HJK HOLISTIK JURNAL KESEHATAN
ISSN 1978-3337 (Print)
ISSN 2620-7478 (Online)
DOI: 10.33024

Nomor: 79/E/KPT/2023

INFORMASI ARTIKEL
Received: June, 03, 2026
Revised: July, 22, 2026
Available online: July, 25, 2026
at: https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk

# Efektivitas edukasi kesehatan anemia berbasis kearifan lokal terhadap peningkatan pola konsumsi gizi pada ibu hamil

**Asri Aprilia Rohman*, Nina Rosdiana, Ade Sity Riyantina, Yoga Ginanjar, Irfan Permana**

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Galuh
Korespondensi penulis: Asri Aprilia Rohman. *Email: asri_aprilia_rohman@unigal.ac.id

**Abstract**

**Background:** Anemia in pregnant women remains a major public health problem in Indonesia and contributes to adverse maternal and fetal outcomes. Inadequate dietary consumption is one of the key factors associated with maternal anemia. Local wisdom–based health education is considered a promising approach to improve dietary behavior through culturally acceptable interventions
**Purpose:** To examine the effectiveness of local wisdom based anemia health education on improving dietary consumption patterns among pregnant women.
**Method:** A quantitative study with a pretest–posttest control group design was conducted in November 2025 at the Rancah Community Health Center in Ciamis Regency. The sampling technique used was purposive sampling, with a sample size of 106 participants divided into an intervention group and a control group. The independent variable in this study was anemia health education based on local wisdom, while the dependent variable was improvements in nutritional intake patterns among pregnant women. Data analysis included univariate analysis in the form of frequency distributions and bivariate analysis using the Wilcoxon and Chi-Square tests.
**Results:** The average dietary pattern score in the intervention group increased from 0.26 ± 0.44 at the pre-test to 0.68 ± 1.00 at the post-test. The control group also showed an increase, albeit a smaller one, from 0.23 ± 0.42 to 0.36 ± 0.48. Statistical analysis revealed a p-value of 0.001, indicating that health education based on local wisdom has a significant effect on improving the nutritional intake patterns of pregnant women.
**Conclusion:** Local wisdom–based anemia health education is effective in improving dietary consumption patterns among pregnant women and should be integrated into anemia prevention programs in primary healthcare settings.

**Keywords: Dietary Consumption; Health Education; Local Wisdom; Maternal Anemia.**

## PENDAHULUAN

Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang berdampak serius terhadap keselamatan ibu dan kualitas generasi yang dilahirkan. Anemia selama kehamilan berhubungan dengan meningkatnya risiko perdarahan, persalinan prematur, berat badan lahir rendah, serta kematian ibu dan bayi, terutama di negara berkembang (World Health Organization, 2021). Anemia maternal juga berkontribusi terhadap gangguan pertumbuhan janin dan peningkatan risiko stunting pada anak (Black, Victoria, Walker, Bhutta, Christian, De Onis, & Uauy, 2013). Anemia pada ibu hamil di Indonesia masih menunjukkan prevalensi yang tinggi. Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 mencatat prevalensi anemia ibu hamil sebesar 27.7%, yang menunjukkan bahwa masalah ini masih menjadi tantangan besar dalam upaya peningkatan kesehatan ibu dan anak (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Pemerintah telah menetapkan berbagai kebijakan, termasuk pemberian tablet tambah darah dan pedoman gizi seimbang bagi ibu hamil, namun efektivitas program tersebut sangat dipengaruhi oleh pola konsumsi dan perilaku gizi ibu hamil (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i5.3449

Kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah serta pemilihan makanan yang kaya zat besi, protein, asam folat, dan vitamin C masih menjadi tantangan di masyarakat. Faktor pengetahuan, kebiasaan makan, budaya, serta ketersediaan pangan lokal turut memengaruhi perilaku konsumsi gizi selama kehamilan (Putri & Budiman, 2025). Solusi mengatasi masalah ini diperlukan strategi edukasi yang tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga mengintegrasikan kearifan lokal agar pesan kesehatan lebih mudah diterima, dipahami, dan diterapkan oleh ibu hamil dalam kehidupan sehari-hari, sehingga upaya pencegahan anemia dapat berjalan lebih optima (Rina, Anisa, Damayanti, & Yusiana, 2025).

Kabupaten Ciamis masih menghadapi permasalahan anemia ibu hamil, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Rancah menunjukkan jumlah kasus anemia ibu hamil yang relatif tinggi. Kondisi ini berkaitan dengan karakteristik wilayah perdesaan, keterbatasan akses informasi kesehatan, serta pola konsumsi gizi ibu hamil yang belum optimal (Dinas Kesehatan Kabupaten Ciamis, 2022). Rendahnya kualitas pola konsumsi gizi ibu hamil tidak hanya dipengaruhi oleh faktor ekonomi, tetapi juga oleh kebiasaan makan, pantangan budaya, serta kurangnya edukasi gizi yang kontekstual (Sari, Sinaga, Sinuhaji, & Marliani, 2025). Edukasi kesehatan yang tidak mempertimbangkan kearifan lokal cenderung kurang efektif dalam mendorong perubahan perilaku gizi. Pendekatan berbasis kearifan lokal memungkinkan pemanfaatan bahan pangan lokal yang mudah diakses, terjangkau, dan sesuai dengan budaya masyarakat setempat (Oktaviani, Purqoti, & Syamdarniati, 2021).

Penerapan edukasi kesehatan berbasis kearifan lokal tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong perubahan perilaku konsumsi gizi karena materi yang disampaikan lebih dekat dengan kehidupan sehari-hari ibu hamil (Jauhari, Ardian, Isasih, & Fajriani, 2025). Pemanfaatan bahan pangan lokal yang kaya zat besi dan protein, seperti sayuran hijau, kacang-kacangan, ikan, telur, maupun sumber pangan khas daerah, memberikan alternatif yang lebih mudah diperoleh dan terjangkau dibandingkan pangan olahan atau suplemen semata (Nasaru & Nasaru, 2025). Pendekatan ini juga dapat mengurangi hambatan budaya dan meningkatkan penerimaan masyarakat terhadap pesan kesehatan, sehingga ibu hamil lebih termotivasi untuk menerapkan pola makan bergizi seimbang sebagai upaya pencegahan anemia selama kehamilan (Haninggar & Anwar, 2025).

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan strategi edukasi kesehatan yang lebih kontekstual dan berkelanjutan untuk meningkatkan pola konsumsi gizi ibu hamil. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas edukasi kesehatan anemia berbasis kearifan lokal terhadap peningkatan pola konsumsi gizi pada ibu hamil.

## METODE

Penelitian kuantitatif dengan desain *pretest–posttest control group*, dilaksanakan bulan November 2025 di Puskesmas Rancah, Kabupaten Ciamis. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel yang digunakan sebanyak 126 partisipan yang terbagi kedalam kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Variabel independent dalam penelitian ini adalah edukasi kesehatan anemia berbasis kearifan lokal, sedangkan variabel dependen adalah peningkatan pola konsumsi gizi pada ibu hamil.

Kriteria inklusi mencakup ibu hamil trimester II atau III dan memiliki kadar Hb <11 g/dL (anemia ringan–sedang) berdasarkan pemeriksaan tenaga kesehatan. Kriteria eksklusi meliputi menderita penyakit kronis seperti talasemia, gagal ginjal kronis, atau penyakit darah lain yang memengaruhi kadar Hb dan mengalami komplikasi obstetri berat.

Penelitian diawali dengan pelaksanaan *pretest* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol untuk mengukur pola konsumsi gizi ibu hamil sebelum perlakuan. Kelompok intervensi kemudian diberikan edukasi kesehatan anemia berbasis kearifan lokal melalui penyuluhan interaktif, diskusi, dan *leaflet* yang berisi informasi mengenai pemanfaatan bahan pangan lokal yang kaya zat besi dan protein sebagai upaya pencegahan anemia selama kehamilan. Kelompok kontrol memperoleh edukasi kesehatan rutin yang diberikan oleh petugas kesehatan sesuai standar pelayanan antenatal. Dua minggu setelah intervensi, seluruh partisipan mengikuti *posttest* menggunakan instrumen yang sama untuk mengevaluasi perubahan pola konsumsi gizi setelah pemberian edukasi. Analisis data yang digunakan univariate dalam bentuk distribusi frekuensi dan bivariate menggunakan uji *Wilcoxon*.

**Asri Aprilia Rohman*, Nina Rosdiana, Ade Sity Riyantina, Yoga Ginanjar, Irfan Permana**

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Galuh
Korespondensi penulis: Asri Aprilia Rohman. *Email: asri_aprilia_rohman@unigal.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i5.3449

## HASIL

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Partisipan (N=126)**

| Variabel | Hasil |
|---|---|
| **Umur (n/%) (Mean ±SD) (Rentang)(Tahun)** | (33.618±10.453)(20-35) |
| <20 | 12/9.5 |
| 20-35 | 95/75.4 |
| >35 | 19/15.1 |
| | |
| **Pendidikan (n/%)** | |
| SD | 18/14.3 |
| SMP | 35/27.8 |
| SMA | 57/45.3 |
| Diploma | 8/6.3 |
| Sarjana | 8/6.3 |

Tabel 2. menunjukkan karakteristik partisipan dengan usia rata-rata dan standar deviasi (33.618±10.453) pada rentang usia 20-35 tahun dan menamatkan pendidikan pada tingkat SMA sebanyak 57 partisipan (45.3%).

**Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon**

| Pola Makan | (Mean ± SD) | | p-value | Z |
|---|---|---|---|---|
| | Intervensi (n=63) | Kontrol (n=63) | | |
| Pre-test | 0.26 ± 0.44 | 0.23 ± 0.42 | 0.001 | -487 |
| Post-test | 0.68 ± 1.00 | 0.36 ± 0.48 | | |

Tabel 2. menunjukkan rata-rata skor pola makan pada kelompok intervensi meningkat dari 0.26±0.44 saat *pre-test* menjadi 0.68±1.00 pada *post-test*. Kelompok kontrol juga mengalami peningkatan, namun lebih kecil, yaitu dari 0.23±0.42 menjadi 0.36±0.48. Hasil uji statistik menunjukkan p=0.001, yang menandakan edukasi kesehatan berbasis kearifan lokal berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pola konsumsi gizi ibu hamil. Nilai Z yang negatif menunjukkan adanya peningkatan skor dari *pretes*t ke *posttest* setelah intervensi.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, sebagian besar ibu hamil pada kedua kelompok memiliki pola konsumsi gizi yang kurang baik. Temuan ini sejalan dengan laporan WHO yang menyebutkan bahwa ketidakcukupan asupan zat besi dan mikronutrien masih menjadi masalah umum pada ibu hamil di negara berkembang (Wathon, 2025). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa ibu hamil masih menghadapi berbagai hambatan dalam memenuhi kebutuhan gizi selama kehamilan, baik yang berkaitan dengan keterbatasan pengetahuan, kebiasaan makan, maupun pemilihan jenis pangan yang dikonsumsi. Asupan zat besi, protein, asam folat, dan vitamin C yang belum optimal berpotensi meningkatkan risiko anemia serta berdampak pada kesehatan ibu dan pertumbuhan janin (Gandhi, Suryantara, & Ernawati, 2026). Edukasi yang disampaikan dengan pendekatan yang sesuai dengan karakteristik dan budaya masyarakat diharapkan lebih mudah diterima sehingga dapat meningkatkan kepatuhan ibu hamil dalam menerapkan pola makan bergizi seimbang (Wulandari, Siwi, Retnaningtyas, Mukarromah, & Lende, 2023).

Setelah diberikan edukasi kesehatan berbasis kearifan lokal, kelompok intervensi menunjukkan peningkatan pola konsumsi gizi yang signifikan. Edukasi yang disampaikan dengan pendekatan budaya dan

**Asri Aprilia Rohman*, Nina Rosdiana, Ade Sity Riyantina, Yoga Ginanjar, Irfan Permana**

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Galuh
Korespondensi penulis: Asri Aprilia Rohman. *Email: asri_aprilia_rohman@unigal.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i5.3449

memanfaatkan pangan lokal terbukti lebih mudah diterima dan diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari (Permatasari, Wardita, Kurniati, & Puspitasari, 2025). Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa integrasi kearifan lokal dalam edukasi kesehatan mampu mendorong perubahan perilaku konsumsi gizi ibu hamil secara lebih efektif dibandingkan edukasi konvensional. Penggunaan contoh bahan pangan lokal yang mudah diperoleh, terjangkau, dan telah dikenal oleh masyarakat membuat ibu hamil lebih mudah memahami serta menerapkan anjuran gizi dalam kehidupan sehari-hari (Triharini, Armini, Pradanie, Rifai, & Muniroh, 2025). Penyampaian materi yang disesuaikan dengan nilai budaya dan kebiasaan masyarakat meningkatkan penerimaan terhadap pesan kesehatan, sehingga ibu hamil lebih termotivasi untuk mengonsumsi makanan bergizi seimbang sebagai upaya pencegahan anemia selama kehamilan (Sukmawati & Nurhakim, 2019).

Kelompok kontrol hanya menunjukkan peningkatan yang tidak signifikan, yang mengindikasikan bahwa edukasi rutin tanpa pendekatan kontekstual kurang efektif dalam mendorong perubahan perilaku gizi. Temuan ini memperkuat pentingnya inovasi edukasi kesehatan yang berbasis budaya lokal sebagai strategi pencegahan anemia ibu hamil (Patriani & Sinulingga, 2024). Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian informasi melalui edukasi rutin saja belum cukup untuk mengubah perilaku konsumsi gizi ibu hamil secara optimal. Perubahan perilaku memerlukan pendekatan yang relevan dengan kondisi sosial, budaya, dan kebiasaan masyarakat, sehingga pesan kesehatan lebih mudah dipahami dan diterapkan (Widyaningsih, 2023).

## SIMPULAN

Edukasi kesehatan anemia berbasis kearifan lokal terbukti efektif dalam meningkatkan pola konsumsi gizi ibu hamil. Pendekatan ini direkomendasikan untuk diintegrasikan dalam pelayanan *antenatal care* sebagai strategi promotif dan preventif pencegahan anemia. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji dampak jangka panjang intervensi terhadap kadar hemoglobin dan luaran kehamilan.

## DAFTAR PUSTAKA

Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., De Onis, M., & Uauy, R. (2013). Maternal And Child Undernutrition And Overweight In Low-Income And Middle-Income Countries. The Lancet, 382(9890), 427-451.

Dinas Kesehatan Kabupaten Ciamis. (2022) *Laporan Status Gizi Ibu Hamil Di Kabupaten Ciamis Tahun 2022*. Ciamis: diakses dari: https://situ.ciamiskab.go.id/storage/informasis/April2024/GWzsDWfst43Cvpnn92HN.pdf

Gandhi, D. W., Suryantara, B., & Ernawati, E. (2026). Pemberdayaan Keluarga Dan Kader Dalam Pencegahan Anemia Ibu Hamil Di Taliabu. Jurnal Medika: Medika, 5(1), 506-519.

Haninggar, R. D., & Anwar, Y. (2025). Intervensi Edukasi Berbasis Media Booklet Anemia Dilengkapi "Stiker Isi Piringku" Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil. Jurnal Kesehatan Marendeng, 9(3), 296-307.

Jauhari, M. T., Ardian, J., Isasih, W. D., & Fajriani, L. N. (2025). Edukasi Gizi Berbasis Pangan Lokal Dalam Meningkatkan Pengetahuan Serta Asupan Gizi Ibu Hamil Di Desa Kekait, Gunungsari, Lombok Barat. IMPARSIAL: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat, 2(2), 46-52.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021). *Pedoman Gizi Seimbang Untuk Ibu Hamil*. Diakses dari: https://repository.kemkes.go.id/book/879

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Laporan Nasional Survei Kesehatan Indonesia*. Diakses dari: https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/

Nasaru, J., & Nasaru, P. V. O. (2025). Pemberdayaan Kader Posyandu Dalam Meningkatkan Pengetahuan Gizi Seimbang Bagi Balita Dan Ibu Hamil Di Wilayah Pesisir Desa Dudepo Kec. Anggrek. Jurnal PPPKMI, 4(1), 1-10.

Oktaviani, E., Purqoti, D. N., & Syamdarniati, S. (2021). Edukasi Pada Ibu Hamil Untuk Mencegah Anemia. Jurnal Empathy Pengabdian Kepada Masyarakat, 69-74.

**Asri Aprilia Rohman*, Nina Rosdiana, Ade Sity Riyantina, Yoga Ginanjar, Irfan Permana**

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Galuh
Korespondensi penulis: Asri Aprilia Rohman. *Email: asri_aprilia_rohman@unigal.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i5.3449

Patriani, S., & Sinulingga, S. (2024). Pemanfaatan Pangan Berbasis Kearifan Lokal Dalam Upaya Pencegahan Anemia Defisiensi Besi Pada Ibu Hamil Di BPM Muzilatulnisma Kota Jambi. Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK), 6(3), 456-461.

Permatasari, D., Wardita, Y., Kurniati, E. M., & Puspitasari, D. I. (2025). Optimasi Pemanfaatan Sumber Daya Lokal Dalam Pengembangan Makanan Bergizi Untuk Ibu Hamil Sebagai Strategi Pencegahan Anemia Dan Stunting. RENATA: Jurnal Pengabdian Masyarakat Kita Semua, 3(3), 465-472.

Putri, F. A., & Budiman, M. A. (2025). Keterkaitan Antara Pendidikan Dan Indeks Pembangunan Manusia Tahun 2020-2023 Di Indonesia. Bharanomics, 5(2), 81-87.

Rina Mardiyana, S. S. T., Kes, B. M., Anisa, N., Keb, S. T., Keb, M., Damayanti, D. S., & Yusiana, M. A. (2025). Health Care" Growth And Development For Infant And Early Childhood". Nuansa Fajar Cemerlang.

Sari, F., Sinaga, R., Sinuhaji, L. N. B., & Marliani, M. (2025). Peningkatan Kesadaran Melalui Pendekatan Edukasi Dalam Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Di Praktik Bidan Eka Kota Medan Tahun 2024. Jurnal Pengabdian Kolaborasi Dan Inovasi Ipteks, 3(1), 253-258.

Sukmawati, S., & Nurhakim, F. (2019). Pengaruh Edukasi Pencegahan Dan Penanganan Anemia Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil. Jurnal Keperawatan BSI, 7(1), 42-7.

Triharini, M., Armini, N. K. A., Pradanie, R., Rifai, A., & Muniroh, L. (2025). Mencegah Anemia Pada Ibu Hamil-Membangun Persepsi Positif Merawat Kehamilan Melalui Gizi Seimbang. Airlangga University Press.

Wathon, A. (2025). Edukasi Gizi Seimbang: Pencegahan Stunting Dan Peningkatan Kesehatan Ibu Hamil Di Banaran. Nafi': Jurnal Pengabdian Masyarakat, 2(2), 216-238.

Widiyaningsih, E. N. (2023). Narrative Riview Efektivitas Edukasi Tentang Anemia Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Yang Anemia. Jurnal Kesehatan, 16(1), 82-96.

World Health Organization. (2021). *Maternal Health And Nutrition: Global Strategies For Prevention*. Diakses dari: https://humanjourney.us/health/global-health/maternal-and-child-health/

Wulandari, A., Siwi, R. P. Y., Retnaningtyas, E., Mukarromah, A., & Lende, F. K. (2023). Edukasi Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil. Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia, 2(4), 11-14.

**Asri Aprilia Rohman*, Nina Rosdiana, Ade Sity Riyantina, Yoga Ginanjar, Irfan Permana**

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Galuh
Korespondensi penulis: Asri Aprilia Rohman. *Email: asri_aprilia_rohman@unigal.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i5.3449