

## Meningkatkan Pemahaman Ibu Hamil tentang Risiko dan Pencegahan BBLR melalui Edukasi Berbasis Komunitas

Utari Ariyanti<sup>1\*</sup>, Selvia Yolanda Dalimunthe<sup>2</sup>, Yessica Hotmaida Tarihoran<sup>3</sup>  
Universitas Wirahusada Medan<sup>1,2,3</sup>

\*Email Korespondensi: [utari.ariyanti93@gmail.com](mailto:utari.ariyanti93@gmail.com)

### INFO ARTIKEL

#### *Histori Artikel:*

Diterima 07-07-2025  
Disetujui 13-07-2025  
Diterbitkan 15-07-2025

#### *Katakunci:*

BBLR;  
Edukasi Komunitas;  
Ibu Hamil;  
Literasi Kesehatan;  
Pencegahan

### ABSTRAK

Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) merupakan salah satu indikator penting kesehatan neonatal yang masih menjadi masalah di Indonesia. Rendahnya pengetahuan ibu hamil tentang faktor risiko dan pencegahan BBLR menjadi penyebab tingginya prevalensi kasus ini. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil melalui pendekatan edukasi berbasis komunitas. Kegiatan dilaksanakan pada Mei 2025 di Puskesmas Medan Sunggal dengan melibatkan 24 ibu hamil sebagai peserta. Metode pelaksanaan meliputi ceramah interaktif, diskusi kelompok kecil, dan simulasi, dengan media pendukung berupa leaflet dan poster visual. Hasil pre-test menunjukkan bahwa mayoritas peserta memiliki tingkat pengetahuan rendah. Namun setelah edukasi, terjadi peningkatan signifikan pada hasil post-test, di mana 79% peserta menjawab benar lebih dari 75% pertanyaan. Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan juga membangun motivasi dan keterlibatan aktif peserta dalam menjaga kesehatan kehamilan. Edukasi berbasis komunitas terbukti efektif sebagai strategi promotif yang relevan untuk meningkatkan kesadaran dan perilaku preventif ibu hamil terhadap risiko BBLR. Keberhasilan kegiatan ini menunjukkan pentingnya penguatan edukasi kesehatan ibu di tingkat komunitas secara berkelanjutan.

#### **Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:**

Ariyanti, U., Dalimunthe, S. Y. ., & Tarihoran, Y. H. . (2025). Meningkatkan Pemahaman Ibu Hamil tentang Risiko dan Pencegahan BBLR melalui Edukasi Berbasis Komunitas. *Jurnal Ragam Pengabdian*, 2(2), 314-319. <https://doi.org/10.62710/bn1sgd35>

## **PENDAHULUAN**

Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), didefinisikan sebagai berat lahir kurang dari 2.500 gram tanpa memandang usia kehamilan, masih menjadi salah satu indikator penting dalam menilai status kesehatan ibu dan bayi di Indonesia. Angka kejadian BBLR di Indonesia masih tergolong tinggi dan menjadi kontributor utama terhadap kematian neonatal, morbiditas jangka panjang, serta tumbuh kembang anak yang tidak optimal (Azizah et al., 2024; Kusuma et al., 2022). BBLR erat kaitannya dengan masalah gizi ibu selama kehamilan, status kesehatan, serta kualitas pelayanan antenatal yang diterima. Pemahaman ibu hamil tentang risiko dan pencegahan BBLR sangat penting untuk ditegakkan sejak dini (Puspitaningrum, 2018).

Berbagai studi menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang faktor risiko BBLR masih rendah, terutama di daerah dengan akses pendidikan dan pelayanan kesehatan yang terbatas (Hajri et al., 2025; Ronald & Sanggul, 2024; Suryantara et al., 2025). Menurut studi oleh Adhistry et al. (2025), rendahnya literasi kesehatan ibu hamil berdampak pada keterlambatan deteksi dini komplikasi kehamilan yang dapat memicu BBLR. Hal ini diperparah dengan minimnya edukasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan selama pemeriksaan antenatal rutin, serta budaya yang kurang mendukung keterbukaan informasi mengenai kesehatan ibu dan janin.

Faktor penyebab BBLR sangat kompleks, mulai dari faktor maternal seperti anemia, hipertensi, infeksi, hingga kebiasaan merokok atau konsumsi alkohol selama kehamilan. Faktor sosial ekonomi dan lingkungan turut berperan besar, seperti asupan makanan yang tidak adekuat, kehamilan di usia remaja, serta jarak kehamilan yang terlalu dekat (Susila et al., 2025). Intervensi yang bersifat preventif dan promotif melalui pendidikan kesehatan berbasis komunitas menjadi pendekatan yang efektif dan berkelanjutan (Trigunarso & Muslim, 2025).

Edukasi berbasis komunitas merupakan strategi yang melibatkan masyarakat secara aktif dalam upaya peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku kesehatan. Program ini terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil terhadap risiko kehamilan dan upaya pencegahannya, karena disampaikan dalam bahasa dan konteks lokal yang mudah dipahami (Laksono et al., 2025). Edukasi yang dilakukan di komunitas mendorong partisipasi sosial yang lebih kuat, seperti keterlibatan kader posyandu, tokoh masyarakat, dan keluarga dalam mendukung ibu hamil (Maulani & Yulianingsih, 2025).

Berbagai model intervensi edukasi berbasis komunitas, seperti pendekatan peer education, diskusi kelompok terfokus (FGD), dan konseling individu, telah diterapkan di beberapa wilayah dan menunjukkan hasil yang menjanjikan dalam meningkatkan perilaku ibu hamil menuju kehamilan yang sehat (Kristiani et al., 2025). Studi oleh Novitarum et al. (2023) menunjukkan bahwa edukasi yang dilakukan oleh kader terlatih secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil terhadap asupan gizi, pemeriksaan kehamilan, serta istirahat yang cukup.

Pentingnya edukasi tidak hanya terletak pada transfer informasi, tetapi juga pada pembentukan sikap dan peningkatan keterampilan ibu hamil dalam mengidentifikasi tanda bahaya kehamilan, memahami pentingnya pola makan seimbang, menjaga kebersihan diri, serta mematuhi jadwal pemeriksaan kehamilan secara teratur. Peningkatan kapasitas ini akan berdampak positif terhadap kondisi kehamilan dan mencegah terjadinya BBLR secara langsung maupun tidak langsung (Ristiani & Riza, 2023). Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang risiko dan pencegahan BBLR melalui edukasi yang dilakukan secara langsung di komunitas, dengan pendekatan partisipatif.

## **METODE PELAKSANAAN**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Puskesmas Medan Sunggal pada bulan Mei 2025. Sasaran kegiatan adalah ibu hamil yang berada di wilayah kerja Puskesmas dan rutin mengikuti layanan antenatal care (ANC). Sebanyak 24 peserta yang terdiri dari ibu hamil dengan usia kehamilan trimester I hingga trimester III diundang untuk mengikuti kegiatan edukasi secara langsung. Peserta dipilih secara purposive dengan bantuan dari bidan koordinator dan kader posyandu yang memiliki data lengkap mengenai ibu hamil di wilayah tersebut. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai risiko dan pencegahan BBLR melalui pendekatan edukasi berbasis komunitas yang interaktif dan aplikatif.

Metode pelaksanaan kegiatan terdiri dari beberapa tahap, yaitu: (1) persiapan materi dan media edukasi, (2) pelaksanaan edukasi, dan (3) evaluasi pemahaman peserta. Materi edukasi mencakup informasi mengenai definisi dan penyebab BBLR, faktor risiko selama kehamilan, pentingnya asupan nutrisi yang seimbang, deteksi dini komplikasi kehamilan, serta upaya pencegahan yang dapat dilakukan secara mandiri maupun dengan dukungan keluarga. Media yang digunakan meliputi leaflet, poster, dan tayangan visual melalui LCD proyektor. Kegiatan dilaksanakan secara tatap muka dengan metode ceramah interaktif, tanya jawab, diskusi kelompok kecil, dan simulasi. Para peserta juga diberikan kesempatan untuk berbagi pengalaman kehamilan mereka, sehingga kegiatan bersifat partisipatif dan tidak satu arah.

Untuk mengukur efektivitas kegiatan, dilakukan pre-test dan post-test menggunakan kuesioner yang telah disesuaikan dengan tingkat pemahaman ibu hamil. Pengisian kuesioner dilakukan sebelum dan sesudah edukasi, dengan fokus pada pengetahuan tentang BBLR dan tindakan pencegahan yang tepat. Selain itu, dilakukan observasi partisipatif oleh tim pengabdian guna melihat keterlibatan peserta selama kegiatan berlangsung. Data yang diperoleh dari hasil pre-post test kemudian dianalisis secara deskriptif untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta. Diharapkan melalui metode ini, kegiatan edukasi tidak hanya meningkatkan pengetahuan ibu hamil, tetapi juga membentuk sikap dan perilaku preventif terhadap risiko BBLR secara berkelanjutan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan edukasi yang dilaksanakan di Puskesmas Medan Sunggal pada Mei 2025 diikuti oleh 24 orang ibu hamil dengan antusiasme yang tinggi. Dari hasil pengisian pre-test, diketahui bahwa sebagian besar peserta memiliki pemahaman yang rendah mengenai definisi BBLR, faktor risikonya, serta upaya pencegahan yang dapat dilakukan. Hanya sekitar 25% peserta yang mampu menjawab dengan benar lebih dari 50% pertanyaan yang diberikan sebelum sesi edukasi dimulai. Hal ini mengindikasikan masih rendahnya literasi kesehatan terkait BBLR di kalangan ibu hamil, terutama yang berada di wilayah urban pinggiran dengan akses informasi terbatas.

Setelah pelaksanaan sesi edukasi interaktif, dilakukan post-test menggunakan kuesioner yang sama. Hasilnya menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta. Sebanyak 79% peserta berhasil menjawab lebih dari 75% soal dengan benar. Rata-rata skor pre-test peserta adalah 46,2, meningkat menjadi 82,8 pada post-test. Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode edukasi berbasis komunitas dengan pendekatan ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi mampu meningkatkan pemahaman ibu hamil secara signifikan dalam waktu singkat. Hasil ini sejalan dengan temuan Tarwiyah dan Faridi (2024)

yang menyatakan bahwa edukasi komunitas dapat meningkatkan literasi kesehatan ibu hamil secara signifikan dalam konteks pencegahan kehamilan risiko tinggi.

Partisipasi aktif peserta selama diskusi kelompok juga menunjukkan adanya keterlibatan emosional dan pengalaman pribadi yang dibagikan antar ibu hamil. Beberapa peserta mengaku baru mengetahui bahwa anemia selama kehamilan merupakan salah satu faktor risiko utama BBLR. Mereka juga menjadi lebih paham bahwa tidak hanya berat janin yang menjadi indikator risiko, tetapi juga perilaku ibu seperti konsumsi makanan, istirahat, dan frekuensi pemeriksaan kehamilan yang rutin. Ini mendukung hasil penelitian oleh Ariska (2023), yang menyebutkan bahwa pengetahuan yang baik akan mendorong ibu hamil untuk lebih patuh dalam menjalani anjuran medis.

Kegiatan ini juga berdampak pada motivasi peserta untuk lebih aktif menjaga kehamilan mereka. Hal ini ditunjukkan dari hasil diskusi evaluatif setelah kegiatan selesai, di mana 19 dari 24 peserta menyatakan keinginan untuk memperbaiki pola makan, menambah konsumsi tablet zat besi, dan lebih rutin melakukan pemeriksaan kehamilan. Sebagian peserta juga menyatakan minat untuk membagikan informasi yang diperoleh kepada anggota keluarga dan ibu hamil lain di sekitar mereka, yang menunjukkan efek berantai dari pendekatan edukasi komunitas (Aprina et al., 2025).

Adanya keterlibatan kader posyandu dan tenaga kesehatan dalam penyampaian materi terbukti efektif dalam membangun kepercayaan dan kenyamanan peserta. Kader sebagai perpanjangan tangan dari puskesmas memiliki kedekatan emosional dengan masyarakat, sehingga mampu menyampaikan pesan kesehatan dalam bahasa yang lebih sederhana dan kontekstual. Ini sesuai dengan teori komunikasi interpersonal dalam edukasi kesehatan, yang menyebutkan bahwa efektivitas edukasi sangat ditentukan oleh siapa yang menyampaikan pesan dan bagaimana metode penyampaiannya (Suherniati & Afifah, 2021).

Salah satu kendala yang ditemui selama kegiatan adalah waktu pelaksanaan yang terbatas, mengingat sebagian ibu hamil harus kembali ke rumah untuk mengurus anak atau pekerjaan rumah tangga. Namun, keterbatasan ini diatasi dengan membagi peserta ke dalam kelompok kecil dan memberikan waktu tanya jawab secara fleksibel. Pendekatan ini membuat peserta merasa lebih didengar dan dipahami, sehingga materi dapat tersampaikan secara optimal. Hal ini juga menunjukkan bahwa edukasi komunitas perlu dirancang dengan mempertimbangkan konteks sosial dan budaya masyarakat setempat.

Pembagian leaflet dan poster visual terbukti membantu peserta dalam mengingat materi yang disampaikan. Materi visual yang dilengkapi dengan gambar sederhana mengenai nutrisi ibu hamil, tanda bahaya kehamilan, dan cara mencegah BBLR sangat membantu peserta dengan latar belakang pendidikan dasar. Penelitian oleh Mones (2020) menyatakan bahwa materi visual mampu meningkatkan daya ingat peserta hingga 60% dibandingkan dengan metode ceramah saja. Oleh karena itu, media edukasi harus terus dikembangkan dan disesuaikan dengan karakteristik audiens.

Dampak jangka panjang dari kegiatan ini memang belum dapat dievaluasi secara menyeluruh karena keterbatasan waktu pelaksanaan. Namun, sebagai langkah awal, hasil yang diperoleh menunjukkan adanya potensi besar untuk menurunkan risiko BBLR melalui peningkatan pemahaman ibu hamil. Ke depan, diperlukan program lanjutan dalam bentuk pendampingan rutin, pelatihan kader, dan monitoring keberlanjutan perilaku ibu hamil yang telah diedukasi. Ini penting agar perubahan perilaku tidak bersifat sesaat, tetapi menjadi kebiasaan jangka panjang (Iswanto, 2021).



Gambar 1. Kegiatan sosialisasi

## KESIMPULAN

Kegiatan edukasi berbasis komunitas yang dilaksanakan di Puskesmas Medan Sunggal secara efektif meningkatkan pemahaman dan kesadaran ibu hamil mengenai risiko dan pencegahan BBLR. Peningkatan signifikan pada hasil post-test dan tingginya partisipasi aktif peserta menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif melalui diskusi dan media visual mampu mengubah pengetahuan menjadi perilaku positif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adhistry, W. A., Damayanti, R., Marisa, E., Ishak, I., Andini, S., & Juita, J. (2025). Health Literacy Level Ibu Hamil Usia Remaja dan Dewasa Awal di Kabupaten Majene. *Jurnal Delima Harapan*, 12(1), 34–39.
- Aprina, A., Bustami, A., & Astuti, T. (2025). Efektivitas Edukasi Gizi Komunitas untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu dan Kader dalam Pencegahan Tuberkulosis Anak. *SEGANTANG LADA: JURNAL PENGABDIAN KESEHATAN*, 3(1), 100–108.
- Ariska, B. (2023). Pengaruh Pengetahuan, Motivasi Ibu dan Peran Tenaga Kesehatan terhadap Perilaku Partisipasi Kehadiran Kelas Ibu Hamil di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Gantung Kabupaten Belitung Timur Tahun 2022. *Indonesia Journal Of Midwifery Sciences*, 2(3), 260–274.
- Azizah, N., Martini, N., Gumilang, L., Dhamayanti, M., & Judistiani, R. T. D. (2024). Hubungan Faktor Maternal dan Kejadian Bayi Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). *Journal of Midwifery Care*, 5(1), 117–124.
- Hajri, W. S., Sukurni, S., Afrini, I. M., Saida, S., & Sukmadi, A. (2025). Pencegahan Risiko Kelahiran Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) Melalui Skrining Status Nutrisi Ibu Hamil di Wilayah Pesisir Kendari. *Abdimas Galuh*, 7(1), 679–687.
- Iswanto, A. Y. (2021). Partisipasi Masyarakat dalam Penanggulangan Balita Stunting melalui Program Kegiatan Gizi Puskesmas Kutukan di Desa Kediren Kecamatan Randublatung Blora. *Skripsi, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang*.

- Kristiani, S. K. M., Arifin, S., & Adi Nugroho, S. K. M. (2025). *Dukungan dan Harapan: Kunci Pencegahan HIV-AIDS*. Uwais Inspirasi Indonesia.
- Kusuma, M. A., Setiawati, D., & Haruna, N. (2022). Hubungan Tingkat Preeklamsia dengan Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah (Bblr) di RSIA Sitti Khadijah 1 Muhammadiyah Cabang Makassar Periode Januari-Desember 2018. *Jurnal Impresi Indonesia*, 1(7), 726–739.
- Laksono, R. D., Aisyah, E. S., Rosyana, A., & Triwardhani, I. J. (2025). Strategi Edukasi Gizi Berbasis Komunitas dalam Upaya Penurunan Stunting. *J-PKM: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 1–6.
- Maulani, M. N., & Yulianingsih, W. (2025). Peran Edukasi Posyandu dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Bagi Kesehatan Ibu dan Anak di Desa Sumedangan Kabupaten Pamekasan. *J+ PLUS UNESA*, 14(1), 216–225.
- Mones, A. Y. (2020). Upaya Meningkatkan Daya Ingat Siswa Kelas IV melalui Penerapan Metode Praktek dan Latihan Terstruktur pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Katolik (Studi Lapangan di SD Negeri Nunbai, Timor NTT). *Selidik (Jurnal Seputar Penelitian Pendidikan Keagamaan)*, 1(1), 19–29.
- Novitarum, L., Siregar, M. F. G., Siregar, F. A., & Lubis, N. L. (2023). *Bebas Kanker Payudara: Kenali dan Hindari Sejak Dini*. Deepublish.
- Puspitaningrum, E. M. (2018). Hubungan Status Gizi Ibu Hamil dengan Kejadian Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) di RSIA ANNISA Kota Jambi Tahun 2018. *Scientia Journal*, 7(2), 1–7.
- Ristiani, R., & Riza, N. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Asuhan Ibu Dan Anak*, 8(2), 63–72.
- Ronald, R., & Sanggul, A. R. (2024). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil di Kabupaten Merauke. *Jurnal Kesehatan Kakinaan (JKK)*, 2(2), 20–30.
- Suherniati, A., & Afifah, M. K. (2021). Komunikasi Efektif dalam Proses Pembelajaran di Era Digital. *Teori Komunikasi Dalam Praktik*, 1, 98.
- Suryantara, B., Merida, Y., Wigya, S., Sari, R. N., Herawati, M., Zurni, T., & Susanti, S. (2025). Cegah KEK Sejak Hamil, Kurangi Resiko Stunting pada Bayi. *Genitri: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Kesehatan*, 4(1), 100–105.
- Susila, B. I., Ningsih, E. S., Eviyati Aini Muriana, M., Agustin, E. A., & Keb, A. M. (2025). *Buku Kesehatan Reproduksi pada Remaja: Fokus Kehamilan dan Anemia*. Mahakarya Citra Utama Group.
- Tarwiyah, D. M., & Faridi, A. (2024). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Tentang 1000 HPK dengan Persepsi 1000 HPK di Kantor Urusan Agama Kecamatan Jiput. *Jurnal Pustaka Padi (Pusat Akses Kajian Pangan Dan Gizi)*, 3(3), 67–71.
- Trigunarso, S. I., & Muslim, Z. (2025). Penguatan Pelayanan Kesehatan Masyarakat melalui Praktik Interprofessional dengan Pendekatan Individu, Keluarga, dan Masyarakat di Pekon Pandansari. *ABDI UNISAP: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 99–106.