



Pemberdayaan Kader Kesehatan melalui Edukasi dan Pendampingan Berbasis Pangan Lokal dalam Pencegahan Anemia Ibu Hamil

Vonny Khresna Dewi*¹, Siti Mas'odah², Rusmilawaty³,
Rubiati Hipni⁴, Noor Adha Aprilea⁵

¹⁻⁵Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin

*e-mail: vonnykhresnadewi@gmail.com¹

DOI : 10.62354/healthcare.v4i3.229

Received : Agustus, 2nd 2026 Accepted : September, 17th 2026 Published : September, 17th 2026

Abstrak

Anemia pada ibu hamil masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang signifikan karena berpotensi memberikan dampak buruk terhadap kesehatan ibu dan janin. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, prevalensi anemia pada ibu hamil secara nasional mencapai 27,7%. Di wilayah kerja Puskesmas Martapura 2, Kabupaten Banjar, prevalensi anemia mencapai 13,74% di Kelurahan Keraton dan 18,31% di Kelurahan Pesayangan. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya penguatan upaya pencegahan dan penanganan anemia melalui keterlibatan aktif masyarakat. Rendahnya pengetahuan kader kesehatan, terbatasnya dukungan suami dan keluarga, serta keterbatasan tenaga kesehatan dapat menjadi hambatan dalam upaya pencegahan anemia. Oleh karena itu, diperlukan pemberdayaan masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan melalui pemanfaatan sumber pangan lokal yang kaya zat besi. Kegiatan ini bertujuan memperkuat peran kader kesehatan serta meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil dan kader dalam pencegahan dan penanganan anemia melalui edukasi partisipatif dan pendampingan pengolahan pangan lokal kaya zat besi. Kegiatan melibatkan 30 ibu hamil dan 30 kader kesehatan di Kelurahan Keraton dan Kelurahan Pesayangan. Kegiatan meliputi persiapan, ceramah interaktif, diskusi, demonstrasi, praktik pengolahan pangan lokal kaya zat besi, dan evaluasi. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner terstruktur yang terdiri atas 10 item untuk setiap domain penilaian. Perubahan pengetahuan dan kepatuhan sebelum dan sesudah intervensi dianalisis menggunakan *Wilcoxon Signed-Rank Test*. Intervensi ini dirancang untuk memperkuat partisipasi masyarakat dan keterampilan praktis dalam pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil dan kader kesehatan.

Kata kunci: anemia; ibu hamil; kader kesehatan; pemberdayaan masyarakat;

Abstract

Anemia among pregnant women remains a significant public health problem due to its potential adverse effects on maternal and fetal health. According to the 2023 Indonesian Health Survey, the national prevalence of anemia among pregnant women was 27.7%. In the working area of Martapura 2 Public Health Center, Banjar Regency, anemia prevalence reached 13.74% in Keraton Urban Village and 18.31% in Pesayangan Urban Village. These conditions highlight the need to strengthen anemia prevention and management through active community involvement. Low knowledge among health cadres, limited support from husbands and families, and limited healthcare personnel may hinder prevention efforts. Therefore, community empowerment is needed to improve knowledge and adherence through the utilization of local iron-rich food resources. This activity aimed to strengthen the role of health cadres and improve the knowledge and adherence of pregnant women and cadres in anemia prevention and management through participatory education and assistance in processing local iron-rich foods. The activity involved 30 pregnant women and 30 health cadres in Keraton and Pesayangan Urban Villages. Activities included preparation, interactive lectures, discussions, demonstrations, hands-on practice of local iron-rich food processing, and evaluation. Data were collected using structured questionnaires consisting of 10 items for each assessment domain. Changes in knowledge and adherence before and after the intervention were analyzed using the *Wilcoxon Signed-Rank Test*. The intervention was designed to strengthen community participation and practical skills in anemia prevention and management among pregnant women and health cadres.

Keywords: anemia; pregnant women; health cadres; community empowerment;

A. PENDAHULUAN

Anemia pada kehamilan merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang berkontribusi terhadap peningkatan risiko kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, dan kematian ibu; Organisasi Kesehatan Dunia mencatat anemia masih menjadi tantangan gizi utama pada wanita usia reproduksi, termasuk ibu hamil, di berbagai negara berkembang (1). Pendekatan pencegahan anemia defisiensi besi di Indonesia perlu dilakukan secara berjenjang sepanjang siklus hidup, mengingat determinannya yang multifaktorial mulai dari asupan gizi, pengetahuan, hingga akses layanan kesehatan (2).

Di tingkat nasional, Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 melaporkan prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 27,7%, dengan proporsi tertinggi pada kelompok usia 35–44 tahun (39,6%) (3). Kecukupan gizi dan tingkat pengetahuan ibu hamil dilaporkan berhubungan erat dengan kejadian anemia, sehingga intervensi berbasis edukasi gizi menjadi salah satu strategi kunci pencegahan (4).

Secara lokal, wilayah kerja Puskesmas Martapura 2, Kabupaten Banjar, turut menghadapi beban anemia pada ibu hamil yang tidak ringan. Data Puskesmas Martapura 2 tahun 2024 mencatat prevalensi anemia sebesar 13,74% di Kelurahan Keraton (36 dari 174 ibu hamil yang diperiksa kadar Hb) dan 18,31% di Kelurahan Pesayangan (13 dari 59 ibu hamil yang diperiksa kadar Hb). Keterbatasan sumber daya turut menjadi tantangan, dengan hanya 3 bidan yang melayani Kelurahan Keraton (luas wilayah 42,03 km², 46 RT, 16 RW) dan 1 bidan di Kelurahan Pesayangan (luas wilayah 102 ha, 12 RT, 5 RW), sehingga pendampingan intensif kepada seluruh ibu hamil sangat bergantung pada optimalisasi peran kader kesehatan.

Berdasarkan hasil wawancara awal dengan aparat kelurahan dan bidan setempat, permasalahan prioritas mitra meliputi: (1) rendahnya pengetahuan kader kesehatan tentang pencegahan dan penanganan anemia ibu hamil; (2) rendahnya kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD); (3) minimnya dukungan suami dan keluarga; dan (4) keterbatasan sumber daya tenaga kesehatan di kedua kelurahan. Faktor risiko perilaku dan sosial seperti keterbatasan dukungan keluarga serta rendahnya pengetahuan gizi dilaporkan secara konsisten meningkatkan risiko anemia pada ibu hamil, khususnya pada trimester akhir kehamilan (5). Tingkat pendidikan sasaran yang didominasi jenjang SMP–SMA (masing-masing kelurahan) juga menjadi pertimbangan penting dalam menentukan metode intervensi yang sederhana dan partisipatif.

Penelitian terdahulu secara konsisten melaporkan hubungan bermakna antara pengetahuan ibu hamil tentang anemia dan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe (6). Optimalisasi peran kader melalui edukasi dan pendampingan juga terbukti meningkatkan kapasitas kader dalam mendeteksi dan mencegah anemia pada ibu hamil (7), sejalan dengan temuan bahwa edukasi partisipatif kepada ibu hamil, keluarga, dan kader posyandu efektif meningkatkan pengetahuan kesehatan ibu dan anak (8). Pelatihan berbasis praktik langsung juga dilaporkan meningkatkan keterampilan kader posyandu secara bermakna dibanding metode ceramah satu arah (9), sementara pendampingan komunitas berkelanjutan berperan penting dalam menjaga partisipasi dan keberlanjutan program kader (10). Pemanfaatan pangan lokal sebagai media edukasi pencegahan anemia turut dilaporkan efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil karena sifatnya yang aplikatif, terjangkau, dan sesuai kearifan lokal (11).

Berdasarkan analisis situasi dan tinjauan literatur di atas, tim pengabdian menawarkan solusi berupa edukasi partisipatif (ceramah dan diskusi/tanya jawab) yang dipadukan dengan pendampingan praktik/demonstrasi pengolahan pangan lokal

sumber zat besi. Pemilihan metode ini didasarkan pada tiga pertimbangan utama: (1) kesesuaian dengan mayoritas tingkat pendidikan sasaran (SMP–SMA) yang memerlukan pendekatan sederhana dan aplikatif; (2) pemanfaatan sumber pangan lokal yang terjangkau dan mudah diakses masyarakat, sejalan dengan prinsip keberlanjutan program pasca-kegiatan; serta (3) penguatan peran kader sebagai penghubung informasi kesehatan yang berkelanjutan antara tenaga kesehatan dan ibu hamil di tingkat posyandu.

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan peran aktif kader kesehatan dalam upaya pencegahan dan penanganan anemia ibu hamil, serta meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan kader maupun ibu hamil melalui edukasi, pendampingan, deteksi dini, dan pemberian keterampilan pengolahan pangan lokal sumber zat besi di Kelurahan Keraton dan Kelurahan Pesayangan, wilayah kerja Puskesmas Martapura 2, Kabupaten Banjar.

B. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Kelurahan Keraton dan Kelurahan Pesayangan, Wilayah Kerja Puskesmas Martapura 2, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan, pada bulan Juni–Juli 2026. Sasaran kegiatan tahun pertama terdiri atas 30 orang ibu hamil dan 30 orang kader kesehatan yang berasal dari kedua kelurahan tersebut. Ibu hamil yang terlibat berusia 20–35 tahun dengan rerata usia 26,7 tahun, sedangkan kader kesehatan berusia 26–35 tahun dengan rerata usia 30,8 tahun. Pelaksanaan kegiatan juga melibatkan tiga mahasiswa Program Studi Kebidanan Poltekkes Kemenkes Banjarmasin sebagai pendamping kegiatan. Berdasarkan karakteristik pendidikan, sebagian besar ibu hamil berpendidikan SMA (43,3%), diikuti SMP (30,0%), SD (16,7%), dan S1 (10,0%), sedangkan mayoritas berstatus sebagai ibu rumah tangga (83,3%). Karakteristik kader menunjukkan pola yang serupa, dengan mayoritas berpendidikan SMA (46,7%) dan berstatus sebagai ibu rumah tangga (86,7%).

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui tiga tahapan utama, yaitu persiapan, pelaksanaan intervensi, dan evaluasi. Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan pihak Kelurahan Keraton dan Kelurahan Pesayangan, pengurusan perizinan, penentuan sasaran, serta pengukuran kondisi awal peserta melalui *pre-test*. Pengukuran awal dilakukan menggunakan kuesioner terstruktur yang terdiri atas 10 item pernyataan untuk masing-masing domain penilaian, yaitu pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil serta kader dalam pencegahan dan penanganan anemia. Tahap pelaksanaan intervensi dilakukan melalui dua kali pertemuan, yaitu pada 4 Juni 2026 dan 18 Juni 2026. Intervensi berupa edukasi mengenai pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil yang disampaikan melalui metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab interaktif. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan demonstrasi dan praktik langsung pengolahan berbagai pangan lokal yang merupakan sumber zat besi. Metode tersebut dipilih dengan mempertimbangkan karakteristik peserta dan bertujuan meningkatkan pemahaman sekaligus keterampilan praktis dalam menerapkan upaya pencegahan anemia di lingkungan keluarga dan masyarakat.

Tahap evaluasi dilakukan melalui *post-test* menggunakan instrumen yang sama dengan *pre-test* untuk mengukur perubahan pengetahuan dan kepatuhan peserta setelah diberikan intervensi. Selain evaluasi akhir, dilakukan kegiatan monitoring dan evaluasi pada 30 Juni 2026 untuk memantau keberlanjutan penerapan pengetahuan dan keterampilan yang telah diberikan selama kegiatan. Data hasil pengukuran sebelum dan sesudah intervensi kemudian dianalisis secara statistik. Uji normalitas dilakukan terlebih dahulu untuk menentukan metode analisis yang sesuai. Karena data tidak berdistribusi normal, perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* dianalisis

menggunakan **Wilcoxon Signed-Rank Test** dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil serta kader sekaligus memperkuat peran kader sebagai pendamping dalam upaya pencegahan dan penanganan anemia berbasis pemanfaatan pangan lokal.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan diawali dengan koordinasi bersama pihak Kelurahan Keraton dan Kelurahan Pesayangan, termasuk wawancara awal dengan Lurah Keraton dan Kasi Pemberdayaan Keluarga Pesayangan sebagai dasar identifikasi kebutuhan mitra. Pelaksanaan inti kegiatan dilakukan dalam dua pertemuan, yaitu Pertemuan 1 pada tanggal 4 Juni 2026, meliputi pengukuran pre-test dan penyampaian materi edukasi pencegahan dan penanganan anemia ibu hamil melalui ceramah dan diskusi/tanya jawab, serta Pertemuan 2 pada tanggal 18 Juni 2026, berupa sesi praktik/demonstrasi pengolahan pangan lokal sumber zat besi yang melibatkan aktif ibu hamil dan kader, dilanjutkan pengukuran post-test pada domain yang sama. Tahap monitoring dan evaluasi dilaksanakan pada tanggal 30 Juni 2026 untuk memantau keberlanjutan penerapan hasil edukasi oleh kader dan ibu hamil.

2. Hasil

Sebelum edukasi (*pre-test*), sebagian besar ibu hamil berada pada kategori pengetahuan kurang hingga cukup (43,3% kurang dan 46,7% cukup), dan hanya 10,0% berkategori baik; pada domain kepatuhan konsumsi tablet Fe, proporsi kategori kurang lebih tinggi lagi (63,3%). Kondisi awal kader relatif lebih baik dibanding ibu hamil (43,3% kader berkategori pengetahuan baik), namun pada domain kepatuhan tetap didominasi kategori kurang dan cukup (43,3% dan 46,7%). Setelah edukasi dan praktik keterampilan, terjadi pergeseran kategori yang bermakna pada seluruh domain, dengan mayoritas responden (80,0%–83,3%) mencapai kategori baik dan tidak ditemukan lagi responden pada kategori kurang.

Tabel 1. Uji Statistik

Variabel	n	Rerata Pre-test (SD)	Rerata Post-test (SD)	Selisih (Δ)	Nilai p*
Pengetahuan Ibu Hamil	30	5,77 (1,04)	8,40 (0,81)	2,63	<0,001
Kepatuhan Ibu Hamil	30	5,27 (1,20)	8,50 (0,86)	3,23	<0,001
Pengetahuan Kader	30	7,10 (1,32)	8,50 (0,86)	1,40	<0,001
Kepatuhan Kader	30	5,80 (1,35)	8,50 (0,86)	2,70	<0,001

*Uji Wilcoxon Signed Rank Test (data tidak berdistribusi normal); skor total tiap domain berkisar 0–10.

Hasil uji statistik menunjukkan perbedaan bermakna secara statistik antara skor pre-test dan post-test pada keempat domain ($p < 0,05$), dengan peningkatan rerata skor tertinggi terjadi pada domain kepatuhan ibu hamil ($\Delta = 3,23$) dan kepatuhan kader ($\Delta = 2,70$).

3. Dokumentasi



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan dan Foto Bersama Peserta Ibu Hamil dan Kader Kesehatan di Kelurahan Keraton dan Kelurahan Pesayangan.

4. Pembahasan

Temuan ini sejalan dengan konsep bahwa pengetahuan merupakan domain kognitif yang berperan penting dalam membentuk tindakan atau perilaku seseorang, sehingga peningkatan pengetahuan melalui edukasi partisipatif berpeluang mendorong perbaikan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe, konsisten dengan temuan hubungan bermakna antara pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada ibu hamil (6). Peningkatan pengetahuan

kader turut memperkuat peran kader sebagai penghubung informasi kesehatan antara tenaga kesehatan dan ibu hamil, sejalan dengan tujuan optimalisasi peran kader dalam pencegahan dan penanganan anemia ibu hamil (7), serta temuan bahwa pendekatan pelatihan berbasis praktik langsung lebih efektif meningkatkan keterampilan kader dibanding metode ceramah semata (9).

Faktor pendukung keberhasilan kegiatan ini antara lain kesesuaian metode edukasi partisipatif dengan karakteristik pendidikan sasaran yang didominasi jenjang SMP–SMA, penggunaan bahan pangan lokal yang aplikatif dan terjangkau sebagai media demonstrasi (11), serta keterlibatan kader posyandu sebagai penghubung informasi berkelanjutan (10). Sementara itu, hambatan yang teridentifikasi meliputi keterbatasan jumlah tenaga kesehatan di wilayah mitra (hanya 3 bidan di Kelurahan Keraton dan 1 bidan di Kelurahan Pesayangan) serta rendahnya dukungan suami dan keluarga, yang menurut studi terdahulu turut berkontribusi terhadap risiko anemia pada ibu hamil (5). Upaya penyelesaian yang dilakukan tim pelaksana meliputi penyesuaian metode edukasi dengan tingkat pendidikan sasaran serta pelibatan aktif kader sebagai perpanjangan tangan tenaga kesehatan di tingkat posyandu.

Implikasi dari temuan ini menegaskan bahwa pemberdayaan kader melalui edukasi partisipatif dan pendampingan berbasis pangan lokal berpotensi menjadi model intervensi yang aplikatif dan berkelanjutan untuk mendukung upaya pencegahan anemia pada ibu hamil di wilayah dengan keterbatasan sumber daya tenaga kesehatan.

D. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi dan pendampingan berbasis pangan lokal terbukti meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil maupun kader kesehatan secara bermakna dalam pencegahan dan penanganan anemia ibu hamil di Kelurahan Keraton dan Kelurahan Pesayangan, wilayah kerja Puskesmas Martapura 2, Kabupaten Banjar, sebagaimana ditunjukkan oleh peningkatan skor pada seluruh domain yang diukur ($p < 0,001$).

Capaian ini sejalan dengan tujuan optimalisasi peran kader kesehatan sebagai penghubung informasi antara tenaga kesehatan dan ibu hamil. Tim pelaksana merekomendasikan keberlanjutan program melalui penguatan kapasitas kader secara berkala, integrasi hasil kegiatan ke dalam agenda rutin posyandu, serta penyelesaian luaran wajib berupa publikasi media massa dan video kegiatan sesuai target proposal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penyusun mengucapkan terima kasih kepada Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Puskesmas Martapura 2, Pemerintah Kelurahan Keraton dan Kelurahan Pesayangan, kader kesehatan, serta seluruh pihak yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. Anaemia in women of reproductive age (aged 15–49), prevalence (%), by pregnancy status [Global Health Observatory data]. Geneva: WHO; 2024. Available from: [https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/prevalence-of-anaemia-in-pregnant-women-\(-\)](https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/prevalence-of-anaemia-in-pregnant-women-(-))
2. Sungkar A, Bardosono S, Irwinda R, Manikam NRM, Sekartini R, Medise BE, et al. A life course approach to the prevention of iron deficiency anemia in Indonesia. *Nutrients*. 2022;14(2):277.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023: Prevalensi anemia pada ibu hamil. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2023.
4. Ghiffari EM, Harna H, Angkasa D, Wahyuni Y, Purwara L. Kecukupan gizi, pengetahuan, dan anemia ibu hamil. *Ghidza J Gizi Kesehat*. 2021;5(1):10–23.
5. Arfan I, Marlenywati, Saleh I, Rizky A, Marlina M. The risk factors for anemia in women at third trimester of pregnancy in the primary health center of Tanjung Sekayam: a case-control study. *Amerta Nutr*. 2024;8(1SP):37–44.
6. Beda Ama PG, Fajarwati D. Hubungan pekerjaan, pengetahuan ibu hamil tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet FE di Puskesmas Cipari. *J Ilm Kesehat*. 2024;16(1):207–14.
7. Arneti et al. Optimalisasi peran kader dalam pencegahan anemia ibu hamil. *J Abdimas Saintika*. 2024;6(1):89–98.
8. Sukmawati S, Hermayanti Y, Nurhakim F, DA IA, Mediani HS. Edukasi pada ibu hamil, keluarga dan kader posyandu tentang pencegahan stunting. *Dharmakarya*. 2021;10(4):330.
9. Surtimanah T, Sjamsuddin IN, Ruhyat E, Pamungkas G. Peningkatan pengetahuan kader tentang posyandu di era transformasi layanan kesehatan primer dan kewirausahaan. *JPPM (J Pengabdian Pemberdayaan Masy)*. 2024;8(2):295–305.
10. Damayanti E, Hasibuan HA, Agustin I, Siregar NH, Octavia R, Suraya R. Strategi pemberdayaan masyarakat melalui pendampingan komunitas kader posyandu. *Abdinesia J Pengabdian Kepada Masy*. 2025;5(1):66–70.
11. Hafizah H, Yuliawati E, Astuti SAP, Putri CYN. Penyuluhan pemanfaatan pangan lokal untuk mencegah anemia pada ibu hamil. *J Altifani Penelit Pengabdian Kepada Masy*. 2023;3(4):603–9.
12. Levi Tina Sari NNR. Efektivitas pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan anemia di wilayah kerja PKM Gandusari. *J Penelit Kesehat*. 2022;12(2):62–8.