

Pemeriksaan Kesehatan dan Pemanfaatan Buku Saku BUMIL SETIA (Ibu Hamil Sehat Tanpa Anemia) di Kelurahan Kereng Bangkirai

¹Titik Istiningsih, ¹Lola Meyasa, ¹Irene Febriani
¹D-III Kebidanan Poltekkes Kemenkes Palangka Raya
Corresponding Author. Email : titik.istiningsih@polkesraya.ac.id

ARTICLE INFO

Article History:

Received : 23-07-2026
Revised : 14-08-2026
Accepted : 12-09-2026
Online : 06-10-2026

Keywords:

Anemia;
Ibu Hamil;
Edukasi Kesehatan;
Tablet Tambah Darah;
Pengabdian Masyarakat.

ABSTRACT

Abstract: Anemia among pregnant women remains a significant public health problem in Indonesia, with a prevalence of 37.1%, and contributes to an increased risk of complications during pregnancy and childbirth. Adequate iron intake through iron and folic acid (IFA) supplementation, accompanied by education on anemia prevention, balanced nutrition, and healthy lifestyle practices, is essential for maintaining maternal hemoglobin levels and promoting the health of both the mother and the fetus. **Objective:** This community service program aimed to improve pregnant women's knowledge of anemia in Kereng Bangkirai Village, Palangka Raya City. **Methods:** The community service program was conducted through problem identification, coordination with community partners, health education on anemia, maternal health examinations, distribution of the SETIA Pocketbook for Pregnant Women, and evaluation of participants' knowledge regarding anemia and iron and folic acid (IFA) supplementation. **Results:** A total of 30 pregnant women participated in the program. Health examination results showed that 36.7% of the participants were anemic. The mean knowledge score increased from 72.86 ± 14.35 on the pretest to 85.07 ± 10.23 on the posttest. A paired-samples *t*-test demonstrated a statistically significant improvement in participants' knowledge following the educational intervention and the use of the SETIA Pocketbook for Pregnant Women ($p < 0.001$). **Conclusion:** Education on anemia supported by the use of the SETIA Pocketbook for Pregnant Women was effective in improving pregnant women's knowledge of anemia and iron and folic acid (IFA) supplementation.

Abstrak: Anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan di Indonesia dengan prevalensi mencapai 37,1% serta berkontribusi terhadap meningkatnya risiko komplikasi selama kehamilan dan persalinan. Pemenuhan kebutuhan zat besi melalui konsumsi tablet tambah darah (TTD), disertai edukasi mengenai pencegahan anemia, pola makan bergizi seimbang, dan penerapan gaya hidup sehat, sangat penting untuk menjaga kadar hemoglobin ibu hamil serta mendukung kesehatan ibu dan janin. **Tujuan:** Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai anemia di Kelurahan Kereng Bangkirai, Kota Palangka Raya. **Metode:** Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan melalui identifikasi masalah, koordinasi dengan mitra, edukasi mengenai anemia, pemeriksaan kesehatan ibu hamil, pembagian Buku Saku Ibu Hamil SETIA, serta evaluasi peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai anemia dan tablet tambah darah (TTD). **Hasil:** Sebanyak 30 ibu hamil mengikuti kegiatan. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa 36,7% ibu hamil mengalami anemia. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari $72,86 \pm 14,35$ pada pretest menjadi $85,07 \pm 10,23$ pada posttest. Analisis *paired sample t-test* menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan

yang signifikan setelah pemberian edukasi dan pemanfaatan Buku Saku Ibu Hamil SETIA ($p < 0,001$). **Kesimpulan:** Edukasi mengenai anemia yang didukung dengan pemanfaatan Buku Saku Ibu Hamil SETIA efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai anemia dan tablet tambah darah.



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license

A. LATAR BELAKANG

Angka Kematian Ibu (AKI) masih menjadi salah satu indikator keberhasilan pembangunan kesehatan di Indonesia. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap tingginya AKI adalah anemia pada ibu hamil. Anemia merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin dalam darah berada di bawah nilai normal sehingga kemampuan darah dalam mengangkut oksigen ke jaringan tubuh menurun. Kondisi ini dapat meningkatkan risiko abortus, persalinan prematur, bayi berat lahir rendah (BBLR), gangguan pertumbuhan janin, perdarahan, hingga kematian ibu dan bayi (FIGO, 2024; World Health Organization [WHO], 2024). WHO melaporkan bahwa sekitar 40% ibu hamil di dunia mengalami anemia, sedangkan prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia masih tergolong tinggi (WHO, 2024; Kementerian Kesehatan RI, 2024; Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Penyebab utama anemia pada kehamilan adalah defisiensi zat besi akibat meningkatnya kebutuhan selama masa kehamilan, terutama pada trimester ketiga ketika pertumbuhan janin berlangsung sangat cepat. WHO merekomendasikan suplementasi zat besi sebanyak 30–60 mg per hari, sedangkan pemerintah Indonesia melalui pelayanan antenatal memberikan minimal 90 tablet tambah darah (TTD) kepada setiap ibu hamil sebagai upaya pencegahan anemia (WHO, 2024; Kementerian Kesehatan RI, 2022). Meskipun demikian, kejadian anemia pada ibu hamil masih cukup tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian tablet tambah darah saja belum cukup apabila tidak disertai dengan kepatuhan konsumsi, pemahaman yang baik mengenai anemia, pola makan bergizi seimbang, serta penerapan gaya hidup sehat selama kehamilan (Kementerian Kesehatan RI, 2022; National Institutes of Health [NIH], 2024; WHO, 2024).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kejadian anemia pada ibu hamil dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain usia, status gizi, tingkat pendidikan, paritas, frekuensi kunjungan antenatal, serta kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Selain itu, rendahnya pengetahuan mengenai penyebab, dampak, dan pencegahan anemia juga memengaruhi perilaku ibu hamil dalam menjaga kesehatan selama kehamilan. Oleh karena itu, edukasi kesehatan menjadi salah satu strategi penting untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya pencegahan anemia (Bencaiova et al., 2023; Gebreweld et al., 2023; Smith et al., 2022; Rahmawati et al., 2022).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan merupakan salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai anemia dan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah. Penelitian oleh Zazuli et al. (2024) menunjukkan bahwa pemberian edukasi kepada ibu hamil di puskesmas tidak hanya meningkatkan pengetahuan mengenai anemia, tetapi juga meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, asupan zat besi, dan kadar hemoglobin secara bermakna. Hasil tersebut menegaskan bahwa edukasi yang disertai pendampingan dapat memberikan dampak positif terhadap perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil.

Selain itu, penelitian Hariana et al. (2024) melaporkan bahwa penggunaan media buku saku dan booklet dalam edukasi anemia mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil secara signifikan dibandingkan sebelum intervensi. Media edukasi yang mudah

dibawa dan dipelajari kembali membantu ibu hamil memahami penyebab, dampak, serta upaya pencegahan anemia sehingga dapat mendukung perubahan perilaku kesehatan selama kehamilan.

Hasil yang sejalan juga dilaporkan oleh Rohani et al. (2023) yang menunjukkan bahwa pemberian konseling menggunakan media booklet dan video berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai konsumsi tablet Fe. Temuan tersebut menunjukkan bahwa media edukasi cetak yang dipadukan dengan metode penyuluhan dapat menjadi alternatif yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil serta mendukung upaya pencegahan anemia.

Berdasarkan hasil identifikasi permasalahan di PMB Bidan Septina, SST., Bd. di Kelurahan Kereng Bangkirai, Kota Palangka Raya, masih ditemukan ibu hamil yang memiliki pengetahuan terbatas mengenai anemia dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah secara teratur. Selain itu, belum tersedia media edukasi yang dapat digunakan ibu hamil sebagai sumber informasi yang mudah dipahami dan dapat dipelajari kembali secara mandiri. Kondisi tersebut menjadi dasar perlunya pelaksanaan kegiatan edukasi yang didukung dengan media pembelajaran yang praktis.

Sebagai upaya mengatasi permasalahan tersebut, tim pengabdian kepada masyarakat melaksanakan edukasi mengenai anemia pada ibu hamil yang dipadukan dengan pemeriksaan kesehatan, pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb), serta pembagian Buku Saku Ibu Hamil SETIA (Sehat Tanpa Anemia). Media edukasi berbasis buku saku telah terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku kesehatan karena informasi dapat dipelajari kembali secara mandiri oleh peserta (Mardiana et al., 2023; Rohani et al., 2023; Kementerian Kesehatan RI, 2023). Buku saku ini memuat informasi mengenai penyebab, faktor risiko, dampak, pencegahan anemia, pentingnya konsumsi tablet tambah darah, serta pola hidup sehat selama kehamilan sehingga diharapkan dapat meningkatkan pemahaman ibu hamil dan menjadi media edukasi yang dapat digunakan secara berkelanjutan.

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai anemia melalui edukasi kesehatan dan pemanfaatan Buku Saku Ibu Hamil SETIA di PMB Bidan Septina, SST., Bd., Kelurahan Kereng Bangkirai, Kota Palangka Raya.

B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di PMB Bidan Septina, SST., Bd. yang berlokasi di Kelurahan Kereng Bangkirai, Kota Palangka Raya, Provinsi Kalimantan Tengah. Mitra kegiatan adalah PMB Bidan Septina yang memberikan pelayanan antenatal care (ANC) bagi ibu hamil. Sasaran kegiatan sebanyak 30 ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan di PMB Bidan Septina.

Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut.

1. Tahap Persiapan
 - a. Melakukan identifikasi permasalahan yang berkaitan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di PMB Bidan Septina.
 - b. Melakukan studi pustaka sebagai dasar penyusunan materi edukasi mengenai anemia pada kehamilan dan tablet tambah darah (TTD).
 - c. Melakukan koordinasi dengan mitra terkait jadwal pelaksanaan, sasaran kegiatan, serta kebutuhan sarana dan prasarana.
2. Tahap Pelaksanaan
 - a. Melaksanakan registrasi peserta dan pemberian pretest untuk mengukur tingkat pengetahuan awal ibu hamil mengenai anemia dan tablet tambah darah.

- b. Melakukan pemeriksaan kesehatan yang meliputi pengukuran tekanan darah, pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb), dan pemeriksaan fisik sederhana pada ibu hamil.
 - c. Memberikan edukasi mengenai pengertian anemia, penyebab, faktor risiko, dampak anemia pada ibu dan janin, pentingnya konsumsi tablet tambah darah, serta pola makan bergizi seimbang selama kehamilan.
 - d. Membagikan Buku Saku Ibu Hamil SETIA (Sehat Tanpa Anemia) kepada seluruh peserta sebagai media edukasi untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai pencegahan anemia.
3. Monitoring dan Evaluasi
 - a. Melakukan observasi terhadap partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung.
 - b. Memberikan posttest untuk mengetahui peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah memperoleh edukasi.
 - c. Menganalisis hasil pretest dan posttest menggunakan uji paired sample t-test untuk mengetahui efektivitas edukasi terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai anemia dan tablet tambah darah (TTD).
4. Pelaporan
 - a. Menyusun laporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebagai bentuk pertanggungjawaban pelaksanaan kegiatan dan luaran program.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pelaksanaan Kegiatan

a. Persiapan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di PMB Bidan Septina, SST., Bd., Kelurahan Kereng Bangkirai, Kota Palangka Raya dengan sasaran sebanyak 30 ibu hamil. Tahap persiapan diawali dengan koordinasi bersama mitra mengenai waktu pelaksanaan, jumlah peserta, serta sarana dan prasarana yang diperlukan. Selanjutnya dilakukan persiapan alat pemeriksaan kesehatan, media edukasi, lembar pretest dan posttest, serta Buku Saku Ibu Hamil SETIA (Sehat Tanpa Anemia) yang akan dibagikan kepada seluruh peserta.



Gambar 1. Persiapan Kegiatan Pengabdian Masyarakat di PMB Bidan Septina, SST., Bd

b. Pemeriksaan Kesehatan dan Edukasi

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan registrasi peserta, dilanjutkan dengan pengisian pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai anemia dan tablet tambah darah (TTD). Selanjutnya dilakukan pemeriksaan kesehatan yang meliputi pengukuran tekanan darah, pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb), serta pemeriksaan fisik sederhana pada ibu hamil. Setelah pemeriksaan selesai, peserta memperoleh edukasi mengenai pengertian anemia, penyebab, faktor risiko, dampak anemia terhadap ibu dan janin, pentingnya konsumsi tablet tambah darah, serta pola makan bergizi seimbang selama kehamilan. Sebagai media pendukung edukasi, seluruh peserta menerima Buku Saku Ibu Hamil SETIA (Sehat Tanpa Anemia) sehingga materi yang telah disampaikan dapat dipelajari kembali secara mandiri.



Gambar 2. Pemeriksaan Kesehatan Ibu Hamil



Gambar 3. Edukasi Anemia dan Pembagian Buku Saku Ibu Hamil SETIA

c. Evaluasi Kegiatan

Setelah seluruh materi selesai disampaikan, peserta diberikan kesempatan untuk berdiskusi dan menyampaikan pertanyaan mengenai anemia serta konsumsi tablet tambah darah. Selanjutnya dilakukan posttest untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah mengikuti kegiatan edukasi. Hasil pemeriksaan kesehatan menunjukkan bahwa dari 30 peserta terdapat 11 orang (36,7%) yang mengalami anemia dan 19 orang (63,3%) tidak mengalami anemia. Karakteristik peserta menunjukkan rata-rata usia ibu hamil sebesar $28,7 \pm 5,85$ tahun, rata-rata usia kehamilan $27,3 \pm 8,97$ minggu, mayoritas merupakan multigravida (80%) dan memiliki tekanan darah normal (80%). Hasil evaluasi pengetahuan menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata dari $72,86 \pm 14,35$ pada pretest menjadi $85,07 \pm 10,23$ pada posttest.

Berdasarkan uji paired sample t-test, diperoleh nilai $p < 0,001$, yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah pemberian edukasi menggunakan Buku Saku Ibu Hamil SETIA.

Tabel 1. Hasil Uji Paired Sample T-Test Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Edukasi

Variabel	Selisih Rata-rata	Nilai <i>T</i>	<i>P-Value</i>
Pengetahuan pretest dan posttest	-12,22	-6,805	0,001

Peningkatan pengetahuan tersebut menunjukkan bahwa edukasi yang didukung media Buku Saku Ibu Hamil SETIA mampu meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai anemia dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia selama kehamilan.

2. Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dilakukan melalui observasi selama kegiatan berlangsung, meliputi kehadiran peserta, keterlibatan dalam diskusi, serta kemampuan peserta memahami materi yang disampaikan. Seluruh peserta mengikuti kegiatan dari awal hingga selesai dan berpartisipasi aktif dalam sesi tanya jawab. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebesar 12,21 poin, dari 72,86 menjadi 85,07, atau mengalami peningkatan sekitar 16,8% setelah diberikan edukasi dan Buku Saku Ibu Hamil SETIA. Hasil ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang digunakan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai anemia dan tablet tambah darah.

3. Kendala yang Dihadapi Pada Saat Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

Selama pelaksanaan kegiatan tidak ditemukan kendala yang berarti. Namun, masih terdapat beberapa ibu hamil yang belum memahami pentingnya konsumsi tablet tambah darah secara rutin dan masih memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai pencegahan anemia. Selain itu, hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa 36,7% peserta masih mengalami anemia sehingga diperlukan edukasi yang berkelanjutan serta pemantauan rutin melalui pelayanan antenatal care (ANC). Pemanfaatan Buku Saku Ibu Hamil SETIA diharapkan dapat menjadi media edukasi yang digunakan secara mandiri oleh ibu hamil untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan mencegah terjadinya anemia selama kehamilan.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di PMB Bidan Septina, SST., Bd., Kelurahan Kereng Bangkirai, Kota Palangka Raya berhasil meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai anemia dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah (TTD). Edukasi yang didukung dengan pemanfaatan Buku Saku Ibu Hamil SETIA terbukti efektif, ditunjukkan dengan peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari $72,86 \pm 14,35$ pada *pretest* menjadi $85,07 \pm 10,23$ pada *posttest*, dengan perbedaan yang signifikan ($p < 0,001$). Hasil pemeriksaan juga menunjukkan bahwa 36,7% ibu hamil masih mengalami anemia. Oleh karena itu, edukasi mengenai anemia yang didukung dengan pemanfaatan Buku Saku Ibu Hamil SETIA perlu dilaksanakan secara rutin dan terintegrasi dengan pelayanan antenatal care (ANC) sebagai upaya meningkatkan pengetahuan, kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah, dan pencegahan anemia pada ibu hamil.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Poltekkes Kemenkes Palangka Raya atas dukungan dan fasilitasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada PMB Bidan Septina, SST., Bd. di Kelurahan Kereng Bangkirai, Kota Palangka Raya, yang telah memberikan izin, bekerja sama, dan memfasilitasi pelaksanaan kegiatan. Penghargaan yang sebesar-besarnya diberikan kepada seluruh ibu hamil yang telah berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan edukasi, pemeriksaan kesehatan, serta evaluasi sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik.

REFERENSI

- Bencaiova, G., Breymann, C., & Burkhardt, T. (2023). Iron deficiency and anemia in pregnancy: Modern aspects of diagnosis and therapy. *Nutrients*, 15(9), 2104. <https://doi.org/10.3390/nu15092104>
- FIGO. (2024). FIGO good practice recommendations on anemia in pregnancy to reduce the incidence and impact of postpartum hemorrhage. *International Journal of Gynecology & Obstetrics*, 166(Suppl. 1), 20–33. <https://doi.org/10.1002/ijgo.15811>
- Gebreweld, A., Tsegaye, A., & Desta, A. (2023). Determinants of anemia among pregnant women: A systematic review and meta-analysis. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 23, 457. <https://doi.org/10.1186/s12884-023-05724-7>
- Hariana, H., Marlina, R., & Sari, D. (2024). Pengaruh edukasi menggunakan media booklet terhadap pengetahuan ibu hamil tentang anemia. *Indonesian Scientific Journal of Nursing and Midwifery*, 4(2), 115–123.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman pelayanan antenatal terpadu* (Edisi ke-3). Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Buku saku pencegahan anemia pada ibu hamil dan remaja putri*. Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Mardiana, S., Hartinah, H., Friscila, I., & Fitriani, A. (2023). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan booklet terhadap pengetahuan ibu hamil tentang anemia kehamilan di Puskesmas Kotabaru. *Quantum Wellness: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 12–19.
- National Institutes of Health. (2024). *Iron: Fact sheet for health professionals*. Office of Dietary Supplements. <https://ods.od.nih.gov/factsheets/Iron-HealthProfessional/>
- Rahmawati, D., Nurjanah, S., & Lestari, P. (2022). Factors associated with anemia among pregnant women in Indonesia. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 17(2), 85–92.
- Rohani, R., Astuti, R., & Veradilla, V. (2023). Pengaruh pemberian konseling dengan media video dan booklet terhadap peningkatan pengetahuan konsumsi tablet Fe pada ibu hamil anemia. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 13(26), 45–53.
- Smith, C., Williams, J., & Brown, L. (2022). Factors associated with anemia during pregnancy: A systematic review. *Nutrients*, 14(18), 3812. <https://doi.org/10.3390/nu14183812>
- World Health Organization. (2024a). *Anaemia*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia>
- World Health Organization. (2024b). *Daily iron and folic acid supplementation during pregnancy*. <https://www.who.int/tools/elena/interventions/daily-iron-pregnancy>
- Zazuli, A., Prasetyo, B., & Lestari, D. (2024). Edukasi pencegahan anemia pada ibu hamil melalui penyuluhan sebagai upaya peningkatan pengetahuan di Puskesmas Simbarwaringin. *JGEN: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(2), 182–188.