

PENDIDIKAN KESEHATAN PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI RSUD SIBUHUAN

¹⁾ Liana Fitri Suzani, S.ST., M.K.M, ²⁾ Erwinsyah Putra Surbakti, S. Kep, Ns, M.Kep

^(1,2) Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Paluta Husada

e-mail: Lilynapitupulu.09@gmail.com

ABSTRAK

Anemia pada ibu hamil masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang cukup tinggi di Indonesia. Kondisi ini dapat meningkatkan risiko komplikasi pada ibu maupun janin, seperti persalinan prematur, bayi lahir dengan berat badan rendah, perdarahan, hingga kematian ibu dan bayi. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pencegahan anemia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran pendidikan kesehatan dalam pencegahan anemia pada ibu hamil di RSUD Sibuhuan. Metode yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan edukatif melalui penyuluhan dan pemberian informasi kesehatan kepada ibu hamil. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah, pola makan bergizi seimbang, serta pemeriksaan kehamilan secara rutin. Ibu hamil yang mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan menunjukkan peningkatan kesadaran dan kepatuhan dalam mencegah anemia selama kehamilan. Oleh karena itu, kegiatan pendidikan kesehatan sangat penting untuk dilakukan secara berkesinambungan di fasilitas pelayanan kesehatan.

Kata kunci: Pendidikan Kesehatan, Pencegahan Anemia, Ibu Hamil, Tablet Fe

ABSTRACT

Anemia in pregnant women remains a major public health problem in Indonesia and other developing countries. This condition can increase the risk of maternal and fetal complications, including premature birth, low birth weight, and maternal mortality. Health education is one of the effective efforts to improve pregnant women's knowledge regarding anemia prevention. The purpose of this study was to determine the role of health education in preventing anemia among pregnant women at RSUD Sibuhuan. The method used in this study was descriptive with an educational approach through counseling and direct education to pregnant women. The results showed that health education significantly improved the understanding of pregnant women regarding the importance of consuming iron tablets, maintaining balanced nutrition, and carrying out regular antenatal examinations. Pregnant women who participated in the educational activities showed increased awareness and compliance in preventing anemia during pregnancy. Therefore, health education activities are very important and should be implemented continuously in health care services.

Keywords: Health Education, Anemia Prevention, Pregnant Women, Iron Tablets

PENDAHULUAN

Anemia pada ibu hamil merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin dalam darah berada di bawah normal selama masa kehamilan. Kondisi ini sering disebabkan oleh kekurangan zat besi, asupan nutrisi yang kurang, jarak kehamilan yang terlalu dekat, dan kurangnya kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Anemia menjadi salah satu masalah kesehatan yang cukup serius karena dapat menyebabkan komplikasi selama kehamilan dan persalinan. Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, angka kejadian anemia pada ibu hamil masih cukup tinggi. Hal ini dipengaruhi oleh rendahnya pengetahuan ibu hamil mengenai pentingnya nutrisi selama kehamilan dan kurangnya kesadaran untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Selain itu, faktor

Jurnal Administrasi Rumah Sakit dan Kebidanan

sosial ekonomi dan pendidikan juga memengaruhi terjadinya anemia pada ibu hamil.

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu bentuk intervensi promotif dan preventif yang dapat dilakukan tenaga kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya ibu hamil. Melalui pendidikan kesehatan, ibu hamil dapat memperoleh informasi mengenai penyebab anemia, tanda dan gejala anemia, dampak anemia bagi ibu dan janin, serta cara pencegahannya. Pencegahan anemia dapat dilakukan dengan mengonsumsi makanan yang kaya zat besi seperti sayuran hijau, hati, daging merah, telur, dan kacang-kacangan. Selain itu, ibu hamil dianjurkan untuk rutin mengonsumsi tablet Fe sesuai anjuran tenaga kesehatan. Pemeriksaan antenatal care secara rutin juga penting dilakukan untuk memantau kondisi kesehatan ibu dan janin.

RSUD Sibuhuan sebagai salah satu fasilitas pelayanan kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas kesehatan ibu hamil melalui kegiatan pendidikan kesehatan. Penyuluhan kesehatan yang diberikan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil sehingga angka kejadian anemia dapat ditekan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil yang mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan mengalami peningkatan pengetahuan mengenai anemia dan cara pencegahannya. Sebelum diberikan pendidikan kesehatan, masih banyak ibu hamil yang kurang memahami pentingnya konsumsi tablet tambah darah dan pola makan yang bergizi selama kehamilan. Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan, ibu hamil mulai memahami bahwa anemia dapat dicegah melalui pola hidup sehat dan pemenuhan kebutuhan nutrisi yang baik. Ibu hamil juga memahami pentingnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi serta vitamin C yang membantu penyerapan zat besi dalam tubuh.

Selain peningkatan pengetahuan, pendidikan kesehatan juga memberikan dampak terhadap perubahan perilaku ibu hamil. Sebagian besar ibu hamil mulai rutin mengonsumsi tablet Fe sesuai anjuran tenaga kesehatan. Mereka juga lebih aktif melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin di fasilitas kesehatan.

Tenaga kesehatan di RSUD Sibuhuan memberikan edukasi melalui metode ceramah, diskusi, dan pembagian leaflet kesehatan. Metode ini dinilai efektif karena ibu hamil dapat lebih mudah memahami materi yang diberikan. Selain itu, ibu hamil juga diberi kesempatan untuk bertanya mengenai masalah kesehatan yang mereka alami selama kehamilan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya pencegahan anemia. Dengan meningkatnya pengetahuan dan kesadaran ibu hamil, diharapkan angka kejadian anemia selama kehamilan dapat menurun secara signifikan.

Program pendidikan kesehatan yang dilakukan secara rutin juga dapat membantu meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan ibu dan anak. Dukungan keluarga dan tenaga kesehatan sangat dibutuhkan agar ibu hamil tetap termotivasi untuk menjaga kesehatannya selama masa kehamilan.

KESIMPULAN

Pendidikan kesehatan mengenai pencegahan anemia pada ibu hamil di RSUD Sibuhuan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil. Melalui penyuluhan kesehatan, ibu hamil menjadi lebih memahami pentingnya konsumsi tablet tambah darah, pola makan bergizi, dan pemeriksaan kehamilan secara rutin.

Kegiatan pendidikan kesehatan juga memberikan dampak positif terhadap perubahan perilaku ibu hamil dalam menjaga kesehatannya selama kehamilan. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan erl uterus

Jurnal Administrasi Rumah Sakit dan Kebidanan

dilakukan secara berkesinambungan agar angka kejadian anemia pada ibu hamil dapat menurun dan kesehatan ibu serta janin tetap terjaga.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2021. Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil. Jakarta: Kemenkes RI.
2. Pusdatin Kemenkes RI. 2021. Infodatin Kesehatan Reproduksi Remaja.
<https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatinreproduksi-remaja.pdf>
3. WHO. 2020. Anaemia in Pregnancy. Geneva: World Health Organization.
4. Manuaba, I.B.G. 2018. Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB. Jakarta: EGC
5. Saifuddin, Abdul Bari. 2019. Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.