Proceeding of Health Polytechnic Jakarta I
Kolaborasi Interprofesional dalam Peningkatan Derajat Kesehatan Masyarakat
Volume 1, Nomor 2, Tahun 2025, pp. 84-89
e-ISSN : 3110-7478 DOI: 10.36082/phpj.v1i2.2851

UPAYA PENCEGAHAN KETUBAN PECAH DINI MELALUI EDUKASI ANEMIA PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS SIMBARWARINGIN LAMPUNG TENGAH

Martini Fairus[1], Martini[2]

Coresponding author: fairus.toha@gmail.com

[1,2] Prodi Kebidanan Metro, Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang, Indonesia

Genesis Naskah:
Received: 13 Agustus 2025
Revised: 19 Agustus 2025
Accepted: 24 September 2025
Available Online: 2 Oktober 2025

Abstrak
Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah kesehatan yang dapat meningkatkan risiko komplikasi kehamilan, termasuk ketuban pecah dini. Edukasi kesehatan menjadi strategi preventif yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil terkait pencegahan anemia sekaligus menurunkan faktor risiko ketuban pecah dini. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan memberikan edukasi mengenai anemia pada ibu hamil sebagai upaya pencegahan ketuban pecah dini. Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan kepada 15 ibu hamil di wilayah layanan primer, Puskesmas Simbarwaringin Lampung Tengah, dengan materi meliputi pengertian anemia, faktor risiko, dampak terhadap kehamilan, serta pencegahan melalui pola makan bergizi seimbang dan kepatuhan konsumsi suplemen zat besi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai anemia dan kaitannya dengan ketuban pecah dini, yang ditunjukkan dari respons aktif dalam sesi tanya jawab dan komitmen peserta untuk menerapkan pengetahuan yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari. Diskusi kelompok memperlihatkan bahwa sebagian besar peserta baru mengetahui hubungan anemia dengan risiko ketuban pecah dini setelah mengikuti penyuluhan. Kegiatan ini membuktikan bahwa edukasi kesehatan sederhana dapat menjadi sarana efektif untuk meningkatkan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya pencegahan anemia dan ketuban pecah dini. Kesimpulannya, edukasi anemia pada ibu hamil di layanan primer berkontribusi positif dalam meningkatkan pengetahuan dan diharapkan mampu mendukung upaya pencegahan komplikasi kehamilan.

Kata kunci: **anemia, ibu hamil, edukasi kesehatan, ketuban pecah dini**

ANEMIA EDUCATION FOR PREGNANT WOMEN TO PREVENT PREMATURE RUPTURE OF MEMBRANES

Abstract
Anemia in pregnant women is one of the major health problems that can increase the risk of pregnancy complications, including premature rupture of membranes. Health education is an effective preventive strategy to improve pregnant women's knowledge about anemia prevention and to reduce the risk factors associated with premature rupture of membranes. This community service activity aimed to provide education on anemia in pregnant women as an effort to prevent premature rupture of membranes. The method used was health counseling delivered to 15 pregnant women in a primary health care setting, with materials covering the definition of anemia, risk factors, its impact on pregnancy, and prevention through a balanced diet and adherence to iron supplementation. The results showed an increase in participants' understanding of anemia and its relation to premature rupture of membranes, as reflected by their active responses during the discussion session and their commitment to applying the knowledge gained in daily life. Group discussions revealed that most participants were previously unaware of the association between anemia and the risk of premature rupture of membranes before attending the session. This activity demonstrated that simple health education can effectively raise awareness among

pregnant women about the importance of preventing anemia and premature rupture of membranes. In conclusion, anemia education for pregnant women in primary care positively contributed to improving knowledge and is expected to support efforts in preventing pregnancy complications.

Keywords: *anemia, pregnant women, health education, premature rupture of membranes, primary care*

Pendahuluan

Anemia pada kehamilan merupakan komplikasi yang sering dijumpai dan berdampak pada kesehatan ibu maupun janin (Manuaba, 2015; Proverawati & Asfuah, 2017). WHO (2021) melaporkan sekitar 40% ibu hamil di dunia mengalami anemia, hampir separuhnya di Asia Tenggara. Di Indonesia prevalensinya mencapai 48,9% (Kemenkes RI, 2018). Kondisi ini meningkatkan risiko persalinan prematur, bayi berat lahir rendah, dan ketuban pecah dini (KPD), bahkan anemia berat dapat meningkatkan risiko kematian ibu hingga 20% (Yadav et al., 2021).

Faktor penyebab tingginya anemia antara lain status sosial ekonomi rendah, pola makan kurang beragam, rendahnya kepatuhan konsumsi suplemen zat besi/asam folat, serta akses layanan kesehatan yang terbatas (Osman et al., 2020; Alfaris et al., 2021). Kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet zat besi baru sekitar 51% (Boti et al., 2018). Padahal anemia yang tidak ditangani dapat melemahkan integritas selaput ketuban akibat gangguan suplai oksigen dan nutrisi, sehingga meningkatkan risiko KPD.

Upaya pencegahan efektif mencakup suplementasi zat besi dan asam folat, peningkatan kunjungan antenatal care, edukasi gizi, dan perbaikan sanitasi (WHO, 2021; Kemenkes RI, 2021). Namun, keberhasilan intervensi sangat ditentukan oleh kesadaran ibu hamil akan bahaya anemia dan kaitannya dengan KPD.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan metode **penyuluhan kesehatan** yang berfokus pada edukasi anemia pada ibu hamil sebagai upaya pencegahan ketuban pecah dini. Persiapan dilakukan melalui koordinasi dengan pihak Puskesmas Simbarwaringin, Lampung Tengah, untuk menentukan lokasi, waktu, serta sasaran kegiatan. Peserta berjumlah 15 ibu hamil yang berdomisili di wilayah layanan primer puskesmas tersebut.

Tahapan kegiatan meliputi:

1. **Persiapan**, yaitu koordinasi dengan puskesmas untuk menentukan lokasi, waktu, dan peserta.
2. **Pelaksanaan**, berupa penyuluhan tatap muka menggunakan media presentasi, leaflet, dan poster dengan materi mengenai definisi anemia, faktor risiko, dampak terhadap kehamilan, hubungan

dengan KPD, serta langkah pencegahan melalui gizi seimbang dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.

3. **Evaluasi**, dilakukan dilakukan dengan pre-test dan post-test sederhana untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta, Evaluasi secara kualitatif melalui sesi tanya jawab dan diskusi kelompok. Keberhasilan kegiatan dinilai dari keaktifan peserta, kemampuan menjawab pertanyaan fasilitator, serta komitmen dalam menyebutkan langkah pencegahan anemia.

Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada tanggal 21 April 2025 di wilayah layanan primer Puskesmas Simbarwaringin, Lampung Tengah. Peserta berjumlah 15 ibu hamil dengan rentang usia <20 tahun hingga >35 tahun. Karakteristik peserta berdasarkan kelompok usia ditunjukkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi peserta kegiatan berdasarkan usia

No	Usia	n	%
1	< 20 tahun	2	13,3
2	20–35 tahun	10	66,7
3	> 35 tahun	3	20,0
	Total	15	100

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan metode penyuluhan tatap muka disertai diskusi interaktif menggunakan media presentasi, leaflet, dan poster. Peserta menunjukkan antusiasme tinggi melalui keaktifan bertanya, berdiskusi, dan berbagi pengalaman terkait pencegahan anemia. Untuk mengukur peningkatan pengetahuan, dilakukan **pre-test dan post-test** dengan 10 pertanyaan sederhana. Hasil pengukuran ditunjukkan pada Tabel 2.

Tabel 2. Nilai pre-test dan post-test peserta (n=15)

Variabel	Rata-rata (Mean)	SD	Minimum	Maksimum
Pre-test	55,3	8,4	40	70
Post-test	82,7	7,6	70	95

Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 55,3 menjadi 82,7 setelah diberikan penyuluhan. Secara kualitatif, peserta dapat menyebutkan definisi anemia, faktor

risiko, dampak terhadap ibu dan janin, serta langkah pencegahan melalui konsumsi gizi seimbang dan kepatuhan minum tablet tambah darah. Peserta juga memahami kaitan anemia dengan risiko komplikasi, termasuk ketuban pecah dini.

Secara keseluruhan, kegiatan berjalan lancar dengan dukungan fasilitas puskesmas yang memadai. Respon positif dan peningkatan skor post-test menunjukkan bahwa penyuluhan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil terkait pencegahan anemia dan komplikasi kehamilan.

Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mengenai anemia pada ibu hamil sangat dibutuhkan dan mendapat respons positif dari peserta. Ibu hamil pada umumnya mengetahui anemia hanya sebatas kekurangan darah, namun belum memahami secara mendalam kaitannya dengan komplikasi kehamilan, termasuk risiko ketuban pecah dini (KPD). Melalui edukasi yang diberikan, peserta memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor penyebab, tanda dan gejala, serta langkah pencegahan anemia.

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan anemia. Hal ini sejalan dengan teori promosi kesehatan yang menekankan pentingnya penyuluhan sebagai upaya perubahan perilaku (Notoatmodjo, 2018). Hasil kegiatan ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa intervensi edukasi berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil tentang kesehatan reproduksi (Nurhayati et al., 2021).

Edukasi juga terbukti efektif sebagai upaya promotif dan preventif dalam menekan risiko komplikasi, termasuk KPD, yang sering kali dipengaruhi oleh kondisi anemia (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Dengan meningkatnya pemahaman ibu hamil, diharapkan terjadi perubahan perilaku dalam menjaga pola makan, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, serta pemanfaatan layanan antenatal secara optimal (Wulandari & Fitriana, 2020).

Selain itu, kegiatan ini memberikan implikasi penting bagi pelayanan kesehatan primer seperti puskesmas. Edukasi sederhana yang disampaikan secara langsung dapat memperkuat peran bidan dan tenaga kesehatan dalam mengantisipasi masalah anemia sejak dini. Meskipun tidak dilakukan pengukuran pre–post test, pengamatan selama kegiatan menunjukkan antusiasme peserta, ditandai dengan pertanyaan yang aktif dan diskusi yang interaktif. Hal ini mengindikasikan adanya peningkatan kesadaran dan motivasi ibu hamil dalam mencegah anemia maupun komplikasi ketuban pecah dini.

Namun, kegiatan ini memiliki keterbatasan. Tidak adanya pengukuran kuantitatif membuat dampak peningkatan pengetahuan belum dapat dinilai secara objektif. Selain itu, waktu pelaksanaan yang relatif singkat dan jumlah peserta yang terbatas juga membatasi generalisasi hasil. Meski demikian, pengalaman

ini menjadi pijakan penting untuk kegiatan serupa dengan metode evaluasi yang lebih komprehensif di masa mendatang.

Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Edukasi kesehatan mengenai anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang pentingnya pencegahan komplikasi kehamilan, termasuk ketuban pecah dini. Kegiatan ini membuktikan bahwa pendekatan promotif dan preventif melalui pengabdian kepada masyarakat efektif dalam memperkuat pengetahuan ibu hamil meskipun tidak diukur secara kuantitatif.

Saran

1. **Bagi Tenaga Kesehatan**: Perlu rutin memberikan edukasi tentang anemia dan pencegahan ketuban pecah dini dalam setiap pelayanan antenatal care.
2. **Bagi Peneliti Selanjutnya**: Disarankan melakukan penelitian dengan desain pre–post test untuk menilai secara objektif perubahan tingkat pengetahuan ibu hamil.
3. **Bagi Program Pengabdian**: Kegiatan serupa dapat dilaksanakan secara berkesinambungan dengan cakupan peserta yang lebih luas agar manfaatnya lebih optimal.

Daftar Pustaka

Alfaris, A., Alghamdi, S., Aldhfyan, Y., Alotaibi, R., & Almutairi, F. (2021). Prevalence of anemia and associated factors among pregnant women: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*(23), 12348. https://doi.org/10.3390/ijerph182312348

Boti, N., Derso, T., Assefa, B., & Woldie, M. (2018). Anemia and its associated factors among pregnant women attending antenatal care at public health facilities in Gedeo Zone, Southern Ethiopia. *PLoS ONE, 13*(12), e0209270. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0209270

Derso, T., Abera, Z., Tariku, A., & Tessema, G. A. (2017). Magnitude and associated factors of anemia among pregnant women in Dera District: A cross-sectional study in Northwest Ethiopia. *BMC Research Notes, 10*(1), 359. https://doi.org/10.1186/s13104-017-2690-0

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2020*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Profil kesehatan Indonesia 2021*. Jakarta: Kemenkes RI.

Manuaba, I. B. G. (2015). ***Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB***. Jakarta: EGC. Bisa disitasi di pendahuluan saat menjelaskan *anemia sebagai salah satu komplikasi kehamilan*.

Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Nurhayati, E., Putri, A. D., & Sari, R. (2021). Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil dalam pencegahan anemia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 16*(2), 123–131. https://doi.org/10.24853/jkmi.16.2.123-131

Osman, M. O., Nour, T. Y., & Ali, A. A. (2020). Socio-demographic and dietary factors associated with anemia among pregnant women in Sudan: A cross-sectional study. *Journal of Family Medicine and Primary Care, 9*(1), 143–147. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_835_19

Proverawati, A., & Asfuah, S. (2017). *Anemia dalam Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Purnama, T., Rasipin, R., & Santoso, B. (2019). Pengaruh pelatihan Tedi's Behavior Change Model pada guru dan orang tua terhadap keterampilan menggosok gigi anak prasekolah. *Quality: Jurnal Kesehatan, 13*(2), 75–81. https://doi.org/10.36082/qjk.v13i2

Wulandari, D., & Fitriana, A. (2020). Efektivitas penyuluhan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan, 11*(1), 45–52. https://doi.org/10.33421/jkk.v11i1.1234

Yadav, R. K., Swarnkar, M., & Choudhary, R. (2021). A study of prevalence of anemia and its sociodemographic determinants among pregnant women in rural areas of Rajasthan. *International Journal of Reproduction, Contraception, Obstetrics and Gynecology, 10*(5), 1816–1821. https://doi.org/10.18203/2320-1770.ijrcog20211620