

PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG MANFAAT VITAMIN MELALUI EDUKASI di DESA KARANG ASIH

Masita Sari Dewi^{1*}, Asyafa Nursyahada², Mutiah³, Salma Nabila⁴, Nurvidian Khasanah⁵, Sekar Widyawati Ningrum⁶, Lifia Putri Zahrotul Zannati Al-Gojali⁷

^{1,2,3,4,5,6,7}Program Studi Sarjana Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Medika Suherman, Cikarang Utara, Kabupaten Bekasi

*Email: masitasaridewi09@gmail.com

Received: 7 April 2026; Revised: 5 July 2026; Accepted: 11 July 2026

Abstract

Pregnancy is a physiological period that requires adequate fulfillment of essential nutrients to support optimal fetal growth and development. Pregnant women's knowledge about vitamin utilization during pregnancy serves as a key factor in encouraging compliance with supplement consumption, thereby preventing complications such as anemia, neural tube defects, and low birth weight (LBW). The purpose of this community service activity is to optimize maternal and fetal health in Karang Asih Village through structured educational interventions to improve pregnant women's understanding and compliance in utilizing vitamins during pregnancy. The method used in this activity involved direct education and counseling for participants regarding the importance of vitamin utilization during pregnancy. The activity evaluation was conducted by administering questionnaires to 30 pregnant women. The results showed that 50% of the respondents had good knowledge, 40% had sufficient knowledge, and 10% had poor knowledge. Based on these results, it can be concluded that the knowledge level of most participants is in the good category. It is suggested that integrated healthcare center (posyandu) cadres design appropriate educational interventions for pregnant women and provide periodic mentoring to ensure consistent application of this knowledge.

Keywords: pregnancy, vitamins, knowledge, anemia, posyandu

Abstrak

Kehamilan merupakan periode fisiologis yang memerlukan pemenuhan nutrisi esensial secara adekuat untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin secara optimal. Pengetahuan ibu hamil tentang penggunaan vitamin selama kehamilan menjadi faktor kunci dalam mendorong kepatuhan konsumsi suplemen, sehingga dapat mencegah komplikasi seperti anemia, defek tabung saraf, dan berat badan lahir rendah (BBLR). Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk mengoptimalkan kesehatan ibu dan janin di Desa Karang Asih melalui intervensi edukasi terstruktur guna meningkatkan pemahaman serta kepatuhan ibu hamil dalam pemanfaatan vitamin selama masa kehamilan. Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah edukasi dan sosialisasi secara langsung kepada peserta mengenai pentingnya penggunaan vitamin selama masa kehamilan yang dilakukan secara langsung. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan mengisi kuesioner oleh 30 ibu hamil. Hasil menunjukkan 50% responden berpengetahuan baik, 40% cukup, dan 10% kurang. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan sebagian besar peserta berada pada kategori baik. Disarankan untuk kader posyandu agar merancang intervensi edukasi yang tepat kepada ibu hamil serta pendampingan berkala agar pengetahuan diterapkan secara konsisten.

Kata kunci: kehamilan, vitamin, pengetahuan, anemia, posyandu

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan periode fisiologis yang menentukan kualitas kesehatan ibu dan janin, sehingga memerlukan perhatian khusus terhadap pemenuhan nutrisi guna mendukung tumbuh kembang janin secara optimal. Kebutuhan vitamin dan mineral esensial, seperti asam folat, zat besi (Fe), vitamin D, dan kalsium, meningkat signifikan selama kehamilan. Kekurangan vitamin tersebut dapat menyebabkan komplikasi serius, antara lain anemia, defek tabung saraf, berat badan lahir rendah (BBLR), hingga risiko kematian ibu dan bayi (WHO, 2023; Kemenkes RI, 2020).

Data nasional menunjukkan bahwa Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia berdasarkan Long Form Sensus Penduduk 2020 tercatat sebesar 189 per 100.000 kelahiran hidup, menjadikan Indonesia berada pada posisi tertinggi ketiga di antara negara-negara ASEAN. Pada tahun 2022, jumlah kematian ibu dilaporkan sebanyak 4.005 kasus, dengan penyebab utama meliputi eklampsia, perdarahan, dan infeksi. Kondisi ini menunjukkan bahwa perbaikan gizi ibu hamil, termasuk kepatuhan konsumsi suplemen vitamin, masih menjadi agenda prioritas dalam upaya peningkatan kesehatan ibu dan anak (Kemenkes RI, 2023). Kekurangan vitamin dan mineral selama kehamilan tidak hanya berdampak pada kesehatan ibu, tetapi juga berkontribusi terhadap terjadinya stunting dan gangguan perkembangan anak di masa mendatang (Sari, 2022).

Pengetahuan ibu hamil merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi perilaku kesehatan, termasuk kepatuhan dalam mengonsumsi vitamin dan suplemen kehamilan (Shaleha et al., 2023). Vitamin dan mineral yang direkomendasikan selama kehamilan mencakup asam folat, zat besi (Fe), kalsium, vitamin D, dan iodium. Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang penggunaan vitamin merupakan kunci dalam kepatuhan konsumsi. Rendahnya pengetahuan ibu dapat berdampak pada buruknya perilaku konsumsi suplemen, khususnya vitamin A dan B12 yang kerap diabaikan oleh ibu hamil akibat

kurangnya edukasi yang komprehensif (Lujuk et al., 2023).

Desa Karang Asih, sebagai salah satu wilayah kerja puskesmas setempat, mencatat cakupan pemberian tablet Fe pada ibu hamil yang masih di bawah target nasional 90%. Data tahun 2023 menunjukkan cakupan *Antenatal Care* (ANC) lengkap (K4) di wilayah tersebut hanya mencapai 74,3%, mengindikasikan adanya permasalahan dalam pemahaman ibu hamil terkait pelayanan kesehatan, termasuk konsumsi suplemen vitamin (Dinkes Kabupaten Bekasi, 2023).

Berdasarkan uraian di atas, kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu hamil di Desa Karang Asih mengenai penggunaan vitamin selama masa kehamilan. Hasil kegiatan sosialisasi ini diharapkan menjadi evaluasi bagi tenaga kesehatan dalam merancang intervensi edukasi yang tepat guna meningkatkan kepatuhan ibu hamil terhadap konsumsi vitamin (Kemenkes RI, 2022).

PELAKSANAAN DAN METODE

1. Metode

Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah edukasi sosialisasi secara langsung mengenai pentingnya penggunaan vitamin selama kehamilan yang berdampak pada kesehatan janin. Kegiatan edukasi ini sudah mendapatkan izin dari kepala posyandu wilayah kabupaten Bekasi yaitu ibu Titin Suprihayin dan memiliki surat izin dari Kesbangpol dengan No. 400.14.5.4/124/Bakesbangpol/2026. Kegiatan di Posyandu Merpati 11, Desa Karang Asih. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk mengoptimalkan kesehatan ibu dan janin di Desa Karang Asih melalui intervensi edukasi terstruktur guna meningkatkan pemahaman serta kepatuhan ibu hamil dalam pemanfaatan vitamin selama masa kehamilan.

Kegiatan diawali dengan pemeriksaan berat badan dan tekanan darah ibu hamil, setelah itu ibu hamil dipersilahkan duduk dan diberikan pemaparan materi terkait

penggunaan vitamin selama masa kehamilan. Peserta kegiatan ini merupakan ibu hamil di Posyandu Merpati 11 RT 03 RW 08, Desa Karang Asih, Kabupaten Bekasi dengan jumlah peserta sebanyak 30 orang.

2. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan awal tim menentukan prioritas masalah, sasaran dan menyiapkan sarana dan prasarana kegiatan. Lokasi yang menjadi target kegiatan yaitu Posyandu Merpati 11 RT 03 RW 08 Desa Karang Asih, Kabupaten Bekasi. Selanjutnya ketua tim berkoordinasi dengan kader Posyandu setempat untuk menginformasikan kepada ibu hamil bahwa akan ada kegiatan edukasi berupa sosialisasi dengan topik pentingnya penggunaan vitamin selama masa kehamilan. Tim mempersiapkan sarana dan prasarana yang akan digunakan pada kegiatan sosialisasi.

3. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan sosialisasi dilakukan pada hari Kamis, 12 Februari 2026 di Posyandu Merpati 11 RT 03 RW 08 Desa Karang Asih, Kabupaten Bekasi. Pada hari pelaksanaan kegiatan peserta yang hadir diminta untuk mengisi absensi terlebih dahulu, melakukan penimbangan berat badan dan mengukur tekanan darah. Kegiatan sosialisasi dilakukan secara langsung dengan dihadiri 30 peserta yang terdiri dari ibu hamil, dalam kegiatan ini juga didampingi bidan desa. Setelah sosialisasi selesai, dilakukan tahap evaluasi kegiatan untuk mengukur pemahaman peserta.

4. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan dengan cara pretest dan posttest untuk mengukur pemahaman peserta mengenai penggunaan vitamin selama masa kehamilan. Evaluasi dilakukan untuk seluruh peserta yang hadir dan mengikuti sosialisai dan diminta untuk mengisi kuisisioner yang telah disediakan.

Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan menggunakan kuesioner oleh 30 peserta yaitu ibu hamil di Posyandu Merpati 11 menunjukkan hasil sebagai berikut. Berdasarkan Tabel 1, menunjukkan evaluasi melalui kuisisioner memperoleh hasil bahwa 50% peserta yaitu ibu hamil memiliki pengetahuan kategori Baik terhadap manfaat dari penggunaan vitamin pada masa kehamilan, sedangkan 40% peserta yaitu ibu hamil masuk kategori Cukup terkait pengetahuan tentang manfaat penggunaan vitamin pada masa kehamilan, dan 10% peserta yaitu ibu hamil masuk kategori Kurang dalam memahami manfaat dari penggunaan vitamin pada masa kehamilan.

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil

No	Kategori	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1.	Kurang	3	10,00
2.	Cukup	12	40,00
3.	Baik	15	50,00
Jumlah		30	100,00

Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Desa Karang Asih, khususnya di Posyandu Merpati 11, difokuskan pada upaya preventif melalui sosialisasi penggunaan vitamin bagi ibu hamil. Berdasarkan data yang disajikan pada Tabel 1, hasil evaluasi menunjukkan dampak positif di mana 50% responden memiliki pengetahuan kategori "Baik" dan 40% responden berada pada kategori "Cukup".

Angka akumulatif 90% pada kategori Baik dan Cukup ini mengindikasikan bahwa intervensi berupa sosialisasi lisan yang didukung dengan media informasi mampu diterima dengan efektif oleh para peserta. Pengetahuan merupakan domain yang sangat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

penting dalam membentuk tindakan seseorang. Dalam konteks kefarmasian, pengetahuan ibu hamil mengenai mikronutrien bukan sekadar menghafal nama vitamin, melainkan memahami urgensi biologis dan cara penggunaan yang tepat.

Pemenuhan kebutuhan mikronutrien selama masa kehamilan merupakan pilar penting dalam mencegah berbagai komplikasi maternal dan neonatal. Pengetahuan ibu hamil yang tidak adekuat mengenai urgensi suplementasi, seperti asam folat dan zat besi, berkorelasi langsung dengan rendahnya tingkat kepatuhan konsumsi suplemen tersebut (Muldiana et al., 2023).



Gambar 1. Peserta Mengisi Absensi Sebelum Kegiatan Edukasi

Peningkatan pengetahuan ini menjadi fondasi utama dalam mengubah perilaku kesehatan (health behavior) di tingkat komunitas (Domínguez et al., 2023). Hasil ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa pemberian edukasi kesehatan secara terstruktur dan berkelanjutan terbukti signifikan dalam meningkatkan pemahaman serta literasi kesehatan masyarakat, khususnya pada kelompok rentan seperti ibu hamil (Dewi et al., 2023).



Gambar 2. Pemeriksaan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil

Selain itu tingginya persentase peserta dengan pengetahuan baik sejalan dengan temuan berbagai penelitian terkini. Pengetahuan yang baik mengenai suplemen mikronutrien pada ibu hamil merupakan faktor kunci dalam mendorong perilaku konsumsi yang tepat.



Gambar 3. Sesi Pengisian Kuisioner dan Sesi Tanya Jawab

Penelitian yang dilakukan oleh Imelda et al. (2023) dalam menyatakan bahwa sebagian besar ibu hamil, yakni sekitar 52%, masih menunjukkan perilaku kurang baik dalam mengonsumsi suplemen mikronutrien termasuk vitamin A dan B12, sehingga edukasi yang intensif sangat diperlukan untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi vitamin selama kehamilan. Dampak dari ketidakpatuhan ini tidak hanya memicu anemia defisiensi besi pada ibu, tetapi juga

meningkatkan risiko hulu terjadinya bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) serta hambatan pertumbuhan linear yang memicu stunting di kemudian hari (Fauzia; et al., 2024). Pengetahuan ibu hamil memegang peranan penting dalam menentukan perilaku kesehatan, termasuk kepatuhan dalam mengonsumsi vitamin salah satunya Tablet Tambah Darah (Pabidang; et al., 2026)



Gambar 4. Foto Bersama Tim dan Kader Posyandu

Rendahnya proporsi peserta dengan pengetahuan kurang (10%) pada kegiatan ini menunjukkan perlunya metode edukasi yang tepat guna meningkatkan pengetahuan ibu hamil. Hal ini didukung oleh penelitian Handayani et al. (2020) yang membuktikan bahwa pemberian edukasi pada ibu hamil secara signifikan meningkatkan tingkat pengetahuan peserta. Demikian pula studi (Ida & Afriani, 2021) menunjukkan bahwa edukasi terstruktur pada ibu hamil mampu meningkatkan kemampuan deteksi dini dan pemahaman tentang kesehatan kehamilan secara bermakna.



Gambar 5. Media Edukasi Sisi Depan

Dengan demikian, kegiatan ini dinilai berhasil dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang penggunaan vitamin selama kehamilan. Mayoritas peserta (90%) berada pada kategori pengetahuan baik dan cukup. Diperlukan tindak lanjut berupa edukasi dengan metode yang tepat serta pendampingan dan pemantauan berkala dalam perilaku konsumsi vitamin yang tepat dan konsisten, sebagaimana direkomendasikan oleh Kemenkes RI (2020) dalam pedoman pelayanan antenatal. Oleh karena itu, intervensi berupa edukasi kesehatan secara terstruktur dan tatap muka langsung terbukti menjadi strategi yang paling efektif dalam mengubah persepsi, meningkatkan pengetahuan, dan mendorong kepatuhan ibu hamil secara signifikan dalam pemanfaatan vitamin kehamilan (Novianti, 2024).

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil di Desa Karang Asih mengenai penggunaan vitamin selama masa kehamilan berada pada kategori cukup baik. Berdasarkan hasil evaluasi diperoleh 50% peserta yaitu ibu hamil memiliki pengetahuan baik, 40% peserta yaitu ibu hamil dengan kategori cukup, dan hanya 10% peserta ibu hamil yang memiliki pengetahuan kurang.

Saran

Saran yang dapat diberikan adalah Kader Posyandu perlu merancang intervensi edukasi

yang tepat kepada ibu hamil, khususnya mengenai pentingnya konsumsi suplemen vitamin sesuai anjuran dan perlu dilakukan pemantauan kepatuhan konsumsi vitamin secara rutin melalui kunjungan *Antenatal Care* (ANC) agar pengetahuan yang telah diperoleh dapat diterapkan dalam perilaku nyata.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada seluruh kader Posyandu dan bidan desa yang telah memberikan dukungan, membantu proses pelaksanaan kegiatan, serta berperan aktif dalam mengoordinasikan peserta sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar dan mencapai tujuan yang diharapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Profil Kesehatan Kabupaten Bekasi Tahun 2022 (2023). Dinas Kesehatan Kabupaten Bekasi.
- Dewi, M. S., Sumiyati, & Dinar, P. E. (2023). Sosialisasi Pencegahan Stunting di Kampung Sempu Kramat. *Jurnal Abdimas Mulawarman*, 3(2), 16–20.
- Domínguez, L., Fernández-Ruiz, V., & Cámara, M. (2023). Micronutrients in Food Supplements for Pregnant Women: European Health Claims Assessment. *Nutrients*, 15(21). <https://doi.org/10.3390/nu15214592>
- Fauzia, V. N., Sutrisminah, E., & Meiranny, A. (2024). Hubungan Anemia pada Ibu Hamil dengan Kejadian BBLR Literature Review. *Media Publikasi Promosi*, 7(4), 795–804. <https://doi.org/https://doi.org/10.56338/mppki.v7i4.4738>
- Handayani, L., Nurhesti, A., Wijaya, C. S., Maelan, R., & Jamko, M. (2020). Pengaruh Penyuluhan Kelas Ibu Hamil Terhadap Tingkat Pengetahuan Masyarakat Di Wilayah Kerja Puskesmas Syegan Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, XIII(II), 103–108. <https://doi.org/10.48144/jiks.v13i2.257>
- Ida, A. S., & Afriani. (2021). Pengaruh Edukasi Kelas Ibu Hamil Terhadap Kemampuan Dalam Deteksi Dini Komplikasi Kehamilan. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(2), 345–350.
- Imelda, S., Widiasih, R., & Susanti, R. D. (2023). Perilaku Ibu Hamil dalam Mengonsumsi Suplemen Mikronutrien. In *Jurnal Keperawatan* (Vol. 8, Issue 1, pp. 84–95). <https://doi.org/10.32668/jkep.v8i1.1191>
- Lujuk, H., Sinaga, C. R., & Erwina, W. (2023). Profil Farmakoepidemiologi Suplemen Penambah Darah dan Pengukuran Kualitas Hidup pada Ibu Hamil di UPT Puskesmas Kecamatan Kongbeng Kabupaten Kutai Timur. *Jurnal Farmasi Komunitas*, 10(2), 170–176. <https://doi.org/10.20473/jfk.v10i2.49112>
- Muldiana, D., Hilmi, I. L., & Karawang, U. S. (2023). Review Article :Implikasi Suplemen Asam Folat Prenatal terhadap Risiko ASD (Autism Spectrum Disorder) pada Keturunannya. *Journal of Pharmaceutical and Sciences*, 6(2), 575–585. <https://doi.org/https://doi.org/10.36490/journal-jps.com.v6i2.45>
- Novianti, S. (2024). Faktor-Faktor Perilaku yang Mempengaruhi Konsumsi Tablet Fe dan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya. *Jurnal Kesehatan Dan Kebidanan Nusantara*, 2, 1–5. <https://doi.org/https://doi.org/10.69688/jkn.v2i1.79>
- Pabidang, S., Merida, Y., & Fitri Rahayu. (2026). Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tablet Tambah Darah di Posyandu ILP Bangkinang. *Jurnal Medika Mengabdi*, 02(02), 85–94. https://doi.org/https://doi.org/10.59981/s_g2djk57
- Sari, M. (2022). Pengaruh Edukasi Pada Ibu Hamil Dalam Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Medika Hutama*, 03(02), 2186–2192.

Shaleha, R. R., Iskandar, R. D. P., Angelica, M. U., & Pratama, A. W. (2023). Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Melalui Edukasi Tentang Pentingnya Konsumsi Suplemen dan Vitamin untuk

Kesehatan Janin. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(4), 1416.
<https://doi.org/10.20527/btjpm.v5i4.9294>