

PENTINGNYA IMPLEMENTASI PEMERIKSAAN KADAR HB GRATIS SERTA SOSIALISASI PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL

Naezsa Adelia Suherman¹, Kismiasih Adethia², Djanius Mariati³, Fasya Amanda⁴,
Dian Maya Sari Parapat⁵, Avemaria Manurung⁶

¹⁻⁶ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Email: 2419201039@mitrahusada.ac.id, kismiasih@mitrahusada.ac.id,
2419201014@mitrahusada.ac.id, 2419201016@mitrahusada.ac.id, 2419201168@mitrahusada.ac.id,
2419201121@mitrahusada.ac.id

Abstrak

Anemia defisiensi besi tetap menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang krusial di Indonesia, dengan prevalensi yang masih tinggi di kalangan ibu hamil. Rendahnya cakupan pemeriksaan kadar Hemoglobin (Hb) secara rutin sering kali disebabkan oleh kendala ekonomi dan kurangnya literasi kesehatan mengenai dampak jangka panjang anemia. Karya ini bertujuan untuk membedah pentingnya penyediaan akses pemeriksaan Hb gratis serta efektivitas sosialisasi preventif dalam mengubah perilaku kesehatan ibu hamil. Kegiatan ini dilaksanakan melalui metode intervensi kesehatan masyarakat yang bersifat partisipatif. Langkah pertama melibatkan skrining klinis melalui pemeriksaan kadar Hb menggunakan metode *digital cyanmethemoglobin* kepada kelompok sasaran ibu hamil. Langkah kedua adalah pemberian intervensi edukatif melalui sosialisasi tatap muka yang didukung oleh media visual. Materi sosialisasi difokuskan pada pemenuhan nutrisi berbasis kearifan lokal, teknik konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) yang benar untuk meminimalisir efek samping, serta pentingnya pemeriksaan kehamilan (*Antenatal Care*) secara terpadu. Hasil observasi menunjukkan bahwa penghapusan biaya pemeriksaan (gratis) menjadi stimulan utama bagi ibu hamil untuk melakukan deteksi dini. Peningkatan pengetahuan yang signifikan terlihat dari kemampuan ibu hamil dalam mengidentifikasi sumber nutrisi penambah darah dan komitmen dalam kepatuhan konsumsi TTD. Secara substantif, sinergi antara pemeriksaan diagnostik yang terjangkau dan edukasi yang masif mampu menurunkan hambatan psikologis dan finansial masyarakat terhadap layanan kesehatan. Simpulan dari studi ini menegaskan bahwa kebijakan pemeriksaan Hb gratis yang disertai pendampingan edukatif merupakan instrumen kebijakan kesehatan yang sangat krusial untuk menurunkan angka morbiditas dan mortalitas ibu di tingkat komunitas.

Kata Kunci: *Anemia Kehamilan, Hemoglobin, Skrining Kesehatan, Promosi Kesehatan, Kematian Ibu.*

Pendahuluan

Tingkat kematian ibu (TKI) di Indonesia masih menjadi tantangan besar yang memerlukan perhatian lintas sektoral, di mana anemia pada kehamilan menjadi salah satu kontributor utama secara tidak langsung. Secara fisiologis, selama masa kehamilan terjadi peningkatan volume

plasma yang jauh lebih besar dibandingkan dengan massa sel darah merah, sebuah fenomena yang dikenal sebagai *hemodilusi*. Jika asupan zat besi dan nutrisi pendukung lainnya tidak terpenuhi secara adekuat, kondisi ini akan berkembang menjadi anemia defisiensi besi yang parah. Hal ini mengakibatkan penurunan kapasitas transportasi oksigen

ke seluruh jaringan tubuh, baik bagi ibu maupun janin, yang pada akhirnya dapat memicu komplikasi serius seperti persalinan prematur, gangguan pertumbuhan janin terhambat, hingga risiko keguguran.

Hambatan utama dalam penanggulangan anemia bukan hanya terletak pada aspek medis semata, melainkan juga pada dimensi sosial dan ekonomi. Banyak ibu hamil di daerah pedesaan maupun pinggiran kota yang menganggap gejala lemah, letih, dan lesu sebagai hal yang wajar dalam proses kehamilan, sehingga mereka tidak merasa perlu melakukan pemeriksaan medis lebih lanjut. Selain itu, aksesibilitas terhadap layanan laboratorium di puskesmas sering kali terkendala oleh jarak dan biaya administratif yang, bagi sebagian kelompok masyarakat, dianggap membebani. Kurangnya pemahaman mengenai konsekuensi jangka panjang anemia, seperti risiko perdarahan hebat (hemoragi) saat persalinan yang sulit dikendalikan, membuat program skrining sering kali dianggap sebagai prioritas sekunder oleh para ibu hamil.

Melihat urgensi tersebut, implementasi kebijakan pemeriksaan kadar Hemoglobin (Hb) secara gratis dan sosialisasi pencegahan yang masif menjadi sebuah kebutuhan mendesak. Inisiatif ini bukan sekadar memberikan pelayanan medis tanpa biaya, melainkan sebuah upaya untuk meruntuhkan tembok penghalang akses kesehatan bagi kelompok rentan. Melalui pendekatan proaktif, diharapkan ibu hamil dapat terpantau secara berkala, sehingga intervensi medis seperti pemberian dosis tinggi Tablet Tambah Darah (TTD) atau rujukan spesialis dapat dilakukan lebih awal. Pendahuluan ini menekankan bahwa keberhasilan menekan

angka anemia akan berdampak domino pada peningkatan kualitas hidup bayi yang dilahirkan serta penurunan angka *stunting* nasional secara signifikan.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain operasional melalui pendekatan *Action Research* yang terintegrasi dengan pelayanan kesehatan masyarakat. Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh ibu hamil di wilayah kerja puskesmas percontohan, dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *consecutive sampling* untuk menjangkau responden yang melakukan pemeriksaan kehamilan rutin. Pendekatan ini dipilih agar peneliti dapat mengamati secara langsung dampak dari pemberian layanan gratis terhadap minat dan motivasi ibu hamil, sekaligus mengevaluasi sejauh mana materi sosialisasi dapat diserap dan diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari oleh para peserta. Instrumen penelitian yang digunakan terdiri dari perangkat medis dan perangkat edukasi. Untuk pemeriksaan kadar Hb, digunakan metode *standardized digital screening* menggunakan alat POCT yang telah dikalibrasi untuk menjamin akurasi data. Sementara itu, untuk mengukur efektivitas sosialisasi, peneliti menggunakan kuesioner terstruktur yang divalidasi, mencakup domain pengetahuan, sikap, dan perilaku (KSP). Data yang dikumpulkan bersifat kuantitatif (hasil kadar Hb dan skor kuesioner) serta kualitatif yang diperoleh melalui wawancara mendalam dengan beberapa ibu hamil untuk memahami persepsi mereka terhadap hambatan dalam menjaga pola makan dan konsumsi suplemen zat besi.

Tahapan pelaksanaan dimulai dari fase persiapan, yakni penyuluhan singkat tentang pentingnya pemeriksaan, dilanjutkan dengan pengambilan sampel darah kapiler untuk mengetahui kadar Hb secara *real-time*. Setelah hasil keluar, dilakukan sesi konseling kelompok kecil (sosialisasi) yang menggunakan media audiovisual dan lembar balik untuk menjelaskan siklus anemia. Peneliti juga melakukan *follow-up* atau tindak lanjut melalui komunikasi digital untuk memantau kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah selama satu bulan setelah intervensi. Seluruh data diolah secara statistik deskriptif untuk melihat tren prevalensi anemia di wilayah tersebut serta efektivitas edukasi yang diberikan.

Hasil

Data yang dikumpulkan selama periode pelaksanaan menunjukkan peningkatan drastis pada jumlah kunjungan ibu hamil yang bersedia melakukan cek darah dibandingkan dengan periode saat layanan tersebut masih berbayar. Temuan lapangan mengindikasikan bahwa faktor ekonomi "gratis" menjadi katalisator utama yang menggerakkan ibu hamil untuk keluar dari zona pasif. Secara klinis, dari seluruh partisipan yang diperiksa, ditemukan prevalensi anemia yang cukup mengkhawatirkan dengan sebaran mayoritas pada kategori anemia ringan (kadar Hb 10-10,9 g/dL) dan sebagian kecil pada kategori anemia sedang. Hal ini menunjukkan bahwa banyak ibu hamil yang tampak sehat secara fisik sebenarnya sedang mengalami defisiensi hemoglobin yang tidak terdeteksi.

Pada aspek edukasi, hasil kuesioner menunjukkan adanya kesenjangan pengetahuan yang tajam

sebelum dilakukan sosialisasi. Sebagian besar ibu hamil tidak mengetahui bahwa konsumsi teh atau kopi setelah makan dapat menghambat penyerapan zat besi dari makanan maupun suplemen. Namun, setelah diberikan sosialisasi mengenai teknik konsumsi yang benar—seperti mengonsumsi zat besi bersamaan dengan vitamin C (buah-buahan)—terjadi lonjakan pemahaman yang signifikan. Peserta mulai menyadari bahwa penanganan anemia tidak hanya soal minum obat, tetapi juga mengenai pengaturan pola makan yang sinergis dan menghindari zat penghambat penyerapan (inhibitor).

Selain itu, hasil observasi menunjukkan adanya perubahan sikap psikologis pada para ibu hamil. Mereka yang awalnya merasa cemas dengan hasil pemeriksaan darah menjadi lebih tenang karena mendapatkan penjelasan langsung dari tenaga kesehatan mengenai solusi yang harus diambil. Interaksi sosial yang terjadi selama proses sosialisasi juga menciptakan kelompok pendukung (*support group*) antar sesama ibu hamil untuk saling mengingatkan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah. Keberhasilan ini membuktikan bahwa kehadiran layanan gratis yang dibarengi dengan komunikasi yang hangat dan informatif mampu meningkatkan kepercayaan masyarakat terhadap sistem kesehatan publik.

Pembahasan

Pembahasan mengenai hasil penelitian ini menitikberatkan pada teori bahwa aksesibilitas dan literasi adalah dua pilar yang tidak dapat dipisahkan dalam transformasi kesehatan masyarakat. Pemeriksaan kadar Hb gratis berfungsi sebagai pintu masuk (*entry point*) yang

meruntuhkan hambatan finansial, namun sosialisasilah yang berperan sebagai penjaga keberlanjutan (*sustainability*) dari hasil pemeriksaan tersebut. Tanpa adanya pemahaman yang benar, ibu hamil yang terdiagnosa anemia mungkin hanya akan meminum obat sekali atau dua kali tanpa kepatuhan jangka panjang. Oleh karena itu, intervensi ganda ini merupakan strategi komprehensif yang menyasar akar masalah, yakni ketidaktahuan dan keterbatasan ekonomi.

Lebih jauh lagi, hasil sosialisasi menyoroti pentingnya mengubah mitos menjadi fakta medis yang mudah dipahami. Banyak ibu hamil menghentikan konsumsi suplemen besi karena efek samping berupa mual atau sembelit. Dalam pembahasan ini ditemukan bahwa melalui sosialisasi yang empatik, tenaga kesehatan dapat memberikan tips praktis untuk mengurangi efek samping tersebut, sehingga tingkat *drop-out* konsumsi suplemen dapat ditekan. Hal ini membuktikan bahwa pendekatan komunikatif jauh lebih efektif dibandingkan sekadar memberikan instruksi medis satu arah. Edukasi yang berkelanjutan juga mendorong kemandirian keluarga dalam menyusun menu makanan harian yang kaya akan protein hewani sebagai sumber zat besi heme yang mudah diserap.

Secara makro, implementasi program ini mendukung pencapaian target pembangunan berkelanjutan (*Sustainable Development Goals*) khususnya dalam menurunkan rasio kematian ibu. Investasi pada pemeriksaan gratis mungkin terlihat sebagai beban anggaran di awal, namun jika dikalkulasi dengan biaya penanganan komplikasi persalinan, operasi sesar akibat penyulit anemia, atau penanganan

bayi *stunting*, maka program preventif ini justru jauh lebih hemat biaya (*cost-effective*). Pembahasan ini merekomendasikan agar skema pemeriksaan gratis ini diintegrasikan ke dalam program jaminan kesehatan nasional secara lebih eksplisit untuk memastikan setiap ibu hamil, tanpa terkecuali, mendapatkan hak deteksi dini yang layak.

Kesimpulan

Berdasarkan seluruh rangkaian kegiatan dan analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa implementasi pemeriksaan kadar Hb secara gratis memiliki korelasi positif yang kuat terhadap peningkatan partisipasi ibu hamil dalam layanan deteksi dini. Kebijakan ini terbukti efektif sebagai instrumen penjangkaran kasus anemia yang selama ini "tersembunyi" di tengah masyarakat karena hambatan biaya. Dengan diketahuinya kadar Hb secara akurat, langkah-langkah medis preventif dapat segera diambil untuk mencegah terjadinya perburukan kondisi kesehatan ibu dan janin sebelum memasuki masa persalinan yang kritis.

Kesimpulan kedua menyoroti bahwa sosialisasi pencegahan anemia merupakan komponen vital yang memberikan dampak pada perubahan perilaku jangka panjang. Pengetahuan yang diperoleh ibu hamil melalui edukasi yang terstruktur mampu mengubah pola konsumsi suplemen dan makanan harian menjadi lebih sehat dan efektif. Kesadaran kolektif yang terbentuk melalui sosialisasi ini tidak hanya bermanfaat bagi kehamilan saat ini, tetapi juga menjadi modal pengetahuan bagi ibu dalam menjalankan pola asuh dan persiapan kehamilan di masa depan,

sehingga menciptakan siklus hidup yang lebih berkualitas.

Sebagai rekomendasi akhir, penelitian ini menegaskan bahwa kolaborasi antara penyediaan fasilitas diagnostik tanpa biaya dan promosi kesehatan yang intensif harus dipandang sebagai satu kesatuan kebijakan yang utuh. Pemerintah daerah dan instansi kesehatan diharapkan tidak hanya fokus pada pengadaan alat dan obat, tetapi juga pada penguatan kapasitas tenaga kesehatan dalam melakukan edukasi yang persuasif. Dengan sinergi yang tepat antara layanan gratis dan sosialisasi yang berkualitas, visi untuk melahirkan generasi yang unggul, sehat, dan bebas dari dampak buruk anemia serta *stunting* dapat diwujudkan secara nyata di seluruh lapisan masyarakat.

Referensi

- Kementerian Kesehatan RI. Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Ibu Hamil. Jakarta: Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak.
- Manurung, B., & Simanjuntak, E. D. N. B. (2024). Hubungan Paritas Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di PMB Pratama Madina Medan Tembung Kabupaten Deli Serdang Tahun 2024. *The Journal General Health and Pharmaceutical Sciences Research*, 2(2), 24-28.
- Nurliawati, E., dan Hersoni, S. Hubungan Pengetahuan, Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan Tambusai*.
- Putri, T. K., dan Hastina, E. Faktor Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil: Analisis Status Gizi dan Kadar

- Sari, N. P., et al. Implementasi Pemeriksaan Kadar Hb Gratis serta Sosialisasi Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil di Desa Bangun Rejo. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat (PKM CSR)*.

- Simarmata, M., alviniota Barimbing, T., Siregar, E. P., Purnamasari, E., & Pitaloka, D. (2023). Analisis Kejadian Anemi Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Pmb J. Manurung Amd Keb Pematang Siantar Tahun 2023. *Excellent Midwifery Journal*, 6(1), 73-80.

- Sulistiyanti, A., dan Herawati, L. Penyuluhan dan Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Sebagai Upaya Deteksi Dini Anemia Pada Ibu Hamil. *Journal of Community Engagement in Health*.

- World Health Organization (WHO). *Daily Iron and Folic Acid Supplementation During Pregnancy: Global Guidelines and Recommendations*. Geneva: WHO Press.

- Zakiyah, Z., Palifiana, D. A., dan Ratnaningsih, E. Fisiologi Kehamilan, Persalinan, Nifas dan Bayi Baru Lahir. Yogyakarta: Menara Ilmu.