 orang ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan di TPMB Maryani.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan tahap persiapan melalui koordinasi dan perizinan dengan pimpinan TPMB Maryani serta identifikasi peserta ibu hamil yang menjadi sasaran kegiatan. Selanjutnya, peserta diberikan pre-test berupa kuesioner yang terdiri dari 10 butir pertanyaan terstruktur untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai anemia, faktor risiko, bahaya anemia, dan aturan konsumsi tablet Fe. Setelah pengisian pre-test, kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi edukasi menggunakan metode ceramah, curah pendapat (*brainstorming*), dan diskusi tanya jawab sehingga peserta dapat berpartisipasi secara aktif dalam proses pembelajaran. Intervensi ini diperkuat dengan pembagian media leaflet edukatif yang memuat informasi visual menarik mengenai bahaya anemia, tips pencegahan, serta petunjuk praktis mengatasi efek samping tablet Fe (misalnya diminum malam hari bersama air putih atau jus kaya vitamin C). Setelah seluruh materi dan diskusi selesai, peserta diminta mengisi post-test dengan kuesioner yang sama untuk mengevaluasi perubahan dan peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi. Kegiatan kemudian dilengkapi dengan pemberian suplementasi tablet Fe yang diberikan oleh Tim sebagai bentuk stimulasi kepatuhan peserta dalam mengonsumsi tablet Fe selama kehamilan.

Partisipasi peserta menjadi bagian penting dalam pelaksanaan kegiatan, terutama melalui keterlibatan aktif dalam curah pendapat, diskusi, tanya jawab, serta pengisian kuesioner pre-test dan post-test. Keterlibatan peserta diharapkan dapat meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai anemia dan pentingnya konsumsi tablet Fe secara teratur. Media leaflet yang diberikan juga dapat dimanfaatkan sebagai bahan edukasi lanjutan di rumah sehingga informasi mengenai pencegahan anemia, cara konsumsi tablet Fe, dan penanganan efek samping dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, kegiatan edukasi tidak hanya berorientasi pada peningkatan pengetahuan selama pelaksanaan kegiatan, tetapi juga mendorong ibu hamil untuk menerapkan perilaku pencegahan anemia secara mandiri.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Tabel 1 Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Edukasi Kesehatan Berbasis Leaflet

Kategori Pengetahuan	*Pre-Test*		*Post-Test*	
	F	**%**	**F**	**%**
Baik	4	20%	17	85%
Cukup	10	50%	3	15%
Kurang	6	30%	0	0%

Berdasarkan data pada Tabel 1, terjadi pergeseran dan peningkatan pengetahuan yang sangat bermakna pada ibu hamil di TPMB Maryani. Pada kondisi sebelum intervensi (pre-test), mayoritas peserta berada pada kategori pengetahuan cukup yaitu sebanyak 10 orang (50%) dan kategori kurang sebanyak 6 orang (30%), sedangkan peserta dengan pengetahuan baik hanya 4 orang (20%). Setelah diberikan edukasi

e-ISSN: 2964-9196
Vol.4 No.4 September 2026
DOI: https://doi.org/10.59585/sosisabdimas

Sahabat Sosial
Jurnal Pengabdian Masyarakat

kesehatan dengan bantuan media leaflet, hasil pengukuran post-test menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil mengalami peningkatan pengetahuan ke kategori baik, yaitu sebanyak 17 orang (85%), dan pengetahuan cukup sebanyak 3 orang (15%). Hasil evaluasi juga mencatat tidak ada lagi peserta yang memiliki pengetahuan berkategori kurang (0%).

2. Pembahasan

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa setelah dilakukan pre-test dan post-test mengenai pengetahuan tentang anemia pada ibu hamil, terjadi peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi kesehatan menggunakan media leaflet. Pada hasil pre-test, sebagian besar peserta berada pada kategori pengetahuan cukup sebanyak 10 orang (50%), diikuti kategori kurang sebanyak 6 orang (30%), sedangkan peserta dengan kategori pengetahuan baik hanya sebanyak 4 orang (20%). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat ibu hamil dengan tingkat pengetahuan yang rendah disebabkan oleh minimnya informasi mendalam yang diterima ibu hamil mengenai anemia, khususnya terkait dampak anemia selama kehamilan serta cara konsumsi tablet Fe yang tepat.

Hasil pengamatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat sebagai upaya untuk pemberdayaan ibu hamil terhadap deteksi dini tanda gejala dan pentingnya pencegahan anemia selama kehamilan yang dilihat dari hasil pre test yang lebih rendah daripada rata-rata post test setelah pengabdian Masyarakat. Hasil pengukuran setelah diberikan edukasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil. Hasil post-test menunjukkan bahwa sebagian besar peserta telah berada pada kategori pengetahuan baik, yaitu sebanyak 17 orang (85%), sedangkan peserta dengan kategori pengetahuan cukup sebanyak 3 orang (15%). Tidak terdapat lagi peserta yang berada pada kategori pengetahuan kurang (0%). Perubahan tersebut menunjukkan bahwa kegiatan edukasi kesehatan yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai anemia dan pentingnya pencegahan anemia selama kehamilan serta cara konsumsi tablet Fe yang tepat.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Setiawati (2019) yang mengemukakan bahwa pemberian edukasi kesehatan terstruktur berbanding lurus dengan peningkatan pemahaman kognitif ibu hamil terhadap upaya pencegahan anemia. Pemahaman yang memadai mengenai risiko perdarahan, BBLR, dan kelahiran prematur menjadi fondasi penting untuk mendorong dorongan internal dalam mengubah perilaku kesehatan positif.

Efektivitas intervensi ini didukung oleh penggunaan media leaflet sebagai instrumen pembelajaran visual. Hal ini memperkuat kajian Nurhayati (2024) yang menyatakan bahwa leaflet memiliki keunggulan kombinasi pesan ringkas dan ilustrasi visual menarik, serta fleksibel untuk dibawa pulang dan dibaca berulang kali di rumah. Selain itu, pemberian solusi praktis atas efek samping tablet Fe seperti meminum tablet pada malam hari sebelum tidur bersama air jeruk atau air putih serta menghindari konsumsi bersama teh dan kopi berhasil menghilangkan ketakutan peserta, yang sejalan dengan temuan Rahmawati dan Wibowo (2021) serta Yuliani et al. (2023).

Secara keseluruhan, hasil pengabdian masyarakat ini membuktikan bahwa intervensi edukasi kesehatan berbasis media leaflet sangat berdaya guna dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran preventif ibu hamil terhadap anemia. Peningkatan pemahaman sebesar 65% pada kategori pengetahuan baik diharapkan dapat menurunkan angka kejadian anemia di wilayah TPMB Maryani serta mendukung capaian program kesehatan ibu dan anak di Kabupaten Timor Tengah Utara, Nusa Tenggara Timur.

e-ISSN: 2964-9196
Vol.4 No.4 September 2026
DOI: https://doi.org/10.59585/sosisabdimas

Sahabat Sosial
Jurnal Pengabdian Masyarakat

IV. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi kesehatan pencegahan anemia dan kepatuhan konsumsi tablet Fe berbasis media leaflet di TPMB Maryani terbukti efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil secara signifikan, di mana peserta berkategori pengetahuan baik meningkat dari 20% menjadi 85%. Diharapkan pihak TPMB Maryani dapat menjadikan penyuluhan interaktif berbasis leaflet ini sebagai kegiatan rutin dalam pelayanan Antenatal Care (ANC) guna mempertahankan kepatuhan ibu hamil dan menurunkan angka anemia maternal secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pengusul mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) STIKES Guna Bangsa Yogyakarta yang telah memberikan dukungan finansial dan administratif, serta kepada pimpinan dan staf TPMB Maryani atas fasilitasi tempat dan kerja sama yang sangat baik selama pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

Astriana, R. (2022) 'Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Ibu Hamil', Jurnal Kebidanan Indonesia, 13(1), pp. 45–52.

Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur (2019) Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur Tahun 2019. Kupang: Dinkes NTT.

Fithri, P., Hasan, A. and Asri, F. M. (2019) 'Analysis of Inventory Control by Using Economic Order Quantity Model – A Case Study in PT Semen Padang', Jurnal Optimasi Sistem Industri, 18(2), p. 116. doi: 10.25077/josi.v18.n2.p116-124.2019.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020) Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Ibu Hamil. Jakarta: Kemenkes RI.

Nurhayati, S. (2024) 'Efektivitas Media Leaflet Dalam Peningkatan Pengetahuan dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe pada Ibu Hamil', Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia, 19(1), pp. 34–41.

Rahmawati, A. and Wibowo, T. (2021) 'Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III', Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi, 8(3), pp. 150–158.

Setiawati, E. (2019) 'Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Dalam Pencegahan Anemia', Jurnal Kesehatan Masyarakat, 7(2), pp. 112–120.

Yuliani, D., Handayani, S. and Kusuma, W. (2023) 'Pemberdayaan Ibu Hamil Melalui Pendekatan Kelompok Dalam Meningkatkan Kepatuhan Suplementasi Zat Besi', Jurnal Edukasi Keperawatan dan Kebidanan, 12(2), pp. 88–96.