Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
Jurusan Gizi Poltekkes Pontianak
Volume 1 Nomor 1 2025

PENERAPAN MEDIA VIDEO PENGETAHUAN GIZI DAN KADAR HAEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DI KELURAHAN PARIT MAYOR KOTA PONTIANAK

Suaebah), Widyana Lakshmi Puspita Yanuarti Petrika Jonni Syah Purba

Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak
email: suaebahgizi@gmail.com

Abstract

Anemia that commonly occurs during pregnancy, namely iron deficiency anemia during pregnancy, is used as a substance that forms the placenta and red blood cells. In detail, the distribution of iron in the body of pregnant women includes distribution to the fetus of 300 mg, development of the placenta of 50-75 mg, maintaining the number of red blood cells of 450 mg, and use during childbirth of 200 mg. The aim of the activity is to increase pregnant women's knowledge about anemia and increase the hemoglobin and Hb levels of pregnant women after being given counseling using video media. The method of implementing the activity was assessing knowledge and checking Hb levels before and after counseling using video media with a total of 37 pregnant women. Counseling is carried out 3 times over 3 months and is continued with monitoring and evaluating the diet of pregnant women. As a result of the activity, there was a change in the average knowledge of pregnant women before it was 73 and after the counseling there was an increase of 84 points. Likewise, the Hb level of pregnant women before counseling was 12.32 mg/day after counseling there was an increase, namely 12.52 mg/day, although there was a slight change, there was an increase.

Keywords: *anemia, pengetahuan, haemoglobin, ibu hamil.*

PENDAHULUAN

Berdasarkan data Riskesdas Tahun 2018, menunjukkan bahwa ibu hamil yang mengalami anemia tahun 2013 sebanyak 37,1% mengalami peningkatan anemia pada ibu hamil tahun 2018 yaitu 48,9%. Persentase munculnya anemia gestasional skala nasional sendiri pada hasil riset kesehatan dasar terakhir yaitu 48,9%. Angka ini merupakan peningkatan dari prevalensi tahun sebelumnya yakni 37,1. Sementara itu, dari klasifikasi umur, diketahui bahwa wanita berumur 15-24 tahun memiliki prevalensi tertinggi diantara umur lain di atasnya yaitu 84,6%. Angka ini lebih tinggi dengan prevalensi wanita hamil anemia berumur 15-49 tahun di dunia yakni 38%. Hal ini menunjukkan adanya pengetahuan yang kurang dari ibu usia muda mengenai pentingnya kecukupan gizi saat hamil.

Masalah angka kematian bayi (AKB) di Indonesia masih cukup tinggi. Hasil SDKI tahun 2017 menunjukan bahwa angka kematian bayi sebesar 24 per 1.000 kelahiran hidup .1 Faktor penyebab utama kematian bayi di Indonesia adalah kematian neonatal sebesar 46,2%, diare sebesar 15%, pneumonia 12,7%, kelainan kongenital 5,7%, meningitis 4,5%, tetanus 1,7%, dan tidak diketahui penyebabnya sebesar 3,7% (Zedadra et al., 2019)

Anemia yang umum terjadi saat kehamilan yakni anemia defisiensi besi (Mayo, 2019) Zat besi (Fe) pada masa kehamilan akan digunakan sebagai salah satu zat pembentuk plasenta dan sel darah merah. Terdapat peningkatan kebutuhan Fe pada ibu hamil yakni sebesar 200-300% atau dengan perkiraan berat sebesar 1040 mg. Secara detail, distribusi zat besi dalam tubuh ibu hamil yakni diantaranya penyaluran ke janin sebesar 300 mg, perkembangan plasenta sebesar 50-75 mg, menjaga jumlah sel darah merah sebesar 450 mg, serta digunakan saat melahirkan sebesar 200 mg (Hariati et al., 2019)

Penggunaan video sebagai sarana penyuluhan kesehatan kini mulai dikembangkan seiring dengan kemajuan teknologi saat ini. Penyuluhan kesehatan melalui media video memiliki kelebihan dalam hal memberikan visualisasi yang baik sehingga memudahkan proses penyerapan pengetahuan.Video termasuk dalam media audio visual karena melibatkan

indera pendengaran sekaligus indera penglihatan (Kholisotin et al., 2019)

Beberapa penelitian telah menjelaskan tentang dampak positif video dalam peningkatan kognitif individu tentang kesehatan. Video merupakan media yang paling sering digunakan oleh promotor kesehatan sebagai media yang memfasilitasi pengembangan aspek kognitif hingga keterampilan individu dan lingkup komunitas. Penggunaan ponsel yang masif merupakan peluang yang dimanfaatkan oleh promotor kesehatan sebagai media edukasi informasi kesehatan. Pengiriman video melalui ponsel lebih efektif dan lebih hemat biaya dibandingkan dengan kegiatan penyuluhan. Pengiriman video ke ponsel dapat dilakukan dalam satu waktu dan mencakup segmentasi. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kadar hemoglobin (Hb) ibu setelah diberikan penyuluhan.

IDENTIFIKASI MASALAH

Berdasarkan data Puskesmas Parit Mayor Kecamatan Pontianak Timur Kelurahan Parit Mayor tahun 2023, bahwa jumlah ibu hamil sebanyak 76 orang, ditemukan 17 ibu hamil yang mengalami anemia. Hal serupa ditemukan pada hasil penelitian Suaebah yang dilakukan pada tahun 2024, dari 35 ibu hamil diemukan 14 ibu hamil yang kadar hemoglob 9-10,5 gr/dl artinya mengalami anemia. Selain dari pada permalaha anemia masih ditemukan ibu hamil pengetahuan mengenai anemi masih kurang. Berdasarkan permasalahan tersebut, maka kegiatan pengabdian masyarakat dilanjutkan pada tahun 2024.

METODELOGI PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan adalah memberikan penyuluhan gizi mengenai anemia pada ibu hamil, serta pemutaran video mengenai anemia. Waktu pelaksanaan kegiatan pada bulan Juni – September 2024. Adapun metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat, dilakukan

melalui tahapan sebagai berikut: tahap 1 koordinasi dengan pihak puskesmas Parit Mayor selaku kitra kerja. Koordinasi terkait dengan waktu pelaksanaan kegiatan, penentuan jumlah responden sesuai dengan kriteria yaitu ibu hamil trimester 2 dan 3 berdomisili di kelurahan Parit Mayor sebanyak 37 orang. Tahap ke2 pelaksanaan kegiatan: pemeriksaan kadar Hb menggunakan alat pemeriksaan kadar Hb oleh petugas kesehatan Puskesmas Parit Mayor, penilaian pengetahuan menggunakan kuesioner. Tahap ke3 penyluhan menggunakan media video mengenai anemia. Tahap ke-4 pemeriksaan kadar Hb dan penilaian pengetahuan.

Partisipasi mitra pada kegiatan ini pengabdian masyarakat berupa: Petugas kesehatan (bidan, petugas gizi Puskesmas Parit Mayor) mempersiapkan ruangan, infokus, pengeras suara, sebagai sarana dan prasarana yang diperlukan pada kegiatan penyuluhan mengenai anemia pada ibu hamil. Petugas bidan puskesmas mempersiapkan alat untuk pemeriksaan kadar haemoglobin. Petugas bidan puskesmas melakukan pemerikasaan kadar Haemoglobin ibu hamil. Membantu melakukan monitoring pemeriksaan kadar haemoglobin ibu hamil. Petugas gizi dan bidan Puskesmas Parit Mayor melakukan koordinasi dengan ibu hamil terkait dengan jadwal dan lokasi pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Lurah Kelurahan Parit Mayor memberikan izin kepada tim pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini menyajikan hasil dengan diskripsi yag jelas. Hasil dapat dilengkapi dengan tabel, grafik (gambar), dan/atau bagan. Bagian pembahasan memaparkan hasil pengolahan data, menginterpretasikan penemuan secara logis, mengaitkan dengan sumber rujukan yang relevan, dan implikasi dari temuan. [Times New Roman, 11, normal].

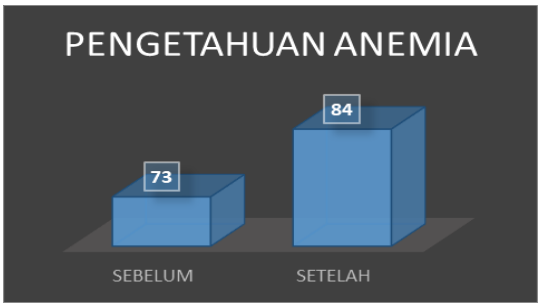
Tahap awal pelaksanaan kegiatan tentunya dengan perizinan lokasi kegiatan dalam bentuk koordinasi dengan kepala Puskesmas Parit Mayor pada tanggal 20 bulan Juni 2024. Kesepakatan waktu dan tempat pelaksanaan, serta sarana dan prasarana yang perlu disiapkan oleh pihak mitra untuk mendukung pelaksanaan kegiatan. Berikut dokumentasi koordinasi dengan mitra kerja:

Bentuk koordinasi yang dilakukan dengan Petugas Bidan Puskesmas yaitu menentukan jumlah peserta kegiatan dalam hal ini ibu hamil,

petugas pemeriksaan kadr Hb, serta waktu pelaksanaan kegiatan. Selain itu ketua tim pelaksana menyampaikan jenis kegiatan yang akan dilakukan terdiri dari : Pemahaman pengetahuan gizi ibu hamil mengenai anemia yang dilakukan dengan menyebarkan kuesioner pengetahuan mengenai anemia sebanyak 15 buti soal pilihan ganda. Melakukan penyuluhan mengenai pencegahan anemia pada ibu hamil dengan menggunakan 3 (tiga) metode yaitu metode ceramah dan menyaksikan video terkait pencegahan anemia pada ibu hamil, terakhir dilakukan diskusi atau tanya jawab terkait dengan materi ibu hamil. Melakukan pemeriksaan kadar Hb ibu hamil sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan. Monitoring dan evaluasi hasil kegiatan yang dilakukan pada bulan Oktober untuk memantau asupan makanan ibu hamil terutama menu seimbang dan penerapan zat besi untuk mencegah terjadinya anemia selama kehamilan dan menjelang persalinan.

1. Pengetahuan Ibu Hamil

Pengabdian kepada masyarakat dengan melaksanakan kegiatan Program peningkatan pengetahuan gizi dan kadar haemoglobin melalui penyuluhan media vidio pada ibu hamil di kelurahan Parit Mayor Kota Pontianak ini bermaksud untuk Membantu masyarakat khususnya pada ibu hamil untuk mengatasi permasalahan Anemia dan Meningkatkan pengetahuan gizi ibu hamil, Antusiasme yang ditunjukkan oleh peserta dampak yang positif kepada tim penyelenggara karena ibu hamil di kelurahan Parit Mayor Kota Pontianak mampu melakukan tanya jawab setelah materi disampaikan dimana kemampuan dari segi pengetahuan meningkat.



Grafik 1. Pengetahuan ibu hamil

Berdasarkan hasil nilai Pretest dan Postest yang dapat dilihat pada grafik 1.2 didapatkan hasil bahwa, terjadi peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan media vidio pada ibu hamil, terhadapat tingkat pengetahuan dimana sebelum diberikan penyuluhan nilai *preetest* Ibu hamil di kelurahan Parit Mayor Kota Pontianak adalah 73%, dan setelah diberikan penyuluhan didapatkan nilai *postest* yang meningkat yaitu 84%. Sebelum penyuluhan, sebagian besar ibu hamil memiliki pengetahuan terbatas mengenai penyebab dan pencegahan anemia. Setelah mengikuti penyuluhan, terjadi peningkatan yang signifikan dalam pemahaman ibu mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi, suplemen zat besi dan asam folat, serta pemeriksaan kesehatan rutin.

Pengetahuan ibu hamil meningkat setelah diberikan penyuluhan, berdasarkan asumsi/pendapat dari beberapa ibu hamil, bahwasanya materi yang disampaikan mudah dipahami dan disertakan dengan video mengenai pencegahan anemia, serta dapat diaplikasikan pada kehidupan sehari-hari. Contoh materi yang ada pada *power point* yaitu bahan makanan yang dapat menghambat penyerapan zat besi adalah makanan dan minuman yang mangandung *kafein* dan *tannin,* sehingga mulai dari sekarang ibu hamil tidak mau lagi mengkonsumsi makanan seperti itu setelah makan makanan utama.

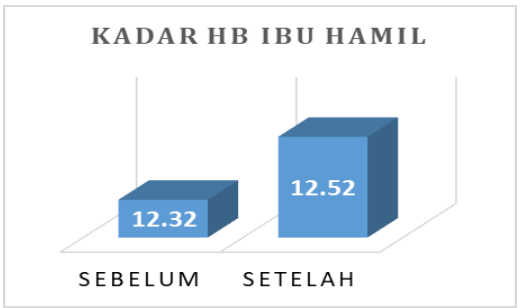
Peningkatan pengetahuan tersebut terlihat pada hasil *potest,* rata-rata ibu hamil bisa menjawab pertanyaan kuesioner dengan benar dan pada saat kegiatan penyuluhan beberapa pertanyaan yang disampaikan langsung oleh tim panyaji, ibu hamil bisa menjawab pertanyaan

tersebut dengan benar. Materi yang disampaikan berupa : definisi anemia pada ibu hamil adalah Anemia pada ibu hamil terjadi ketika jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin dalam darah ibu hamil berada di bawah kadar normal. Hemoglobin adalah protein dalam sel darah merah yang bertugas mengangkut oksigen ke seluruh tubuh, termasuk ke janin. Kekurangan hemoglobin dapat mengurangi kemampuan darah untuk mengangkut oksigen, yang berisiko bagi kesehatan ibu dan perkembangan janin. Beberapa penyebab umum anemia pada ibu hamil antara lain: Kekurangan Zat Besi: Selama kehamilan, kebutuhan tubuh akan zat besi meningkat, karena zat besi diperlukan untuk pembentukan hemoglobin.

Kekurangan zat besi merupakan penyebab utama anemia pada ibu hamil. Kekurangan Asam Folat: Asam folat penting dalam pembentukan sel darah merah. Kekurangan asam folat dapat menyebabkan anemia megaloblastik, yang ditandai dengan ukuran sel darah merah yang lebih besar dari normal. Kekurangan Vitamin B12: Vitamin B12 juga diperlukan untuk produksi sel darah merah yang sehat. Penyakit atau Kondisi Medis Lain: Beberapa kondisi medis seperti perdarahan, infeksi, atau gangguan sistem pencernaan dapat mempengaruhi kemampuan tubuh untuk memproduksi darah yang cukup.

2. Kadar Haemoglobin (Hb) ibu hamil

Hasil pemerikasaan kadar Hb ibu hamil terlihat terjadi peningkatan, untuk leboih jelasnya dapat dilihat pada grafi 2.



Grafik 2. Kadar Hb ibu hamil

Berdasarkan hasil nilai *Pretest* dan *Postest* yang dapat dilihat pada grafik 1.3 didapatkan hasil bahwa terjadi peningkatan kadar hemoglobin setelah diberikan penyuluhan media vidio pada ibu hamil, dimana sebelum diberikan penyuluhan kadar *Haemoglobin* (Hb) Ibu hamil di Kelurahan Parit Mayor Kota Pontianak adalah 11,5 %, dan setelah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan kadar Hb ibu yaitu 12,7%. Meskipun peningkatan kadar ibu Hb ibu hamil satu point, namun memberikan perubahan.

Peningkatan kadar Hb ini diasumsikan bahwa dari 37 ibu hamil yang mengikuti kegiatan pelaksanaan pengambdian masyarakat, sebagian besar memberikan respon positif dan aktif pada saat proses pelaksanaan kegiatan. Selain itu ibu hamil mulai melakukan perubahan pola makan terkait dengan asupan makanan yang mengandung zat besi, serta mulai berhenti mengkonsumsi makanan dan minuman yang dapat menghambat penyerapan zat besi yaitu makanan dan minuman yang mengandung *kafein* dan *tannin.* Selain itu sebagian besar ibu hamil mulai mengkonsumsi makanan yang dapat membantu proses penyerapan zat besi yaitu makanan yang mengandung vitamin C. contoh makanan yang mengandung vitamin C adalah ceruk manis, jambu biji, papaya dan beberapa jenis buah yang lain berwarna orange.

Kepatuhan terhadap Rekomendasi bahwa sebagian besar ibu hamil melaporkan bahwa mereka lebih teratur mengonsumsi suplemen zat besi dan memperbaiki pola makan mereka setelah menerima informasi dari media video. Mereka juga lebih sadar akan pentingnya mengikuti pemeriksaan kesehatan secara berkala untuk memantau kondisi darah mereka.

Perubahan pola makan ibu hamil mulai diterapkan setelah mengikuti kegiatan penyuluhan tahap pertama, hal ini diketahui berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan pada akhir kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Selain itu ibu hamil memberikan respon positif pada media social *(whatshapp)* dengan selalu mengulang materi dishare melalui *whastapp*.

Kegiatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan menggunakan media video dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia dan pencegahannya, yang berkontribusi pada perbaikan kadar hemoglobin. Peningkatan kadar hemoglobin ini kemungkinan disebabkan oleh peningkatan kesadaran ibu hamil dalam mengonsumsi makanan yang kaya zat besi dan mengikuti saran medis terkait suplementasi zat besi. Media video terbukti efektif sebagai sarana edukasi yang menarik dan

mudah dipahami, sehingga dapat menjadi metode yang baik untuk memberikan informasi kepada ibu hamil mengenai pentingnya pencegahan anemia.

Penyuluhan menggunakan media video mengenai pencegahan anemia dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan berkontribusi pada peningkatan kadar hemoglobin mereka. Oleh karena itu, media video bisa menjadi metode yang efektif dalam memberikan edukasi kepada ibu hamil, terutama dalam pencegahan anemia. Diperlukan tindak lanjut berupa pemeriksaan kesehatan yang rutin dan pendampingan untuk memastikan ibu hamil tetap menjaga pola makan yang sehat dan mengikuti program suplementasi yang dianjurkan oleh tenaga medis.

Kadar hemoglobin (Hb) pada ibu hamil sangat penting untuk kesehatan ibu dan janin. Hemoglobin adalah protein dalam sel darah merah yang bertanggung jawab untuk mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh dan mengembalikan karbon dioksida ke paru-paru untuk dibuang. Selama kehamilan, perubahan fisiologis terjadi pada tubuh ibu yang dapat memengaruhi kadar hemoglobin.

KESIMPULAN

Penyuluhan video sebagai media penyuluhan efektif mampu meningkatkan pengetahuan gizi anemia ibu hamil mengenai : gejala, penyebab, serta cara pencegahan dan pengobatan anemia. Dapat meningkatkan kadar Hb ibu hamil serta dapat meningkatkan keterampilan ibu hamil dalam mengolah makanan sehari-hari di rumah sesuai hasil evaluasi kegiatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak Lurah kelurahan Parit Mayor. Kepala Puskesmas Parit Mayor beserta petugas kesehatan dalam hal ini petugas Gizi, dan Bidan yang telah bekerjasama pada kegiatan pengabdian masyarakat kali ini. Penulis juga ucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang tentunya tidak bisa disebutkan satu persatu, sehingga kegiatan pengabdian masyarakat bisa terlaksana dengan baik dan sukses pada kahir kegiatan.

REFERENSI

ABB, L. (2019). *Dangers of Vitamin Deficiency During Pregnancy*.

Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak, kementrian kesehatan republik indonesia. (2023). Laporan Akuntabilitas Kinerja Instansi Pemerintah (Lakip) Direktorat Gizi Dan Kesehatan Ibu Dan Anak Tahun Anggaran 2022. *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*, 1–39.

Farhan, K., & Dhanny, D. R. (2021). Anemia Ibu Hamil dan Efeknya pada Bayi. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, *2*(1), 27. https://doi.org/10.24853/myjm.2.1.27-33

Saraswati, K., Studi, P., Keperawatan, I., Kedokteran, F., Ilmu, D. A. N., & Yogyakarta, U. M. (2017). Pengaruh Pemberian Edukasi Stimulus Visual Melalui Wa (Whatsapp Messenger) Terhadap Motivasi Berhenti Merokok Mahasiswa Teknik Mesin Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Angkatan 2014. *Univrsitas Muhammadiyah Yogyakarta*, *3*(1), 1–15. Https://Pdfs.Semanticscholar.Org/2e81/8769958d938a50bb04f41434cbd80690cbff.Pdf

Supriani, N. N. (2021). Manfaat Penyuluhan Dengan Media Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Inisiasi Menyusu Dini. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, *9*(2), 123–131. https://doi.org/10.33992/jik.v9i2.1529

Tangkilisan, H. A., & Rumbajan, D. (2016). Defisiensi Asam Folat. *Sari Pediatri*, *4*(1), 21. https://doi.org/10.14238/sp4.1.2002.21-5

WHO. (2021). World Health Organization.. - World Health Organization. *Who*, *2019*(December), 5. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality%0Ahttps://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/arsenic