



Upaya Pencegahan Anemia Ibu Hamil Melalui Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Monopoli Pintar pada Pelatihan Kader Kesehatan

Efforts To Prevent Anemia in Pregnant Women Through Health Education Using Smart Monopoly Media in Community Health Worker Training

Agustine Ramie¹, Evy Marlinda¹, Rijanti Abdurrachim¹, Siti Afifah¹, Noor Maulidah¹,
Noor Latifah Azlina¹

¹ Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Indonesia

Penulis Korespondensi: Agustine178@gmail.com

Article History:

Naskah Masuk: Juli 10, 2025;

Revisi: Juli 23, 2025;

Diterima: Agustus 14, 2025;

Tersedia: Agustus 25, 2024;

Terbit: Agustus 25, 2025;

Keywords: *Anemia; Pregnant women; Prevention of anemia; Health cadres; Peer educator*

Abstract. *In 2025, cadre groups in the working area of Puskesmas Martapura Timur have mostly never been involved in education about health issues including the problem of anemia in pregnant women. This community service expects cadre groups to increase knowledge and skills about Anemia Prevention during pregnancy. The method used is to identify health problems, train health cadres to provide health education about anemia in pregnant women, healthy and nutritionally balanced foods to prevent anemia, self-care during pregnancy, and recognition of signs of anemia in pregnant women with a peer educator approach suitable for the field of health promotion to change knowledge, attitudes, and healthy living behavior. The results of community service showed an increase in knowledge and skills to 90%.*

Abstrak

Pada tahun 2025, kelompok kader di wilayah kerja Puskesmas Martapura Timur sebagian besar belum pernah terlibat dalam pendidikan tentang masalah kesehatan termasuk masalah anemia pada ibu hamil. Pengabdian ini mengharapkan kelompok kader meningkat pengetahuan dan keterampilan tentang Pencegahan Anemia pada masa kehamilan. Metode yang dilakukan adalah dengan mengidentifikasi permasalahan kesehatan, melatih kader kesehatan agar dapat memberikan pendidikan kesehatan tentang anemia pada ibu hamil, makanan yang sehat dan bergizi seimbang untuk mencegah anemia, perawatan diri selama hamil, dan pengenalan tanda-tanda anemia ibu hamil dengan pendekatan peer educator yang sesuai untuk bidang promosi kesehatan untuk merubah pengetahuan, sikap, dan perilaku hidup sehat. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan menjadi 90%

Kata kunci: Anemia; Ibu hamil; Pencegahan anemia; Kader kesehatan; Peer educator

1. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan fase penting dalam kehidupan seorang wanita yang memerlukan perhatian khusus terhadap kondisi kesehatan, baik bagi ibu maupun janin yang dikandung. Diantara permasalahan kesehatan yang umum dan sering timbul selama kehamilan adalah anemia, khususnya anemia defisiensi besi. Kondisi ini ditandai oleh penurunan kadar hemoglobin dalam darah yang dapat mengganggu transportasi oksigen ke seluruh tubuh (Fitriany & Saputri, 2018). Pada ibu hamil, anemia bukan hanya menyebabkan kelelahan dan penurunan daya tahan tubuh, tetapi juga berisiko meningkatkan komplikasi seperti persalinan prematur, perdarahan, berat badan lahir rendah, hingga kematian ibu dan bayi. Risiko stunting dapat terjadi jika ibu hamil menderita kekurangan gizi atau gizi buruk dengan anemia 7x dibandingkan ibu hamil yang tidak anemia. Anemia ibu hamil di Kalimantan Selatan sebanyak

15%, sementara cakupan pelayanan anemia ibu hamil di Kabupaten Banjar 18,37% masih dibawah target sebesar 36% (Norfitri & Rusdiana, 2023; Arief, 2022).

Puskesmas Martapura Timur memiliki 20 desa dengan jumlah kasus anemia ibu hamil sebesar 64 kasus. Desa Melayu Ilir yang menjadi lokasi pengabdian masyarakat ini memiliki ibu hamil sebanyak 27 orang dengan jumlah anemia sebanyak 7 kasus dengan kategori anemia sedang (Hb 7 gr/dL - 8 gr/dL) sebanyak 3 kasus dan 4 kasus anemia ringan (Hb 9 gr/dL - 10 gr/dL).

Menghindari dan meminimalisir terjadinya penyakit anemia pada masa kehamilan bisa dilakukan dengan pemberdayaan kelompok kader. Teknologi kesehatan yang berorientasi pada pendampingan, pelatihan, evaluasi, dan pemantauan memungkinkan pemanfaatan sumber daya manusia yang ada secara optimal dan efisien untuk meningkatkan kesehatan masyarakat terkait pencegahan anemia pada ibu hamil (Rohmatika & Solikhah, 2021).

Pendidikan adalah segala upaya terencana untuk mempengaruhi orang lain, baik perseorangan, kelompok, atau masyarakat agar melakukan apa yang diharapkan oleh peserta didik. Pendidikan kesehatan memegang peranan penting dalam menciptakan manusia sehat. Kader kesehatan perlu mendapatkan pelatihan dan pendampingan dalam pelaksanaan edukasi kesehatan. Bentuk pemberdayaan kader ini bisa dalam bentuk pelatihan melakukan promosi kesehatan dengan metode ceramah dan tanya jawab. Metode pemberlajaran kader kesehatan dengan pelatihan menggunakan *peer education* terbukti efektif meningkatkan pengetahuan sasaran dalam pelatihan kader kesehatan terkait pencegahan anemia (Kemenkes, 2019).

Menilai kemampuan kelompok kader di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura Timur dan untuk mendukung strategi ini agar ibu hamil dapat menjalani kehamilan yang baik, melahirkan dengan selamat, serta bayi terlahir sehat, maka diperlukan pengembangan suatu program yang bertujuan untuk menambah pengetahuan dan keterampilan kelompok kader dengan menggunakan metode *peer education* melalui permainan monopoli pintar (Suryani et al., 2021).

2. METODE

Metode yang dilakukan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini mengarah pada rencana teknologi kesehatan yang berorientasi pada pendampingan, pelatihan, evaluasi dan tindak lanjut untuk mengatasi masalah kesehatan. Kegiatan program ini didasarkan pada bukti ilmiah hasil studi tentang media pembelajaran untuk merubah pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan dalam pencegahan anemia pada ibu hamil dan pendidikan kesehatan (Lutfia et al., 2025; dan Nuria, 2021).

Program yang diajukan adalah pendekatan yang memanfaatkan sumber daya yang ada di masyarakat dalam bentuk kerja sama (kemitraan) dengan memberikan pelatihan kepada para kader kesehatan yang telah terbentuk di Desa Melayu Ilir sebagai mitra yang nantinya dapat meneruskan program secara berkesinambungan. Program dilaksanakan dengan tahapan mulai dari memberikan pengetahuan dalam bentuk teori dan konsep yang diperlukan dalam memberikan bekal kepada kader agar dapat menjalankan tugasnya sebagai *peer educator* (Elsa et al., 2019).

Adapun pokok kegiatan pelatihan kader adalah sebagai berikut: Konsep kehamilan, anemia ibu hamil (pengertian, penyebab, tanda dan gejala, akibat apabila tidak diatasi, penanganan anemia ibu hamil), gizi ibu hamil, tablet tambah darah, pendidikan kesehatan metode ceramah dan tanya jawab, metode *peer educator*. Sosialisasi media pembelajaran anemia ibu hamil menggunakan "monopoli pintar anemia ibu hamil" merupakan hasil penelitian Lutfia et al. (2025) sebelumnya (San et al., 2022). Praktik pemberian edukasi kesehatan dengan materi anemia ibu hamil menggunakan metode ceramah dan tanya jawab dan menggunakan media pembelajaran monopoli pintar anemia ibu hamil.

Kelompok sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah kelompok kader yang langsung disalurkan pada ibu hamil setempat. Waktu pelaksanaan pada 1-2 Juli 2025. Lokasi pelaksanaan di Desa Melayu Ilir, Kecamatan Martapura Timur, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan. Adapun dokumentasi kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dipaparkan sebagai berikut:



Gambar 1. Penyuluhan Kesehatan tentang Pencegahan Anemia.



Gambar 2. Pelatihan Penggunaan Games Monopoli Pintar.



Gambar 3. Praktik Kelompok Kader Menggunakan Monopoli Pintar.

3. HASIL

Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan di Desa Melayu Ilir Kecamatan Martapura Timur, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan mendapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Pengetahuan dan Keterampilan Kelompok Kader Tentang Anemia dan Penggunaan Monopoli Pintar Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pengabmas

No	Peserta	Pre Test	Post Test	Keterampilan Pendidikan Kesehatan (<i>Peer Education</i>)
1	Ny. A.U	88%	94%	90%
2	Ny. S	83%	100%	92%
3	Ny. N.A	83%	94%	94%
4	Ny. M.K	66%	94%	100%
5	Ny. S.M	88%	100%	96%
6	Ny. N.L	72%	100%	92%
7	Ny. S	72%	100%	86%
8	Ny. M	77%	94%	98%
9	Ny. S.R	88%	94%	77%
10	Ny. H	72%	83%	88%
Rata-rata		78,9%	95,3%	91,3%

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel tersebut, dari perbandingan hasil pre test dan post test ada peningkatan pengetahuan menjadi 100%. Peningkatan pengetahuan ibu kader tentang pencegahan anemia ibu hamil pada masa kehamilan sangat penting untuk mendukung kesehatan ibu setelah melahirkan, serta mencegah komplikasi yang dapat terjadi pada masa tersebut (Rullyni et al., 2023).

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan nilai pre test dengan presentasi paling rendah sebesar 66 % dan paling tinggi 88%, rata-rata pengetahuan pre test adalah 78,9%. Sedangkan hasil post test paling rendah sebesar 83% dan tertinggi 100%, rata-rata pengetahuan post test adalah 95,3%. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dari pre test ke post test. Berdasarkan data tersebut, dapat dihitung estimasi rata-rata peningkatan pengetahuan. Jika

diambil nilai tengah dari pre-test (66%) dan nilai tengah post-test (83%) maka rata-rata peningkatan yang diperoleh adalah 14,5 poin persentase yang setara dengan peningkatan relatif sebesar 18,83% dari nilai awal. Peningkatan ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi yang dilakukan berhasil meningkatkan pemahaman para kader secara signifikan.

Keterampilan Pendidikan Kesehatan (*peer education*) para kader menggunakan media edukasi “Monopoli Pintar” tentang penanganan dan pencegahan anemia pada ibu hamil menunjukkan hasil tertinggi sebesar 100% dan terendah 77% dengan nilai rata-rata keterampilan edukasi adalah 91,3%.

4. DISKUSI

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di Desa Melayu Ilir Kecamatan Martapura Timur Kabupaten Banjar Kalimantan Selatan mendapatkan data tentang karakteristik data demografi setempat bahwa sebagian besar penduduk desa ini adalah petani, dan sebagian kecil bekerja di sektor usaha dan jasa setempat. Tren usia penduduk dalam 4 tahun terakhir mayoritas berada pada usia produktif (15-64 tahun) yaitu rata-rata sebesar 68,38%, sedangkan jumlah penduduk lanjut usia sebanyak 5,20% dan kelompok usia anak sebanyak 26,27%. Angka kelahiran total (TFR) yang relatif tinggi yaitu sebesar 2,30 menunjukkan pentingnya program kesehatan reproduksi dan keluarga berencana di desa ini.

Efektivitas kegiatan pengabdian masyarakat terkait pemberdayaan kader kesehatan dalam upaya pencegahan anemia ibu hamil melalui pelatihan metode pendidikan kesehatan di Desa Melayu Ilir Kabupaten Banjar Kalimantan Selatan didasarkan pada pendekatan penyuluhan yang melibatkan partisipasi, diskusi kelompok, dan pemanfaatan media visual (Rahayu et al., 2023) menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan yang bersifat interaktif dapat meningkatkan daya ingat terhadap informasi lebih dari 15% dibandingkan dengan metode ceramah biasa. Keterlibatan langsung para kader dalam pembelajaran mendukung transfer pengetahuan yang lebih baik dan mendorong penerapan dalam kehidupan sehari-hari.

Peningkatan pemahaman kader ini sangat urgen karena anemia pada perempuan hamil masih menjadi isu kesehatan yang serius di Indonesia. Berdasarkan data dari WHO (2023), secara internasional, prevalensi anemia di kalangan ibu hamil mencapai sekitar 36,5%, sedangkan di Indonesia angkanya sekitar 48,9% (Riskesdas, 2018). Anemia dapat meningkatkan risiko komplikasi seperti pendarahan setelah melahirkan, kelahiran sebelum waktunya, bayi dengan berat lahir rendah, dan bahkan kematian pada ibu.

Peningkatan pemahaman kader sangat penting karena anemia pada perempuan hamil masih menjadi isu kesehatan yang serius di Indonesia. Berdasarkan data dari WHO (2023), untuk tingkat dunia, prevalensi anemia pada ibu hamil mencapai 36,5%, sedangkan di Indonesia angkanya sekitar 48,9% (Riskesdas, 2018). Anemia dapat meningkatkan risiko komplikasi seperti pendarahan setelah melahirkan, kelahiran prematur, bayi dengan berat lahir rendah, dan bahkan kematian pada ibu (Wibowo et al., 2021).

Dengan bertambahnya pengetahuan kader, diharapkan akan terjadi peningkatan dalam deteksi dini terhadap faktor risiko anemia, peningkatan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) (Asmin et al., 2021), dan penerapan pola makan bergizi dan seimbang. Kemenkes RI (2022) menegaskan bahwa intervensi gizi terpadu berbasis kader terbukti mampu mengurangi prevalensi anemia secara signifikan di tingkat masyarakat.

Secara keseluruhan, hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa program edukasi yang terstruktur dan melibatkan partisipasi masyarakat tidak hanya mampu meningkatkan skor pengetahuan secara signifikan, tetapi juga berpotensi memberikan pengaruh positif terhadap kesehatan ibu hamil serta mencegah komplikasi saat melahirkan.

Peningkatan keterampilan penggunaan “monopoli pintar” yang dilaksanakan kader setempat di Desa Melayu Ilir dapat menjadi salah satu cara efektif untuk membantu ibu hamil mengetahui pengertian, tanda, gejala, dan cara untuk mencegah terjadinya penyakit anemia pada masa kehamilan.

5. KESIMPULAN

- a. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan topik "Pemberdayaan Kader Kesehatan dalam Upaya Pencegahan Anemia Ibu Hamil Melalui Pelatihan Metode Pendidikan Kesehatan di Desa Melayu Ilir Kabupaten Banjar Kalimantan Selatan", menghasilkan peningkatan rata-rata pengetahuan dan dari 78,9 % menjadi 95,3 % dan nilai rata-rata keterampilan kader dalam melakukan pendidikan kesehatan melalui edukasi anemia ibu hamil menggunakan media monopoli pintar sebesar 91,3%.
- b. Dengan pendekatan yang terstruktur, dukungan yang tepat, dan perhatian terhadap kebutuhan ibu hamil, peningkatan keterampilan metode pendidikan oleh kelompok kader di Desa Melayu Ilir dapat memberikan manfaat besar bagi kesehatan ibu hamil. Selain itu, program yang melibatkan elemen edukasi, fasilitas yang memadai, serta pendampingan dari tenaga kesehatan akan semakin meningkatkan kualitas hidup mereka dan membantu mereka menjalani masa kehamilan dengan lebih sehat dan bugar.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Tim Pengabdian menyampaikan ucapan terima kasih kepada Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Poltekkes Kemenkes Banjarmasin yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian ini. Pengabdian tidak lupa menyampaikan terima kasih kepada Kepala Puskesmas Martapura Timur dan kader Posyandu di wilayah kerja Puskesmas Martapura Timur dan para ibu hamil yang telah berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian ini dari awal sampai berakhir serta seluruh tim yang terlibat.

DAFTAR REFERENSI

- Aisyah, S., & Rachmadi, K. R. (2022). Dinkes Kalsel tekan terjadinya anemia pada remaja putri dan ibu hamil. *Portal Berita Kalimantan Selatan*.
- Asmin, E., Salulinggi, A., Titaley, C. R., & Bension, J. (2021). Hubungan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia di Kecamatan Leitimur Selatan dan Teluk Ambon. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 6(1), 229–236. <https://doi.org/10.14710/jekk.v6i1.10180>
- Elsa, S., Herman, & Sukarni. (2019). Pengaruh peer educator terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja mengenai HIV AIDS di Pontianak Barat. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawatanFK/article/viewFile/34581/75676582416>
- Fitriany, J., & Saputri, A. I. (2018). Anemia defisiensi besi. *AVERROUS: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Malikussaleh*, 4(2). <https://doi.org/10.29103/averrous.v4i2.1033>
- Kemenkes. (2019). *Modul pelatihan bagi pelatih kader kesehatan*. Pusat Pelatihan SDM Kesehatan Badan Pengembangan Dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
- Kemenkes RI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. Pusdatin.Kemenkes.Go.Id. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Lutfia, R. A., Mariana, E. R., & Rachmadi, A. (2025). The monopoly game and its influence on knowledge, attitude, and anemia prevention behavior of pregnant women. 4(2), 78–88.
- Norfriti, R., & Rusdiana, R. (2023). Faktor risiko kejadian anemia pada ibu hamil. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 11(1). <https://doi.org/10.54004/jikis.v11i1.107>
- Nuria, R. (2021). Pengaruh Monomia (MONOPOLIANEMIA) sebagai media edukasi terhadap pengetahuan dan sikap tentang anemia pada remaja putri di kelas VIII di SMP. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 1(2).
- Rahayu, D., Ayu Pratiwi, B., & Wulandari, R. (2023). The effectiveness of fictional stories in improving students' skills in reading and writing. *Proceeding English National Seminar "Critical Thinking in English Education for a Just Society,"* 137–141.

Riskesdas. (2018). *Hasil utama Riskesdas 2018*.

Rohmatika, D., & Solikhah, M. M. (2021). Pemberdayaan masyarakat kader dalam upaya pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil di Posyandu Tanggul Asri, Kelurahan Banjarsari, Surakarta. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Irsyad*, 3(1), 65–73.

Rullyni, N. T., Mardiah, M., Dewi, U., et al. (2023). Pelatihan kader Posyandu dalam pencegahan anemia pada ibu hamil. *Community ...*, 4(4), 9358–9365. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/view/19156%0Ahttp://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/download/19156/14767>

San, N., Mardiah, Mukodri, D., Ridayani, R., & Setyohari, W. (2022). Game edukasi monopoli anemia (GEMA) sebagai media inovasi health education yang dapat mempengaruhi pengetahuan remaja tentang anemia. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 2(2), 104–113. <https://doi.org/10.55606/jikki.v2i2.827>

Suryani, P., Lala, H., Mph, S., & Sarjana Terapan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Malang, P. (2021). Efektivitas metode peer educator terhadap peningkatan pengetahuan kader dalam pencegahan stunting di Kota Malang. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia*, 7(1), 11–18.

WHO. (2023). *Maternal mortality (Issue February)*.

Wibowo, N., Rima, I., & Rabbania, H. (2021). Anemia defisiensi besi pada kehamilan. <https://www.pogi.or.id/wp-content/uploads/download-manager-files/Anemia%20Defisiensi%20Besi%20Pada%20Kehamilan.pdf>