P-ISSN : 2089 - 6484
E-ISSN : 2655 - 8157
JURNAL ILMIAH KESEHATAN
Vol 15 No 2 Bulan Juli 2026 | Page 347-355

PENGARUH EDUKASI PEMANFAATAN DAUN UBI UNGU TERHADAP PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL

THE EFFECT OF PURPLE SWEET POTATO LEAF-BASED EDUCATION ON PREGNANT WOMEN'S KNOWLEDGE OF ANEMIA PREVENTION

Sirlii Diana[1], Apri Sulistianingsih[2]
[1]D3 Kebidanan (Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pringsewu)
[2]S1 Kebidanan (Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pringsewu)
Email Correspondence:sirliidiana@umpri.ac.id

Abstract: Anemia During Pregnancy Remains A Major Maternal Health Problem That Requires Promotive Efforts Through Improving Pregnant Women's Knowledge. This Study Aimed To Determine The Effect Of Education On The Utilization Of Purple Sweet Potato Leaves On Pregnant Women's Knowledge Regarding Anemia Prevention. A Quasi-Experimental Study With A Pretest-Posttest Control Group Design Was Conducted Among 70 Pregnant Women, Equally Assigned To Intervention And Control Groups. The Intervention Was Delivered Through One Face-To-Face Session And Two Reinforcement Sessions Using Leaflets. Knowledge was assessed using a 20-item questionnaire at baseline and four weeks after the intervention. The Intervention Group Showed A Greater Increase In Mean Knowledge Score Than The Control Group, From 57.43 To 86.14 Compared With 58.29 To 63.40. Education On The Utilization Of Purple Sweet Potato Leaves Effectively Improved Pregnant Women's Knowledge And Is Recommended As Supplementary Educational Material In Maternal Classes.

Keywords: Anemia; Anemia Prevention; Purple Sweet Potato Leaves; Health Education; Pregnant Women.

Abstrak: Anemia Pada Kehamilan Masih Menjadi Salah Satu Masalah Kesehatan Yang Memerlukan Upaya Promotif Melalui Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil. Penelitian Ini Bertujuan Menganalisis Pengaruh Edukasi Pemanfaatan Daun Ubi Ungu Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Mengenai Pencegahan Anemia. Penelitian Menggunakan Desain Quasi-Experimental Dengan Pendekatan Pretest-Posttest Control Group Pada 70 Ibu Hamil Yang Dibagi Sama Banyak Ke Dalam Kelompok Intervensi Dan Kontrol. Edukasi Diberikan Melalui Satu Kali Pertemuan Tatap Muka Dan Dua Kali Penguatan Menggunakan Leaflet. Pengetahuan Diukur Menggunakan Kuesioner 20 Pertanyaan Sebelum Intervensi Dan Empat Minggu Sesudahnya. Kelompok Intervensi Menunjukkan Peningkatan Rerata Skor Pengetahuan Yang Lebih Tinggi Dibandingkan Kelompok Kontrol, Yaitu Dari 57,43 Menjadi 86,14, Sedangkan Kelompok Kontrol Dari 58,29 Menjadi 63,40. Edukasi Pemanfaatan Daun Ubi Ungu Efektif Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil Dan Direkomendasikan Sebagai Materi Tambahan Dalam Kegiatan Kelas Ibu Hamil.

Kata Kunci: Anemia; Pencegahan Anemia; Daun Ubi Ungu; Edukasi Kesehatan; Ibu Hamil

PENDAHULUAN

Anemia pada kehamilan masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di dunia karena berdampak terhadap kesehatan ibu maupun janin. Menurut World Health Organization (WHO), sekitar 37% ibu hamil di dunia mengalami anemia, dengan beban tertinggi terjadi di negara berpendapatan rendah dan menengah, termasuk kawasan Asia Tenggara (World Health Organization (World Health Organization, 2025). Anemia selama kehamilan merupakan salah satu penyebab meningkatnya morbiditas dan mortalitas maternal serta perinatal sehingga masih menjadi prioritas dalam program kesehatan ibu (Ubom et al., 2025)

Di Indonesia, anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan masyarakat. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan prevalensi anemia pada ibu hamil mencapai

P-ISSN : 2089 - 6484
E-ISSN : 2655 - 8157
JURNAL ILMIAH KESEHATAN
Vol 15 No 2 Bulan Juli 2026 | Page 347-355

48,9%, meningkat dibandingkan tahun 2013 sebesar 37,1% (Kemenkes RI, 2020). Kondisi ini menunjukkan bahwa upaya pencegahan anemia masih memerlukan penguatan melalui pendekatan promotif dan preventif berbasis edukasi yang mampu meningkatkan pengetahuan serta perilaku ibu hamil dalam memenuhi kebutuhan zat besi selama kehamilan (Ameline et al., 2025).

Anemia pada masa kehamilan meningkatkan risiko berbagai komplikasi, seperti perdarahan postpartum, persalinan prematur, bayi berat lahir rendah (BBLR), gangguan pertumbuhan janin, hingga peningkatan risiko stunting pada anak (Wang et al., 2025). Oleh karena itu, deteksi dini, edukasi kesehatan, serta intervensi gizi menjadi bagian penting dalam pelayanan antenatal yang berkualitas guna menurunkan angka morbiditas dan mortalitas ibu maupun bayi (Wang et al., 2025).

Di Provinsi Lampung, anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan masyarakat. Berdasarkan Dinas Kesehatan Provinsi Lampung yang dikutip oleh Maria et al. (2024), prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 9,06% pada tahun 2019 dan meningkat menjadi 9,10% pada tahun 2020, menunjukkan bahwa upaya pencegahan anemia masih perlu diperkuat (Dinkes Lampung, 2022). Puskesmas Rejosari sebagai salah satu fasilitas pelayanan kesehatan primer telah melaksanakan program kelas ibu hamil sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif, termasuk edukasi kesehatan dan pencegahan anemia pada ibu hamil. Namun demikian, keberhasilan program tersebut sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai penyebab, dampak, serta upaya pencegahan anemia (Kemenkes RI, 2020).

Peningkatan pengetahuan merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi perubahan perilaku kesehatan. Edukasi yang dikombinasikan dengan pemanfaatan pangan lokal dinilai lebih mudah diterima oleh masyarakat karena sesuai dengan budaya, mudah diperoleh, serta berpotensi meningkatkan keberlanjutan perilaku konsumsi pangan bergizi. Pendekatan edukasi berbasis pangan lokal juga telah dilaporkan mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil mengenai pencegahan anemia (Roswita & Purwanti, 2025).

Salah satu pangan lokal yang berpotensi dimanfaatkan sebagai media edukasi adalah daun ubi ungu (*Ipomoea batatas* L.). Daun ubi ungu mengandung zat besi, vitamin C, folat, β-karoten, flavonoid, dan antosianin yang berperan dalam pembentukan hemoglobin serta meningkatkan penyerapan zat besi. Selain itu, kandungan antioksidan yang tinggi memberikan manfaat dalam menjaga kesehatan ibu hamil (Fatwa et al., 2025). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa konsumsi daun ubi ungu mampu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia (Novidha & Zuriah, 2023).

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada efektivitas daun ubi ungu sebagai intervensi nutrisi untuk meningkatkan kadar hemoglobin, sedangkan penelitian yang mengevaluasi pengaruh edukasi berbasis pemanfaatan daun ubi ungu terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai pencegahan anemia masih sangat terbatas. Padahal, peningkatan pengetahuan merupakan tahapan awal dalam pembentukan perilaku kesehatan yang berkelanjutan sehingga diharapkan dapat meningkatkan kepatuhan terhadap konsumsi Tablet Tambah Darah maupun pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber zat besi (Dako & Purwanti, 2025).

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh edukasi berbasis pemanfaatan daun ubi ungu (*Ipomoea batatas* L.) terhadap pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan anemia pada peserta kelas ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Rejosari.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain quasi-experimental dengan pendekatan *pretest-posttest control group***,** yaitu rancangan penelitian yang membandingkan perubahan hasil pengukuran sebelum dan sesudah intervensi antara kelompok perlakuan dan kelompok pembanding (Polit & Beck, 2021).

P-ISSN : 2089 - 6484
E-ISSN : 2655 - 8157
JURNAL ILMIAH KESEHATAN
Vol 15 No 2 Bulan Juli 2026 | Page 347-355

Untuk meminimalkan kemungkinan terjadinya pertukaran informasi antarresponden, proses pembentukan kelompok dilakukan melalui *cluster randomization* berdasarkan wilayah desa. Empat desa di wilayah kerja Puskesmas Rejosari diacak menjadi dua kelompok, yaitu dua desa sebagai kelompok intervensi dan dua desa sebagai kelompok kontrol.

Kelompok intervensi mengikuti kegiatan kelas ibu hamil yang dilengkapi dengan edukasi mengenai pemanfaatan daun ubi ungu (*Ipomoea batatas* L.) sebagai salah satu alternatif pangan lokal dalam pencegahan anemia. Sementara itu, kelompok kontrol hanya memperoleh kegiatan kelas ibu hamil sesuai dengan pelayanan rutin yang diselenggarakan oleh puskesmas. Tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai pencegahan anemia diukur pada awal penelitian **(**pretest**)** dan diulang setelah seluruh rangkaian edukasi selesai diberikan **(**posttest**).**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang menjadi peserta aktif kelas ibu hamil di empat desa yang termasuk dalam wilayah kerja Puskesmas Rejosari, yaitu Desa Podomoro, Pringsewu Barat, Bumi Arum, dan Rejosari. Besar sampel dihitung menggunakan aplikasi G*Power versi 3.1 dengan uji independent t-test, tingkat kemaknaan (α) sebesar 5%, kekuatan uji (power**)** 80%**,** dan rasio kelompok 1:1**.** Nilai effect size ditetapkan sebesar 0,68 berdasarkan penelitian sebelumnya mengenai intervensi edukasi pada ibu hamil yang menunjukkan peningkatan pengetahuan setelah pemberian edukasi (Nahrisah et al., 2020; Sunuwar et al., 2019).

Hasil perhitungan menunjukkan kebutuhan minimal sebanyak 31 responden pada setiap kelompok**.** Untuk mengantisipasi kemungkinan drop out sebesar 10%, jumlah sampel ditingkatkan menjadi 35 responden pada masing-masing kelompok, sehingga total sampel penelitian adalah 70 ibu hamil**.** Jumlah tersebut juga masih berada dalam rentang jumlah sampel yang digunakan pada penelitian sejenis, yaitu 30–70 responden per kelompok (Nahrisah et al., 2020; Sunuwar et al., 2019; Tendean et al., 2024).

Sebelum penelitian, responden diberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, prosedur, kerahasiaan data, dan hak sebagai peserta penelitian. Responden yang bersedia menandatangani informed consent kemudian mengisi kuesioner pretest**.** Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu dengan Nomor: 068/KEPK/F.Kes/2026. Seluruh responden telah memberikan persetujuan tertulis (informed consent) sebelum mengikuti penelitian. Edukasi dilaksanakan tiga kali, terdiri atas satu kali tatap muka dan dua kali penguatan melalui grup WhatsApp menggunakan media leaflet dan video. Materi meliputi pengertian, klasifikasi, dampak anemia pada ibu dan janin, kandungan gizi, manfaat, serta cara pengolahan daun ubi ungu untuk pencegahan anemia. Posttest dilakukan pada minggu keempat menggunakan kuesioner yang sama. Setelah pengumpulan data posttest selesai, kelompok kontrol diberikan intervensi edukasi yang sama dengan kelompok intervensi sebagai bentuk penerapan prinsip keadilan dalam penelitian.

Instrumen penelitian terdiri atas kuesioner karakteristik responden dan 20 pertanyaan pengetahuan tentang pencegahan anemia melalui pemanfaatan daun ubi ungu (*Ipomoea batatas* L.). Kuesioner disusun berdasarkan pedoman Kementerian Kesehatan RI, telah dinyatakan valid (r hitung > 0,361**)** dan reliabel **(**Cronbach's alpha > 0,70**).** Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan IBM SPSS Statistics versi 26. Uji Shapiro–Wilk digunakan untuk normalitas, sedangkan paired t-test/Wilcoxon dan independent t-test/Mann–Whitney U test digunakan sesuai distribusi data dengan α = 0,05 dan CI 95%**.**

HASIL

Sebanyak 70 ibu hamil berpartisipasi dalam penelitian ini dan terbagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Seluruh responden mengikuti seluruh rangkaian penelitian hingga selesai sehingga seluruh data dapat dianalisis.

P-ISSN : 2089 - 6484
E-ISSN : 2655 - 8157
JURNAL ILMIAH KESEHATAN
Vol 15 No 2 Bulan Juli 2026 | Page 347-355

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Intervensi (n=35)	Kontrol (n=35)	χ^2/t	p-value
Usia (tahun), mean ± SD	27,63 ± 4,71	28,11 ± 5,08	0,41[a]	0,683
Kelompok usia			0,32[b]	0,852
<20 tahun	2 (5,7%)	3 (8,6%)		
20–35 tahun	28 (80,0%)	27 (77,1%)		
>35 tahun	5 (14,3%)	5 (14,3%)		
Pendidikan			0,76[b]	0,859
SD	3 (8,6%)	2 (5,7%)		
SMP	8 (22,9%)	9 (25,7%)		
SMA	19 (54,3%)	18 (51,4%)		
Perguruan Tinggi	5 (14,3%)	6 (17,1%)		
Pekerjaan			0,06[b]	0,807
Ibu Rumah Tangga	25 (71,4%)	24 (68,6%)		
Bekerja	10 (28,6%)	11 (31,4%)		
Paritas			0,06[b]	0,807
Primigravida	14 (40,0%)	13 (37,1%)		
Multigravida	21 (60,0%)	22 (62,9%)		
Usia kehamilan			0,21[b]	0,901
Trimester II	16 (45,7%)	17 (48,6%)		
Trimester III	19 (54,3%)	18 (51,4%)		

Keterangan:

[a] Independent t-test

[b] Chi-square test

Berdasarkan tabel 1 karakteristik responden pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol menunjukkan distribusi yang relatif serupa. Mayoritas responden pada kedua kelompok berada pada rentang usia 20–35 tahun, yaitu 28 orang (80,0%) pada kelompok intervensi dan 27 orang (77,1%) pada kelompok kontrol. Sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SMA, masing-masing sebanyak 19 orang (54,3%) dan 18 orang (51,4%), serta didominasi oleh ibu rumah tangga, yaitu 25 orang (71,4%) pada kelompok intervensi dan 24 orang (68,6%) pada kelompok kontrol.

Berdasarkan paritas, sebagian besar responden merupakan multigravida, sedangkan berdasarkan usia kehamilan mayoritas berada pada trimester III. Hasil uji homogenitas menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan karakteristik yang bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol berdasarkan rerata usia (p=0,683), kelompok usia (p=0,852), tingkat pendidikan (p=0,859), pekerjaan (p=0,807), paritas (p=0,807), maupun usia kehamilan (p=0,901). Temuan tersebut menunjukkan bahwa kedua kelompok memiliki karakteristik dasar yang homogen sehingga layak dibandingkan dalam menilai pengaruh edukasi pemanfaatan daun ubi ungu terhadap pengetahuan ibu hamil mengenai pencegahan anemia.

P-ISSN : 2089 - 6484
E-ISSN : 2655 - 8157
JURNAL ILMIAH KESEHATAN
Vol 15 No 2 Bulan Juli 2026 | Page 347-355

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Skor Pengetahuan Berdasarkan Kelompok

Variabel	Kelompok	Shapiro–Wilk	*p-value*
Pretest	Kontrol	0,964	0,312
	Intervensi	0,958	0,186
Posttest	Kontrol	0,969	0,428
	Intervensi	0,952	0,094
Delta skor	Kontrol	0,946	0,081
	Intervensi	0,965	0,357

Berdasarkan Tabel 2**,** seluruh variabel memiliki nilai p > 0,05, baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol. Hasil tersebut menunjukkan bahwa skor pretest**,** posttest, dan delta skor pengetahuan berdistribusi normal. Oleh karena itu, asumsi normalitas telah terpenuhi sehingga analisis perubahan skor pengetahuan dalam masing-masing kelompok dilakukan menggunakan paired sample t-test, sedangkan perbandingan perubahan skor antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dianalisis menggunakan independent sample t-test**.**

Tabel 3. Perubahan Skor Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi Berdasarkan Kelompok

Kelompok	n	Pretest Mean ± SD	Posttest Mean ± SD	Mean Perubahan ± SD	95% CI Perubahan	*p-value*
Kontrol	35	58,29 ± 8,92	63,40 ± 8,18	5,11 ± 6,98	2,71–7,51	0,001
Intervensi	35	57,43 ± 9,81	86,14 ± 6,25	28,71 ± 7,54	26,12–31,30	<0,001

Berdasarkan Tabel 3 rerata skor pengetahuan sebelum intervensi relatif serupa antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Setelah pelaksanaan edukasi, kedua kelompok mengalami peningkatan skor pengetahuan, namun peningkatan pada kelompok intervensi lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Rerata perubahan skor pengetahuan pada kelompok intervensi mencapai 28,71 ± 7,54 poin, sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 5,11 ± 6,98 poin. Hasil uji paired sample t-test menunjukkan bahwa peningkatan skor pengetahuan pada kedua kelompok bermakna secara statistik (p<0,05), dengan peningkatan yang lebih tinggi pada kelompok yang memperoleh edukasi pemanfaatan daun ubi ungu.

Tabel 4. Perbandingan Skor Pengetahuan antara Kelompok Kontrol dan Intervensi

Skor pengetahuan	Kontrol Mean ± SD	Intervensi Mean ± SD	Selisih rerata	*p-value*
Pretest	58,29 ± 8,92	57,43 ± 9,81	0,86	0,698
Posttest	63,40 ± 8,18	86,14 ± 6,25	22,74	<0,001
Delta skor	5,11 ± 6,98	28,71 ± 7,54	23,60	<0,001

Berdasarkan Tabel 4, rerata skor pengetahuan sebelum intervensi pada kelompok kontrol adalah 58,29 ± 8,92, sedangkan pada kelompok intervensi sebesar 57,43 ± 9,81. Hasil uji independent sample t-test menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara kedua kelompok pada pengukuran awal (p = 0,698). Kondisi ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan awal responden pada kedua kelompok relatif sebanding sebelum pelaksanaan intervensi.

Setelah intervensi, rerata skor pengetahuan meningkat pada kedua kelompok, namun peningkatan yang lebih besar terjadi pada kelompok intervensi. Rerata skor posttest kelompok intervensi mencapai 86,14 ± 6,25, sedangkan kelompok kontrol sebesar 63,40 ± 8,18, dengan selisih

P-ISSN : 2089 - 6484
E-ISSN : 2655 - 8157
JURNAL ILMIAH KESEHATAN
Vol 15 No 2 Bulan Juli 2026 | Page 347-355

rerata 22,74 poin. Hasil analisis menunjukkan bahwa perbedaan tersebut bermakna secara statistik ($p < 0,001$).

Peningkatan skor pengetahuan juga terlihat dari nilai delta skor, yaitu 28,71 ± 7,54 pada kelompok intervensi dan 5,11 ± 6,98 pada kelompok kontrol. Selisih rerata perubahan skor sebesar 23,60 poin dengan nilai $p < 0,001$, yang menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan pada kelompok intervensi secara signifikan lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi mengenai pemanfaatan daun ubi ungu sebagai salah satu sumber pangan lokal dalam pencegahan anemia mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil secara signifikan. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa sebelum intervensi tidak terdapat perbedaan pengetahuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol ($p = 0,698$), sehingga kedua kelompok memiliki kondisi awal yang sebanding. Setelah diberikan edukasi, rerata skor pengetahuan kelompok intervensi meningkat dari 57,43 ± 9,81 menjadi 86,14 ± 6,25, sedangkan kelompok kontrol hanya meningkat dari 58,29 ± 8,92 menjadi 63,40 ± 8,18. Perbedaan peningkatan tersebut terbukti bermakna secara statistik ($p < 0,001$), sehingga menunjukkan bahwa edukasi berbasis pemanfaatan daun ubi ungu efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pencegahan anemia (Sunuwar et al., 2019); (Nurhaisa et al., 2026).

Peningkatan pengetahuan tersebut dapat dijelaskan melalui teori perilaku kesehatan yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan tahap awal terbentuknya perubahan perilaku kesehatan. Individu yang memperoleh informasi yang benar akan memiliki kemampuan lebih baik dalam memahami manfaat suatu tindakan kesehatan sehingga lebih mudah mengadopsi perilaku sehat (Silitonga & Wicaksono et all, 2024). Dalam penelitian ini, edukasi diberikan melalui pertemuan tatap muka yang diperkuat menggunakan leaflet dan media WhatsApp selama empat minggu sehingga responden memperoleh kesempatan mengulang informasi yang telah diterima. Strategi pengulangan informasi diketahui mampu meningkatkan retensi pengetahuan dibandingkan penyuluhan satu kali (Nurhaisa et al., 2026)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang melaporkan bahwa pendidikan kesehatan pada ibu hamil secara signifikan meningkatkan pengetahuan mengenai anemia serta kepatuhan terhadap konsumsi tablet tambah darah (Sunuwar et al., 2019). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa intervensi edukasi berbasis kelas ibu hamil mampu meningkatkan skor pengetahuan secara bermakna dibandingkan kelompok kontrol (Nurhaisa et al., 2026). Kesamaan hasil tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan program pencegahan anemia tidak hanya bergantung pada pemberian suplementasi zat besi, tetapi juga dipengaruhi oleh peningkatan pengetahuan ibu hamil melalui edukasi kesehatan (Kementerian Kesehatan RI, 2024)**.**

Selain metode edukasi, materi yang digunakan dalam penelitian ini memiliki keunggulan karena mengangkat pemanfaatan pangan lokal berupa daun ubi ungu (*Ipomoea batatas* L.). Pendekatan berbasis pangan lokal dinilai lebih mudah diterima masyarakat karena sesuai dengan kebiasaan konsumsi sehari-hari, mudah diperoleh, serta memiliki biaya yang relatif rendah (Kemenkes, 2023)**;** (Dako & Purwanti, 2025). Edukasi yang mengintegrasikan pangan lokal dapat meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap pemenuhan kebutuhan gizi sekaligus mendorong perubahan perilaku yang lebih berkelanjutan (Dako & Purwanti, 2025)**;** (Ameline et al., 2025)**.** Oleh karena itu, penggunaan daun ubi ungu sebagai media edukasi berpotensi menjadi strategi pendukung dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai pencegahan anemia melalui pemanfaatan pangan lokal (Fatwa et al., 2025)**.**

Daun ubi ungu (*Ipomoea batatas* L.) merupakan salah satu pangan lokal yang kaya akan zat besi, vitamin C, β-karoten, flavonoid, polifenol, dan antosianin sehingga berpotensi mendukung

P-ISSN : 2089 - 6484
E-ISSN : 2655 - 8157
JURNAL ILMIAH KESEHATAN
Vol 15 No 2 Bulan Juli 2026 | Page 347-355

pembentukan hemoglobin serta membantu memenuhi kebutuhan mikronutrien selama kehamilan (Kiran et al., 2022); (Fatwa et al., 2025). Vitamin C diketahui dapat meningkatkan penyerapan zat besi non-heme di usus, sedangkan kecukupan zat besi dan folat berperan penting dalam proses eritropoiesis serta pembentukan sel darah merah sehingga dapat membantu mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil (Ubom et al., 2025); (Ameline et al., 2025). Oleh karena itu, penyampaian informasi mengenai kandungan gizi dan manfaat daun ubi ungu melalui kegiatan edukasi diharapkan mampu meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai pemanfaatan pangan lokal sebagai salah satu upaya pendukung pencegahan anemia (Kemenkes, 2023); (Fatwa et al., 2025).

Temuan penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa konsumsi daun ubi ungu mampu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia. Walaupun penelitian tersebut berfokus pada efek klinis konsumsi daun ubi ungu, hasilnya memperkuat materi edukasi yang diberikan dalam penelitian ini karena membuktikan bahwa pangan lokal tersebut memiliki manfaat nyata terhadap status hematologi ibu hamil (Novidha & Zuriah, 2023). Dengan demikian, edukasi mengenai pemanfaatan daun ubi ungu tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga berpotensi mendorong praktik konsumsi pangan lokal yang mendukung pencegahan anemia.

Secara lebih luas, hasil penelitian ini mendukung rekomendasi internasional yang menekankan bahwa pencegahan anemia pada ibu hamil memerlukan kombinasi antara suplementasi zat besi, edukasi gizi, serta peningkatan akses terhadap sumber pangan kaya zat besi. Edukasi kesehatan menjadi bagian penting dalam pelayanan antenatal karena mampu meningkatkan kemampuan ibu hamil dalam mengenali faktor risiko anemia, memahami manfaat konsumsi tablet tambah darah, serta memilih makanan yang kaya zat besi (Ubom et al., 2025); (WHO, 2023).

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan karena hanya mengukur peningkatan pengetahuan tanpa mengevaluasi perubahan perilaku konsumsi daun ubi ungu maupun peningkatan kadar hemoglobin setelah edukasi. Selain itu, waktu tindak lanjut hanya berlangsung selama empat minggu sehingga belum dapat menggambarkan keberlangsungan perubahan pengetahuan dalam jangka panjang. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan mengombinasikan pengukuran pengetahuan dengan perubahan perilaku konsumsi pangan lokal, kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah, serta pemeriksaan kadar hemoglobin sehingga efektivitas edukasi dapat dievaluasi secara lebih komprehensif (Wang et al., 2025)**.**

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi pemanfaatan daun ubi ungu merupakan strategi promotif yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pencegahan anemia. Integrasi materi mengenai pangan lokal dalam kelas ibu hamil dapat menjadi inovasi program pendidikan kesehatan yang mendukung upaya penurunan prevalensi anemia pada ibu hamil di tingkat pelayanan kesehatan primer (Kemenkes, 2023); (Ibsen et al., 2025)**.**

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi berbasis pangan lokal dapat menjadi alternatif strategi promotif dalam pelayanan antenatal, khususnya pada kegiatan kelas ibu hamil di pelayanan kesehatan primer. Integrasi materi pemanfaatan daun ubi ungu berpotensi meningkatkan pengetahuan ibu hamil sekaligus mendukung program pencegahan anemia yang telah dijalankan pemerintah.

SIMPULAN

Edukasi mengenai pemanfaatan daun ubi ungu (*Ipomoea batatas* L.) terbukti efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan anemia. Kelompok yang memperoleh edukasi menunjukkan peningkatan pengetahuan yang secara signifikan lebih tinggi dibandingkan kelompok yang hanya mengikuti kegiatan kelas ibu hamil rutin. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi berbasis pemanfaatan pangan lokal dapat menjadi strategi promotif yang mendukung

P-ISSN : 2089 - 6484
E-ISSN : 2655 - 8157
JURNAL ILMIAH KESEHATAN
Vol 15 No 2 Bulan Juli 2026 | Page 347-355

peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai pencegahan anemia. Dengan demikian, pemanfaatan daun ubi ungu sebagai materi edukasi berpotensi diintegrasikan ke dalam kegiatan kelas ibu hamil sebagai salah satu upaya mendukung pencegahan anemia pada masa kehamilan.

SARAN

Pemanfaatan daun ubi ungu sebagai materi edukasi dapat diterapkan dalam kegiatan kelas ibu hamil sebagai upaya promotif pencegahan anemia. Penelitian selanjutnya disarankan mengevaluasi pengaruh edukasi terhadap perubahan perilaku dan kadar hemoglobin dengan waktu tindak lanjut yang lebih panjang.

DAFTAR PUSTAKA

Ameline, A. S., Chandra, D. N., Htet, M. K., Zahra, N. L., & Fahmida, U. (2025). Prevalence and factors associated with anemia among pregnant women during the COVID-19 pandemic in East Lombok district, Indonesia. *PLOS ONE*, *20*(6), 1–16. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0323942

Dako, R., & Purwanti, A. S. (2025). *The Effectiveness of Integrated Nutritional Interventions or Local Supplementary Food Education on Preventing Anemia in Pregnant Women*.

Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2022.*

Fatwa, D. M., Rusmida, S., Nadiah, L., Anisa, L., & Asiah, M. K. (2025). *Effectiveness of Purple Sweet Potato Leaves (Ipomoea batatas L .) in Improving Hemoglobin Levels among Anemic Pregnant Women in the Second and Third Trimesters*. *11*(11), 1329–1333. https://doi.org/10.29303/jppipa.v11i11.12762

Ibsen, C. P., Scavenius, C., Frederiksen, K. D., Wonsbek, L., Ammitzbøll, I. L. A., Vojdeman, F. J., Glenthøj, A., Noer, M. C., Lauenborg, J., Mandrup, C. M., & Clausen, T. D. (2025). Impact of second trimester iron deficiency on maternal and infant outcomes: A Danish cohort study. *European Journal of Obstetrics and Gynecology and Reproductive Biology*, *311*(March). https://doi.org/10.1016/j.ejogrb.2025.114004

Kemenkes RI. (2023). *Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hami*.

Kemenkes RI. (2020). *Pedoman Pelayanan Antenatal Terpadu* (3rd ed.). Kemenkes RI. https://repository.kemkes.go.id/book/147

Kemenkes RI. (2024). Profil Kesehatan Indonesia 2023. In *Kementerian Kesehatan RI*. https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-2021.pdf

Kiran, A., Wakeel, A., Mahmood, K., Mubaraka, R., Hafsa, & Haefele, S. M. (2022). Biofortification of Staple Crops to Alleviate Human Malnutrition: Contributions and Potential in Developing Countries. In *Agronomy* (Vol. 12, Issue 2, p. 452). https://doi.org/10.3390/agronomy12020452

Novidha, D. H., & Zuriah. (2023). the Effect of Purple Sweet Potato (Ipomoea Batatas) on Elevated Hemoglobin Levels in Pregnant Women Mid and Late Pregnancy in a Working Area Tabir Lintas Health Center Merangin District. *International Journal of Nursing and Midwifery Science (Ijnms)*, *7*(2), 164–170. https://doi.org/10.29082/ijnms/2023/vol7/iss2/465

Nurhaisa, S., Wahyuni, S., & Susanto, H. (2026). Effectiveness of health belief model-based reproductive health education on menarche preparedness: A systematic review. *Lentera Perawat*, *7*(2), 314–326. https://doi.org/10.52235/lp.v7i2.723

Silitonga & Wicaksono et all. (2024). Perilaku Kesehatan& Perilaku Kesehatan. In *Widina Media Utama* (Issue Maret).

Sunuwar, D. R., Sangroula, R. K., Shakya, N. S., Yadav, R., Chaudhary, N. K., & Pradhan, P. M. S. (2019). Effect of nutrition education on hemoglobin level in pregnant women: A quasi-

P-ISSN : 2089 - 6484
E-ISSN : 2655 - 8157
JURNAL ILMIAH KESEHATAN
Vol 15 No 2 Bulan Juli 2026 | Page 347-355

experimental study. *PLOS ONE*, *14*(3), e0213982. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0213982

Ubom, A. E., Begum, F., Ramasauskaite, D., Nieto-Calvache, A. J., Oguttu, M., Nunes, I., Malel, Z. J., Beyeza-Kashesya, J., Wright, A., & Hemorrhage, the F. C. on C. and P. (2025). FIGO good practice recommendations on anemia in pregnancy, to reduce the incidence and impact of postpartum hemorrhage (PPH). *International Journal of Gynecology & Obstetrics*, *171*(3), 993–1007. https://doi.org/https://doi.org/10.1002/ijgo.70529

Wang, R., Xu, S., Hao, X., Jin, X., Pan, D., Xia, H., Liao, W., Yang, L., & Wang, S. (2025). Anemia during pregnancy and adverse pregnancy outcomes: a systematic review and meta-analysis of cohort studies. *Frontiers in Global Women's Health*, *Volume 6-2025*. https://doi.org/10.3389/fgwh.2025.1502585

WHO. (2023). Global Anaemia Estimates 2023. *World Health Organization*. https://www.who.int/data/gho

World Health Organization. (2025). *No Title*. Anaemia. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia?utm_source=chatgpt.com