



Penyuluhan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pentingnya Tablet Tambah Darah (FE) Di Puskesmas Bulili Kota Palu

Counseling On The Level Of Knowledge Of Pregnant Women About The Importance Of Blood Enrichment (Fe) Tablets At The Bulili Public Health Center In Palu City

Hayati Palesa¹, Fauzan¹, Badariati¹, Ratna Devi¹, Andi mariani¹

¹Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tadulako

*Corresponding Author: E-mail: Hayatipalesa64@gmail.com

Artikel Pengabdian

Article History:

Received: 7 Jun, 2025

Revised: 19 Aug, 2025

Accepted: 26 Sep, 2025

Kata Kunci:

Pengetahuan, Ibu Hamil, Anemia

Keywords:

Knowledge, Pregnant Women, Anemia

DOI: [10.56338/jks.v8i9.8630](https://doi.org/10.56338/jks.v8i9.8630)

ABSTRAK

Anemia defisiensi zat besi merupakan salah satu masalah kesehatan utama di kalangan ibu hamil, terutama di negara-negara berkembang. Kekurangan zat besi dapat menyebabkan berbagai komplikasi, termasuk kehilangan darah atau perdarahan kronik, gizi yang buruk misalnya pada gangguan penyerapan protein dan zat besi oleh usus, risiko persalinan prematur, berat badan lahir rendah, keguguran, kelahiran premature dan kematian pada ibu dan bayi baru lahir (Astutik dkk, 2018 dalam Yanti dkk., 2023). Penelitian menunjukkan bahwa meskipun suplementasi Fe dapat mencegah anemia, banyak ibu hamil masih mengalami defisiensi karena kurangnya pengetahuan dan kesadaran tentang pentingnya suplementasi ini (Patel dkk., 2021). Intervensi seperti penyuluhan dan suplementasi yang lebih efektif dapat membantu mengurangi angka kejadian anemia secara signifikan. Zat besi adalah makro elemen esensial bagi tubuh yang sangat diperlukan dalam proses sintesa hemoglobin dimana untuk mengkonsumsi tablet Fe sangat berkaitan dengan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Berdasarkan hasil observasi data di puskesmas bulili birobuli selatan dibulan November-Desember 2024 terdapat 42 ibu hamil yang datang berkunjung dari usia 17-41 tahun dan terdapat 10 ibu hamil yang mengalami anemia.

ABSTRACT

Iron deficiency anemia is a major health problem among pregnant women, especially in developing countries. Iron deficiency can lead to various complications, including blood loss or chronic bleeding, malnutrition, such as impaired intestinal absorption of protein and iron, and an increased risk of preterm labor, low birth weight, miscarriage, premature birth, and maternal and neonatal death (Astutik et al., 2018 in Yanti et al., 2023). Research shows that although iron supplementation can prevent anemia, many pregnant women still experience deficiency due to a lack of knowledge and awareness of its importance (Patel et al., 2021). Interventions such as counseling and more effective supplementation can help significantly reduce the incidence of anemia. Iron is an essential macronutrient for the body, essential for hemoglobin synthesis. Consuming iron tablets is closely related to hemoglobin levels in pregnant women. Based on data observation at the Bulili Community Health Center in South Birobuli, between November and December 2024, 42 pregnant women aged 17-41 years visited, and 10 of them were anemic.

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses alami yang terjadi secara fisiologis. Kehamilan dihitung sejak hari pertama menstruasi terakhir. Durasi kehamilan, dari pembuahan hingga lahir bayi, berlangsung selama 40 minggu atau 280 hari (Prianti dkk dalam Fatimah 2024). Selama kehamilan ibu biasanya akan mengalami perubahan fisiologis dan psikologis dalam dirinya, sehingga selama masa kehamilan ibu membutuhkan perhatian khusus karena ibu cenderung memiliki resiko yang sifatnya dinamis, ibu

yang semula normal tiba-tiba beresiko tinggi. Salah satu Tindakan dalam menghadapi perubahan ibu selama kehamilan adalah dengan melakukan pemeriksaan kehamilan Antenatal Care (ANC) (Citrawati & Laksmi, 2021).

Pemeriksaan antenatal care (ANC) merupakan setiap kegiatan atau serangkaian Kegiatan atau serangkaian kegiatan yang dilakukan sejak terjadinya masa konsepsi hingga sebelum mulai proses persalinan yang diberikan kepada seluruh ibu hamil (Kasmiati 2023 dalam Zuchro dkk., 2022). Pemeriksaan ini dilakukan sebagai upaya untuk mencegah terjadinya komplikasi kehamilan dan persalinan. Pemerintah merekomendasikan pemeriksaan pada kehamilan normal minimal 6 kali dengan rincian 2 kali Trimester 1, 1 kali di Trimester 2, dan 3 kali di Trimester di 3. Minimal 2 kali diperiksa oleh dokter saat kunjungan 1 di Trimesester 1 dan saat kunjungan ke 5 di Trimester 3 (Kemenkes RI, 2020 dalam Mariza & Isnaini, 2022). Menurut Marcelya & Salafas dalam (Fatimah dkk., 2024) Kehamilan berpotensi mengalami masalah atau komplikasi sewaktu-waktu, itulah mengapa pemantauan selama kehamilan sangat penting. Perubahan hormone pada Wanita juga terjadi selama kehamilan, termasuk peningkatan hormon progesterone dan estrogen, yang menghasilkan hormon HCG plasenta. Pelayanan ANC digunakan sebagai pemilihan awal kondisi kehamilan beresiko tinggi seperti anemia. Anemia merupakan suatu keadaan dengan kadar haemoglobin kurang dari normal. Kekurangan zat besi adalah penyebab paling umum terjadinya anemia pada kehamilan (Permana, 2019). Sehingga dengan adanya pemeriksaan ANC secara rutin, masalah anemia defisiensi besi dapat terdeteksi secara cepat dan pemberian Tindakan dapat dilakukan dengan segera. Salah satu tindakan yang dilakukan dalam pelayanan ANC yang dapat menurunkan dan mencegah kejadian anemia defisiensi besi selama kehamilan adalah pemberian tablet zat besi (fe) (Nanda, 2017).

Anemia defisiensi zat besi merupakan salah satu masalah kesehatan utama di kalangan ibu hamil, terutama di negara-negara berkembang. Kekurangan zat besi dapat menyebabkan berbagai komplikasi, termasuk kehilangan darah atau perdarahan kronik, gizi yang buruk misalnya pada gangguan penyerapan protein dan zat besi oleh usus, risiko persalinan prematur, berat badan lahir rendah, keguguran, kelahiran premature dan kematian pada ibu dan bayi baru lahir (Astutik dkk, 2018 dalam Yanti dkk., 2023). Penelitian menunjukkan bahwa meskipun suplementasi Fe dapat mencegah anemia, banyak ibu hamil masih mengalami defisiensi karena kurangnya pengetahuan dan kesadaran tentang pentingnya suplementasi ini (Patel dkk., 2021).

Prevalensi anemia pada ibu hamil cukup tinggi di banyak negara berkembang, termasuk Indonesia, di mana prevalensinya bisa mencapai lebih dari 40%. Hal ini menunjukkan bahwa masalah ini berskala besar dan berdampak pada kesehatan ibu dan bayi (Patel dkk., 2021). Intervensi seperti penyuluhan dan suplementasi yang lebih efektif dapat membantu mengurangi angka kejadian anemia secara signifikan. Zat besi adalah makro elemen esensial bagi tubuh yang sangat di perlukan dalam proses sintesa hemoglobin dimana untuk mengkonsumsi tablet Fe sangat berkaitan dengan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Dari data (WHO).

Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023 bahwa pravelensi anemia di Indonesia pada ibu hamil sebesar 27,7%. Apabila dibandingkan dengan data Riskesdas 2018 menunjukan adanya penurunan sebesar 21,7%, dari 48,9% menjadi 27,7%. Anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun (84,6%), umur 25-34 tahun (33,6%)’ dan umur 44-54 tahun (24%). Anemia di Indonesia masih merupakan salah satu dari masalah gizi utama .

Provinsi Sulawesi Tengah, kasus anemia pada ibu hamil tahun 2023 sebanyak 3,577 ibu hamil yang mengalami anemia, dengan cakupan pemberian tablet tambah darah hanya 54,8%(Profil Kesehatan Sulawesi Tengah, 2023). Di Kota Palu kasus anemia sebanyak 678 ibu hamil yang mengalami anemia (Profil Kesehatan Sulawesi Tengah, 2023). Berdasarkan hasil observasi data di puskesmas bulili birobuli selatan dibulan November-Desember 2024 terdapat 42 ibu hamil yang datang berkunjung dari usia 17-41 tahun dan terdapat 10 ibu hamil yang mengalami anemia.

Anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil telah menjadi masalah kesehatan global selama beberapa dekade. Meskipun berbagai intervensi telah dilakukan, seperti suplementasi zat besi dan program edukasi, masih banyak ibu hamil yang tidak mematuhi kegiatan suplementasi yang direkomendasikan. Penelitian terbaru mengungkapkan bahwa kurangnya pengetahuan dan akses yang terbatas merupakan hambatan utama (Patel et al., 2021).

Untuk mengatasi masalah ini, diperlukan pendekatan banyak sisi yang mencakup penyuluhan yang lebih baik, peningkatan akses terhadap tablet tambah darah, dan pemantauan yang lebih ketat. Edukasi yang disesuaikan dengan kebutuhan spesifik komunitas dan dukungan berkelanjutan dapat membantu meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil terhadap suplementasi zat besi. Selain itu, pemerintah dan lembaga kesehatan perlu meningkatkan distribusi dan aksesibilitas tablet tambah darah di daerah-daerah yang kurang terlayani (Patel et al., 2021).

METODE PELAKSANAAN

Pada pengabdian kami ini menggunakan metode penyuluhan, sosialisasi dan edukasi. Proses pengabdian dilakukan selama 4 bulan dimulai dari pengumpulan informasi dari berbagai sumber hingga pembuatan laporan akhir. Berikut prosedur kerja yang akan kami laksanakan :

- Mengumpulkan informasi dari berbagai sumber : Data pencapaian Puskesmas Bolili, Bidan-bidan yang bertugas di Puskesmas Bolili, Kader-kader di Posiandu
- Menentukan target dan tempat pelaksanaan
- Mengurus perijinan
- Berkonsultasi dengan pihak Mitra
- Melakukan persiapan pelatihan/edukasi dengan melibatkan pihak Puskesmas
- Pelaksanaan pelatihan/penyuluhan/edukasi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program kegiatan pengabdian kepada Masyarakat yang dilakukan oleh Dosen dan Mahasiswa Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Universitas Tadulako, bertujuan untuk memberikan penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya tablet tambah darah (FE) di Puskesmas Bulili kelurahan Birobuli kota Palu. dan pengetahuan terkait pemberian tablet tambah darah (FE) pada ibu hamil di Wilayah kerja Puskesmas Bulili Kelurahan Birobuli kota Palu . penyuluhan tersebut telah dilakukan di Puskesmas Bulili pada tanggal 9 s/d 10 Agustus 2025, dengan tim pelaksana 7 orang . kegiatan ini dilaksanakan melalui beberapa tahap yaitu meliputi tahap persiapan. Adapun hal-hal yang dilakukan pada tahap persiapan antara lain : menjalin kerjasama dengan pihak terkait di Puskesmas Bulili Kelurahan Birobuli Kota Palu, untuk memperoleh izin pelaksanaan, selanjutnya menentukan waktu sekaligus konfirmasi kedatangan terkait penyuluhan kepada ibu-ibu hamil di Puskesmas Bulili kelurahan Birobuli kota Palu. Tahap kedua adalah tahap penyusunan proposal kegiatan dan dokumen pendukung lainnya yang ditujukan kepada pihak lembaga Penelitian dan Pengabdian Universitas Tadulako untuk memperoleh izin pada kegiatan tersebut. Tahap ketiga adalah tahap penandatanganan perjanjian kerjasama dengan pihak lembaga Penelitian dan Pengabdian Universitas Tadulako sebagai tindak lanjut dari proposal yang telah diajukan dengan demikian kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilaksanakan . Penyuluhan yang telah dilakukan dihadiri oleh ibu-ibu hamil dan Kader Posiandu dengan jumlah 42 orang. Kegiatan pengabdian Masyarakat ini diharapkan tetap berlanjut dan dilakukan monitoring setiap waktu oleh tim pelaksana kegiatan.

Masalah Anemia pada ibu hamil dapat terjadi akibat kurang bahkan tidak mengkonsumsi tablet tambah darah pada saat hamil, dan dapat berakibat janin yang dikandung kekurangan oksigen sehingga mengganggu pertumbuhannya, dapat pula berakibat berat badan bayi lahir rendah. yang seharusnya pada ibu hamil minimal mengkonsumsi 90 tablet pada saat hamil guna untuk pertumbuhan dan perkembangan Janin yang dikandung.

Tablet Tambah Darah (FE) berupa suplemen yang harus dikonsumsi pada saat hamil, sehingga ibu hamil tidak terjadi Anemia yang dapat mempengaruhi tumbuh kembang Janin yang dikandung, dengan tercukupinya Sel darah merah pada ibu hamil, proses transfer oksigen yang kaya akan nutrisi tercukupi oleh Janin yang dikandung.

Menurut Widyawati, 2020, Pengetahuan adalah kemampuan individu dalam mengingat atau mengenali informasi yang telah dipelajari sebelumnya melalui proses penginderaan, seperti penglihatan dan pendengaran. Pengetahuan diperoleh dan pengalaman dan pengamatan, serta dipengaruhi oleh

lingkungan dan motivasi kerja. Pengetahuan tentang tablet Fe merupakan hal yang perlu diketahui oleh ibu hamil untuk terhindar dari anemia dan menunjang pelayanan kesehatannya, terutama pasien golongan ekonomi ke bawah. Berdasarkan data dari Puskesmas Bulili dapat dilihat bahwa dari 42 orang ibu hamil yang ikut dalam penyuluhan 16 orang (38,1%) memiliki pengetahuan yang baik. 13 orang (31,0%) memiliki pengetahuan yang cukup, dan 13 orang (31,0%) memiliki pengetahuan yang kurang. Angka ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tersebut dikatakan baik yaitu 38,1%. Hal ini dapat terwujud bila ibu hamil mendapat penjelasan mengenai penggunaan tablet Fe dari tenaga kesehatan seperti Bidan, Dokter, Apoteker, Perawat, Ahli gizi, seluruh petugas kesehatan dan semua ibu hamil atau masyarakat dalam mensosialisasikan penggunaan tablet Fe agar dapat mengetahui waktu minum tablet tambah darah (Fe), jumlah yang diminum, makanan yang menghambat penyerapan Fe saat minum tablet tambah darah (Fe), atau meningkatkan penyerapan tablet tambah darah (Fe).



Gambar 1. Dokumentasi Pada Saat Pengambilan Data Dan Penyuluhan

KESIMPULAN DAN SARAN

Adapun kesimpulan yang dapat diambil dari kegiatan pengabdian Masyarakat pada ibu hamil di Puskesmas Bulili mengenai tingkat tablet tambah darah (Fe) kegiatan pengabdian Masyarakat ini diantaranya menumbuhkan kesadaran bagi ibu-ibu hamil untuk mengkonsumsi tablet tambah darah dan mendukung program pemerintah khususnya ibu-ibu hamil yang kekurangan sel darah merah serta mendukung program pemerintah dalam upaya peningkatan derajat Kesehatan melalui program pemberian tablet tambah darah (FE) bagi ibu hamil.

Saran untuk peningkatan Pendidikan Kesehatan / promosi Kesehatan tentang pentingnya pemberian tablet tambah darah (FE) dan faktor yang mempengaruhi penyerapan mengkonsumsi tablet tambah darah (Fe) serta bahaya yang dialami bila kekurangan zat besi dan suplemen asam folat.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, P. D. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Pinang Tahun 2018. *Jurnal Kebidanan*, 7(15), 33-38.
- Annisa, N. H., & Natalia, O. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil dengan Jumlah Kunjungan Antenatal Care di Wilayah Kerja Puskesmas Sikur. *Indonesia Journal of Midwifery (IJM)*. <http://jurnal.unw.ac.id/index.php/ijm/article/view/287>. Di akses pada tanggal
- Badrianti, I. (2023). Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Konsumsi Tablet Fe di Puskesmas

- Banguntapan I, Yogyakarta.
- Citrawati, N. K., & Laksmi, I. G. A. P. S. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang ANC Terhadap Kunjungan ANC di Puskesmas Tampaksiring II. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 8(2), 19-26. <https://doi.org/10.32539/jks.v8i2.15299>.
- Fatimah, S., Purnamasari, K. D., & Suminar, R. (2024). Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia Melalui Sosialisasi Pemanfaatan Buah Pisang Ambon. *JPKMU: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Kesehatan Galuh*, 1(1), 177-184.
- Green, R., et al. (2017). Vitamin B12 deficiency. *Nature Reviews Disease Primers*, 3(1), 1704.
- Katmini, K. (2020). Determinan Kesehatan Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya Kehamilan Dengan Pencapaian Kontak Minimal 4 Kali Selama Masa Kehamilan (K4). *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 5(1), 29-35.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Ibu Hamil Pada Masa Pandemi Covid-19. https://promkes.kemkes.go.id/pub/files/files99516TTD_BUMIL_OK2.pdf (di akses pada tanggal 22 januari 2025)
- Patel, A., Simha, M., & McCromick, B. (2021). Anemia in Pregnant Women : Causes, Consequences, and Management Strategies. *International Journal of Gynecology & Obstetrics*, 153(2), 158-166.
- Profil Kesehatan Sulawesi Tengah. (2023). Dinas Kesehatan Sulawesi Tengah. Palu : Dinkes Sulteng
- Proverawati. (2016). *Anemia dan Anemia Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Qaseem, Amir, et al. (2019). "Management of acute and chronic gastrointestinal bleeding: a clinical practice guideline from the American Collage of Physicians." *Annals of internal Medicine*, 171(11), 805-822
- Widyawati, E., & Komariah, K. (2020). Pengaruh Pengetahuan Kerja, Dukungan Lingkungan Keluarga, dan Motivasi Bekerja terhadap Aspirasi Karir Siswa. Program Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta.
- World Health Organization (WHO). (2021). *Nutritional Anemia: Tools for Effective Prevention and Control*.
- Yanti, V. D., Dewi, N. R., & Sari, S. A. (2023). Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang Anemia untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Purwosari Metro Tahun 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(4), 603-609.