



**MENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU HAMIL MENGENAI KEK DAN ANEMIA DI  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS WARU SELATAN KOTA PALOPO**

*(Increasing Pregnant Women's Knowledge About Ced And Anemia In The Working Area Of The  
Waru Selatan Puskesmas)*

**Lina Fitriani<sup>1</sup>, Rosita<sup>2</sup>, Dyah Tahir<sup>3</sup>, A Fatimah Jamir<sup>4</sup>, Susianti<sup>5</sup>, Ayu Irawati<sup>6</sup>, Arifa Usman<sup>7</sup>,  
Rismawati<sup>8</sup>**

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8</sup> Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Mega Buana Palopo

e-mail: [lina@umb.gmail.com](mailto:lina@umb.gmail.com)

Received : Oktober, 2024

Accepted : Oktober, 2024

Published : November, 2024

**ABSTRAK**

Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan yang serius di Indonesia, Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan yang serius di Indonesia, terutama yang di alami ibu hamil, ibu hamil yang menderita defisiensi zat besi akan mempengaruhi Kesehatan ibu hamil serta janinnya. Menurut data Kementerian Kesehatan Indonesia, Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia masih tinggi, yaitu sekitar 38,3%. Anemia pada ibu hamil dapat menyebabkan berbagai komplikasi pada kehamilan seperti bayi lajir dengan berat badan rendah, kelahiran prematur, dan bahkan kematian maternal dan neonatal. Anemia merupakan salahsatu kelainan darah yang umum terjadi Ketika kadar sel darah merah dalam tubuh menjadi terlalu rendah. Sedangkan KEK (kekurangan energi kronis) pada ibu hamil adalah kondisi di mana ibu mengalami defisiensi energi yang berlangsung lama, sehingga tubuhnya tidak mendapatkan cukup kalori untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Oleh karena itu masyarakat harus memiliki pemahaman yang memadai untuk mencegah terjadinya anemia dan KEK pada ibu hamil. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan Anemia dan KEK pada ibu hamil di Puskesmas Waru Selatan. Metode yang digunakan dalam pemberian penyuluhan adalah pre dan post test desaign mengenai pengetahuan ibu hamil tentang KEK dan anemia. Berdasarkan hasil pretest dari 58 responden memiliki pengetahuan rendah tentang anemia dan kek yaitu sebesar 54,5%. Sedangkan hasil posttest, menunjukkan lebih baik dari yaitu meningkat yaitu 72,5 %. Setelah diberikan penyuluhan dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang Anemia dan KEK mengalami peningkatan. Dengan adanya hasil pengetahuan ini puskesmas harus secara aktif memberikan penyuluhan terkait Anemia dan KEK pada ibu hamil serta memberikan contoh makanan yang baik emnuntaskan anemia dan KEK dan lebih baik jika ada inovasi cara mengolah makanan.

**Kata kunci :** *anemia, penyuluhan, KEK*

**ABSTRACT**

*Anemia in pregnant women is a serious health problem in Indonesia. According to data from the Indonesian Ministry of Health, the prevalence of anemia in pregnant women in Indonesia is still high, namely around 38.3%. Anemia in pregnant women can cause various complications in pregnancy such as low birth weight babies, premature birth, and even maternal and neonatal deaths. Anemia is a common blood disorder that occurs when the level of red blood cells in the body becomes too low. Meanwhile, KEK (chronic energy deficiency) in pregnant women is a condition where the mother experiences energy deficiency that lasts for a long time, so that her body does not get enough calories to meet daily needs. Therefore, society must have adequate understanding to prevent anemia and KEK. in pregnant women. The aim of this community service is to increase pregnant women's knowledge about preventing anemia and CED in pregnant women at the South Waru Community Health Center. Based on the pretest results, 58 respondents had low knowledge about how to prevent diabetic ulcers, namely 72.7%. Meanwhile, the posttest results showed that more than half of the respondents had a high level of knowledge, namely 54.5%.*

*After providing counseling, it can be concluded that pregnant women's knowledge about anemia and CED has increased. In the future, the community health center must actively provide education regarding anemia and CED to pregnant women.*

**Keywords :** *anemia, counseling , KEK*

## **PENDAHULUAN**

KEK (Kekurangan Energi Kronis) pada ibu hamil adalah kondisi di mana ibu mengalami defisiensi energi yang berlangsung lama, sehingga tubuhnya tidak mendapatkan cukup kalori untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari (Manik Marianita dan rindu, 2023) kekurangan energi kronis dapat dilihat dari pengukuran lingkaran lengan atas (LILA) yang kurang dari 23,5 cm (Devi, 2021), sedangkan Anemia merupakan kondisi dimana sel darah merah menurun atau menurunnya haemoglobin sehingga kapasitas daya angkut oksigen yang dibutuhkan oleh tubuh menurun (Dai,2021). Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan yang serius di Indonesia. Menurut data Kementerian Kesehatan Indonesia, Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia masih tinggi, yaitu sekitar 38,3%. Selain itu, anemia dalam kehamilan dapat dikatakan juga sebagai suatu kondisi ibu dengan kadar hemoglobin (hb) <11 gr% pada trimester I dan III sedangkan pada trimester II kadar hemoglobin <10,5 gr%. Anemia kehamilan disebut “potential danger to mother and child” (potensi membahayakan ibu anak), karena itulah anemia memerlukan perhatian serius dari semua pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan (Astutik dan Ertiana, 2018). Anemia pada ibu hamil dapat menyebabkan berbagai komplikasi pada kehamilan seperti bayi lajir dengan berat badan rendah, kelahiran prematur, dan bahkan kematian maternal dan neonatal (Nadya dkk, 2023).

Kurangnya asupan zat besi, protein dan vitamin, Terlalu sering konsumsi teh (zat tannin dalam teh remaja menghambat penyerapan zat besi), Tidak rutin konsumsi tablet tambah darah, Menstruasi yang lama dan berlebihan menjadi faktor penyebab terjadinya anemia (Pratiwi, dkk, 2022) sedangkan Krisnawati, dkk menurut faktor yang dapat menyebabkan terjadinya anemia kehamilan diantaranya gravida, umur, paritas, tingkat pendidikan, status ekonomi dan kepatuhan konsumsi tablet Fe (Krisnawati, dkk, 2015). Sedangkan terjadinya masalah gizi atau KEK ibu hamil sangat kompleks disebabkan oleh diantaranya, ketidakseimbangan asupan zat gizi, penyakit infeksi, dan perdarahan (Mahria, 2014), untuk memenuhi kebutuhan nutrisi selama kehamilan seorang Wanita dituntut memiliki motivasi yang kuat guna mendukung kesehatannya dan janin nantinya (Marianita, 2023).

Ibu hamil dengan status gizi buruk atau mengalami KEK (Kurang Energi Kronis) cenderung melahirkan bayi BBLR dan dihadapkan pada risiko kematian yang lebih besar (Husna, dkk.2020) dibanding dengan bayi yang dilahirkan ibu dengan berat badan yang normal, prematur memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan seperti masalah pernapasan, infeksi, dan bahkan kematian (Atika, dkk.2023). Sedangkan anemia pada ibu hamil tidak jauh berbeda dengan KEK, ibu yang mengalami anemia namun tidak tertangani dan kekurangan energi kronis pada ibu hamil menjadi penyebab utama terjadinya perdarahan dan infeksi yang merupakan faktor utama penyebab kematian ibu (Sukmawati, dkk, 2019). Selain itu, anemia juga dapat meningkatkan risiko berat badan lahir rendah pada bayi. Pada sisi ibu, anemia

dapat meningkatkan risiko depresi pasca persalinan dan kematian ibu pasca persalinan (Sitepu sadrina S, DKK, 2021).

Cara mencegah serta mengobati anemia yaitu Meningkatkan konsumsi makanan bergizi, Mengonsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi, dan konsumsi buah-buahan yang banyak mengandung vitamin C sangat bermanfaat untuk meningkatkan penyerapan zat besi dalam usus, Pemberian tablet tambah darah diberikan saat kegiatan antenatal dengan pemberian minimal 90 butir selama masa kehamilan (Kemenkes RI, 2017) dan Mengobati penyakit yang menyebabkan atau memperberat anemia, seperti kecacingan, malaria, TB paru. Sedangkan pada KEK yaitu pemberimakanan tambahan atau PMT, konseling tentang KEK, dan dukungan psikologis dari keluarga (Harysa ismai,,lina marlina, sumarni,2021)bagi ibu hamil pentingnya pengetahuan gizi ataupun kesadaran ibu hamil dapat dilakukan melalui suatu edukasi atau pelatihan slahsatunya mengikuti kegiatan penyuluhan sehingga menambah wawasan ibu terkait gizi, dan secara tidak langsung menjadi Langkah awal mencegah anemia dan KEK ( Dewi kurnia R, dkk. 2020).

WHO melaporkan bahwa prevalensi kek pada kehamilan secara global 35-75% dimana secara bermakna tinggi pada trimester ketiga dibandingkan dengan trimester pratama dan kedua kehamilan. WHO juga mencatat 40 % kematian ibu di negara berkembang berkaitan dengan kekurangan energi kronis ((Manik Marianita dan rindu, 2023).dan kematian ibu disebabkan oleh faktor langsung yaitu perdarahan (30,3%), hipertensi dalam kehamilan (27,1%), infeksi (7,3%) dan faktor tidak langsung seperti anemia, kanker, ginjal atau penyakit lain yang diderita ibu sebesar 35,3% (Kemenkes RI, 2014). Anemia pada ibu hamil dapat menjadi penyebab perdarahan post partum dan menjadi penyebab kematian ibu tidak langsung (Sukmawati et.al., 2018). Angka kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 48,9% mengalami peningkatan dibandingkan pada tahun 2013 sebesar 37,1%.(Mia apriliana,dkk,2022) Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Palopo jumlah angkakematian ibu tahun 2017 sebanyak 2 jiwa(0,06%) dari 3226 ibu hamil yang teregister, sedangkan pada tahun 2018 jumlah angka kematian ibu tercatat 3jiwa (0,09%) dari 3004 ibu hamil yang terigester, berdasarkan jumlah AKI di Kota Palopo disebabkan oleh perdarahandan hipertensi. Jumlah ibu hamil yang anemia pada tahun 2017 sebnayak 586 jiwa, tahun 2018 sebanyak 1.772 jiwadan pada bulan Januari–Mei tahun 2019 sebanyak 140 jiwa (Mustafa, dkk,2015).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dilakukanlah kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini di Puskesmas Wara Selatan. Kegiatan ini berupa pemberian penyuluhan tentang pencegahan, mengetahui factor penyebab serta penatalaksaan KEK dan anemia pada ibu hamil. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan serta mencegah meningkatnya angka morbiditas dan mortalitas pada ibu hamil akibat KEK dan anemia.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Puskesmas Wara Selatan, pada Rabu tanggal 31 juli 2024. Populasi pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas

Wara Selatan. Sampel yang digunakan sebanyak 58 orang. Subjek penyuluhan adalah ibu hamil yang berada di wilayah Puskesmas Wara Selatan. Alat dan bahan yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan ini menggunakan PPT, LCD, dan laya serta Famplet. Alat yang digunakan dalam pengumpulan data yaitu dengan memberikan kuesioner untuk menilai pengetahuan pretest dan posttest sebanyak 20 buah pertanyaan diantaranya memuat mengenai definisi, pencegahan, dampak dan contoh cara membuat variasi makanan . Kuesioner sudah melalui tahapan uji face validity.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan di Wilayah kerja Puskesmas wara Selatan Kota Palopo. Kegiatan dilakukan terhadap ibu hamil yang hadir di Puskesmas Wara Selatan sebanyak 58 orang. Kegiatan awal dilakukan dengan membagikan kuesioner pengetahuan pretest kepada responden sebelum dilakukan penyuluhan tentang KEK dan anemia pada ibu hamil dan dijelaskan terlebih dahulu mengenai tata cara pengisian kuesioner..



**Gambar 1.** Pemberian Penyuluhan Kepada Responden

Pemberian pest dilakukan untuk mengukur pengetahuan awal responden mengenai pengetahuan ibu hamil tentang KEK dan anemia. Setelah selesai dilakukan pretest responden diberikan penyuluhan oleh narasumber Bd. Lina Fitriani dan Bd. Andi fatimah jamir mengenai Anemia selama 20 menit dan dilanjutkan oleh Bd. Rosita dan Susianti mengenai KEK pada ibu hamil selama 20 menit serta Bd. Dyah Tahir dan Arifa Usman yang membawakan mengenai menu sehat menuntaskan KEK dan anemia serta Tim lain menjadia penanggung jawab di bagian lainnya. melalui media PPT dan famplet yang dibuat

sem menarik mungkin dengan perpaduan gambar dan warna yang tentunya tidak jauh dari tema penyuluhan yang disampaikan, kemudian di tampilkan menggunakan Layar LCD.

Sehingga responden akan lebih antusias dan tidak bosan saat memperhatikan dan mendengar penjelasan yang diberikan. Setelah dilakukan penyuluhan dilakukan evaluasi terhadap pengetahuan responden dengan memberikan kuesioner posttest.

Pengetahuan peserta saat diberikan posttest yaitu lebih dari setengahnya memiliki pengetahuan yang tinggi yaitu 54,5%. Hasil dari pretest dan posttest tingkat pengetahuan ibu hamil tentang KEK dan anemia di Puskesmas Wara Selatan Kota Palopo diuraikan pada table berikut ini :

**Tabel 1.** Hasil Pretest dan Posttest Tingkat Pengetahuan Tentang KEK dan anemia

<b>Kategori pengetahuan</b>	<b>Pre-test (%)</b>	<b>Post-test (%)</b>
Kurang	72,7	0
Cukup	27,3	45,5
Baik	0	54,5

Dari hasil tabel diatas menunjukkan bahwa mayoritas responden sebelum diberikan penyuluhan (pre-test) memiliki tingkat pengetahuan yang rendah yaitu sebanyak 72,7%. Kemudian hasil setelah diberikan penyuluhan (post-test), dari total jumlah responden menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi yaitu 54,5% dan yang memiliki tingkat pengetahuan cukup yaitu 45,5%. Setelah diberikan penyuluhan dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang KEK dan anemia meningkat setelah diberikan penyuluhan.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan tentang meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai kek dan anemia di wilayah kerja puskesmas wara selatan berpengaruh signifikan terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil tentang KEK dan anemia. Keberhasilan dalam penambahan pengetahuan ibu hamil ini dipengaruhi pula dari karakteristik responden dan keaktifan responden saat penyuluhan. Diharapkan bagi pihak Puskesmas Wara Selatan untuk lebih sering melakukan penyuluhan menambah informasi serta wawasan masyarakat terkait Kesehatan khususnya ibu hamil. Selain itu diharapkan dapat memberikan penyuluhan dengan berbagai macam jenis media pendidikan kesehatan yang menarik dan efektif agar dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat yang ada di wilayah kerja Puskesmas Wara Selatan. Rekomendasi setelah kegiatan ini bahwa sekiranya Puskesmas atau Desa memberikan menu sederhana dan murah serta menarik cara mengolah makanan pada ibu hamil untuk menuntaskan KEK dan anemia dan penyuluhan serta coaching selanjutnya akan dilakukan bersama dengan tim Gizi puskesmas bekerja sama dengan Dosen Universitas Mega Buana Palopo.

## DAFTAR PUSTAKA

- Apriliana mia,rifatolistia tampubolon, gelora mangalik. (2022), factor determinan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III: *Jurnal Ilmia Ilmu Kesehatan*,vol 10 no 1
- Astuti, R. Y., & Ertiana, D. (2018). Anemia dalam Kehamilan. Jember:Pustaka Abadi.
- Devi rafika eni tria, (2021).karakteristik ibu hamil dengan KEK di bayuwangi 2021:*professional health journal*, vol 3 no 1
- Dewi kurnia R, Firdaus, et al. (2020), pelatihan daring emo demo pada kader Kesehatan puskesmas pangkalan dalam rangka penanggulangan anemia pada ibu hamil: *Jurnal ilmiahsh pengabdian kepada masyarakat*, Vol4 No 2
- Dai nilam F, (2021), *Anemia pada ibu hamil*, Penerbit NEM.
- Sumiyarsi, I., Nugraheni, A., Mulyani, S.,& Cahyanto, E. B. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hemoglobin Ibu Hamil Trimester Iii. Placentum: *Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 6(2), 20.
- Sukmawati, mamuroh lilis, dkk.(2019), pengaruh edukasi pencegahan anemia terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil, *Jurnal keperawatan BSI*, Vol VII No 1
- Husna asmaul,Andikas fauziyah, dan rahmi nuzulul.(2020). determinan kejadian kekurangan energi kronik pada ibu hamil di pustu lam kecamatan peukan pada kabupaten aceh besar: *journal of healthcare technology and medicine*, vol 6 no 1.
- Ismail harysa, marlina lina, sumarni.(2021). asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan kekurangan energi kronik di puskesmas rajapolah:*journal of midwifery information*, vol 1 no 2
- Krisnawati., Desi Ari Madi Yanti., Apri Sulistianingsih. (2015). Faktorfaktor terjadinya anemia pada ibu primigravida di wilayah kerja Puskesmas tahun 2015. STIKES Peringsewu Lampung
- Manik marianita,rindu.(2023). factor yang berpengaruh terhadap kenaikan berat badan ibu hamil dengan Kek pada trimester III: *Jurnal Kesehatan dan kebidanan nusantara*, vol 1 No 1
- Nadya sarah, abdul gani, nanda fitria dan novia rizana,(2023). Hubungan kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi tablet FE dengan anemia di puskesmas peusangan kabupaten bireuen.
- Putri atikah A, (2023), Dampak penyakit KEK pada ibu hamil:*student scientific creativity journal*, Vol 1 No 3