

**EFEKTIVITAS MEDIA BUKU SAKU (NUKMIL) NUTRISI KUALITAS IBU HAMIL
DALAM UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA KEHAMILAN TERHADAP PENGETAHUAN
DAN PERILAKU IBU HAMIL
DI PMB NY. SUPARSIH KECAMATAN MASARAN
KABUPATEN SRAGEN**

Suparsih¹, Desy Widyastutik², Dheny Rohmatika³

1 Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta

2,3 Dosen Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta

Email: asihbidan54@gmail.com

Abstract

Anemia during pregnancy is associated with maternal morbidity and an indirect cause of maternal death. The research purpose was determined the effectiveness of the Pocket Book of Nutritional Quality for Pregnant Women (NUKMIL) on knowledge and behavior to prevent anemia in pregnant women. The research type is quantitative research, used a quasi-experimental method. This research design applies the pre-experimental one group pretest-post test design. The sample were used 30 pregnant womens who performed ANC at PMB Ny. Suparsih, Masaran, Sragen Regency. The data consists of primary and secondary data. The data analysis technique used univariate and bivariate analysis. Bivariate data analysis used the Wilcoxon Signed Rank Test. The research results indicated that 1) the results of the Wilcoxon Signed Rank Test obtained Asymp. Sig. 2 tailed value 0.003 (p 0.05) statistically, there is a significant effect between health education on knowledge of anemia prevention; and 2) Wilcoxon Signed Rank Test results obtained Asymp. Sig. 2 tailed value 0.000 (p 0.05) statistically, there is a significant effect between health education on increasing anemia prevention behavior. Based on the research results, it was concluded that health education with the Pocket Book media of the Nutritional Quality for Pregnant Women (Nukmil) had a significant effect on knowledge and behavior to prevent anemia in pregnant women at PMB Ny. Suparsih, Masaran, Sragen Regency.

Keywords: *health education, pocket book, knowledge, behavior*

PENDAHULUAN

Keberhasilan upaya kesehatan ibu, di antaranya dapat dilihat dari indikator Angka Kematian Ibu (AKI). AKI adalah jumlah kematian ibu selama masa kehamilan, persalinan dan nifas yang disebabkan oleh kehamilan, persalinan, dan nifas atau pengelolaannya tetapi bukan karena sebab-sebab lain seperti kecelakaan atau terjatuh di setiap 100.000 kelahiran hidup. Indikator ini tidak hanya mampu menilai program kesehatan ibu, tetapi juga mampu menilai derajat kesehatan masyarakat, karena sensitifitasnya terhadap perbaikan pelayanan kesehatan, baik

dari sisi aksesibilitas maupun kualitas (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Penyebab kematian ibu antara lain perdarahan, hipertensi dalam kehamilan, infeksi, gangguan sistem peredaran darah, gangguan metabolik, dan ganggula lainnya (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Kematian ibu juga dapat disebabkan oleh penyebab obstetrik langsung dan tidak langsung. Salah satu penyebab tidak langsung kematian ibu adalah penyakit yang mungkin telah terjadi sebelum kehamilan dan diperburuk oleh kehamilan itu sendiri, diantaranya adalah anemia. Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih banyak terjadi di

seluruh dunia terutama di negara-negara berkembang (Nur Dewi Kartikasari, 2010).

AKI mencerminkan risiko yang dihadapi ibu-ibu selama kehamilan sampai dengan paska persalinan yang dipengaruhi oleh status gizi ibu, keadaan sosial ekonomi, keadaan kesehatan yang kurang baik menjelang kehamilan, kejadian berbagai komplikasi pada kehamilan dan kelahiran, tersedianya dan penggunaan fasilitas pelayanan kesehatan termasuk pelayanan prenatal dan obstetri. Tingginya angka kematian ibu menunjukkan keadaan sosial ekonomi yang rendah dan fasilitas pelayanan kesehatan termasuk pelayanan prenatal dan obstetri yang rendah pula (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2018).

Jumlah kematian ibu yang dihimpun dari pencatatan program kesehatan keluarga di Kementerian Kesehatan pada tahun 2020 menunjukkan 4.627 kematian di Indonesia. Jumlah ini menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun 2019 sebesar 4.221 kematian. Angka kematian ibu Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2020 sebanyak 530 kematian ibu yang meningkat dari tahun 2019 sebanyak 416 kematian ibu (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Sementara itu, Angka Kematian Ibu di Kabupaten Sragen tahun 2019 sejumlah 7 kasus kematian ibu meningkat menjadi 23 kematian ibu pada tahun 2020 (Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Tengah, 2021).

Anemia pada ibu hamil menjadi masalah global yang menimbulkan dampak bagi ibu dan janin. Anemia selama masa kehamilan dikaitkan dengan angka kesakitan ibu dan penyebab tidak langsung kematian ibu di seluruh populasi ibu hamil. Ibu hamil

dikatakan anemia jika kadar Hb <11 g/dl pada trimester I dan III masa kehamilan serta <10,5 g/dl pada trimester II (Simbolon, Jumiyati & Rahmadi, 2018). Ketidapatuhan dalam mengonsumsi tablet zat besi disebabkan karena pengetahuan yang kurang mengenai manfaat dan efek samping tablet zat besi. Ibu hamil juga percaya bahwa efek samping dari tablet zat besi dapat membahayakan kesehatan bayi. Ketidakteraturan ibu hamil dalam melakukan ANC dapat dilihat dari keterlambatan dalam memulai ANC dan frekuensi ANC yang kurang sesuai standar. Upaya pencegahan anemia yang tidak terlaksana dengan baik maka angka kejadian anemia pada akan ibu hamil tetap tinggi (Ayu Rahmawati, 2019).

Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2020 menyatakan bahwa kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia tahun 2019 mengalami kenaikan dari tahun 2013 dengan persentase dari 37,1% menjadi 48,9%. Sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Program penanggulangan anemia yang dilakukan pada ibu hamil dilaksanakan dengan memberikan 90 tablet Fe kepada ibu hamil selama periode kehamilannya. Cakupan pemberian TTD pada ibu hamil di Indonesia tahun 2020 adalah 83,6%. Angka ini meningkat dibandingkan tahun 2019 sebesar 64% (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Cakupan ibu hamil mendapat 90 tablet Fe di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2019 sebesar 91,95 persen (Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Tengah, 2019). Capaian distribusi tablet Fe₃ (90 tablet) tahun 2019 di Kabupaten Sragen sebesar

92,87% (Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Tengah, 2019). Berdasarkan tersebut, maka program pemberian TTD pada ibu hamil di Indonesia telah mencapai target yang telah ditetapkan.

Pencegahan anemia pada ibu hamil dapat dilakukan dengan perilaku kesehatan yang tepat. Perilaku kesehatan seperti pengaturan pola makan tinggi zat besi, rutin dalam mengonsumsi tablet zat besi, dan melakukan ANC saat awal kehamilan dapat mengurangi prevalensi terjadinya anemia pada ibu hamil. Pola makan menjadi faktor penting yang harus diperhatikan oleh ibu hamil (Ndegwa, 2019).

Pengetahuan dan perilaku kesehatan dapat ditingkatkan melalui pendidikan kesehatan yang diberikan oleh praktisi kesehatan secara teratur dan terencana. Untuk membantu keberhasilan pendidikan kesehatan maka dibutuhkan alat bantu (media). Penggunaan media dalam pembelajaran sangatlah penting karena dapat memudahkan dalam menerima materi, tetapi dalam menggunakan media, harus mengetahui karakteristik tersebut sebelum dipilih dan digunakan dalam suatu pendidikan kesehatan agar tujuan yang diharapkan dapat tercapai. Media Buku Saku Nutrisi Kualitas Ibu Hamil (Nukmil) merupakan salah satu media yang memiliki banyak informasi tentang makanan yang bermanfaat untuk pencegahan anemia dapat digunakan untuk membantu berjalannya pendidikan kesehatan (Robiatul Adawiyani, 2013). Buku saku dapat digunakan untuk menyampaikan pesan-pesan mengenai perilaku pencegahan anemia. Buku saku memiliki kelebihan diantaranya tahan lama, mencakup

banyak orang, biaya tidak tinggi, dapat dibawa kemana-mana, mempermudah pemahaman dan meningkatkan gairah belajar (Kholid, 2014).

Hasil penelitian Aqilatul Munawaroh, *et al.* (2019) menyatakan bahwa edukasi gizi dengan media buku saku efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, tingkat kecukupan zat besi dan tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil. Penelitian Wiwi Sartika, *et al.* (2019) menyatakan bahwa penyampaian pesan-pesan gizi menggunakan buku saku terbukti dapat meningkatkan pengetahuan secara signifikan.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 1-3 September 2021 melalui pemeriksaan terhadap 8 ibu hamil yang melakukan ANC di PMB Ny. Suparsih Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen didapatkan bahwa 3 ibu hamil normal ($HB > 11$ gr/dl), dan 5 ibu hamil menunjukkan anemia ($HB < 11$ gr/dl). Sementara itu, berdasarkan hasil wawancara sebanyak 5 ibu hamil tidak memahami mengenai anemia dan pencegahannya. Sebanyak 4 ibu hamil mengalami keterlambatan dalam melakukan ANC yang baru dilakukan saat trimester II dan III. Semua ibu hamil yang melakukan ANC telah mendapatkan tablet zat besi, namun 6 ibu hamil tidak patuh dalam mengonsumsinya. Hal ini disebabkan karena efek samping dari tablet zat besi, meminumnya jika perlu dan terkadang lupa. Selain itu terdapat 6 ibu hamil yang pola makannya tidak teratur dan tidak seimbang. Sebanyak 8 ibu hamil cenderung memilih-milih makanan dan memiliki kepercayaan tertentu terhadap beberapa makanan, seperti pantangan untuk

memakan udang, hati, ikan, cumi-cumi, durian, nanas, dan terong.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan metode eksperimen semu (*quasy-experiment*). *Quasy experiment* adalah metode penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan atau mengklarifikasi terjadinya sebuah hubungan dan menjelaskan hubungan sebab akibat sehingga dapat dijadikan sebagai dasar memprediksi sebuah fenomena Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan sebab akibat variabel penelitian tanpa menggunakan teknik acak untuk pemilihan responden (Sugiyono, 2016).

Desain penelitian ini menerapkan rancangan pre-eksperimen *One Group Pretest-Post test Design*. Penelitian ini dilaksanakan dengan melaksanakan observasi sebanyak dua kali sebelum eksperimen (*pretest*) dan sesudah eksperimen (*posttest*) pada subjek penelitian. Tujuan *one group pre test-post test design* ini adalah untuk mengetahui pengaruh tindakan terhadap kelompok eksperimen (Sugiyono, 2016).

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang melakukan ANC di PMB Ny. Suparsih Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen pada bulan September yang berjumlah 30 ibu hamil. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 30 responden. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik sampling jenuh, yaitu teknik pengambilan

sampel dimana seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian (Sugiyono, 2016).

Varabel independen dalam penelitian ini adalah pemberian Buku Saku Nutrisi Kualitas Ibu Hamil (Nukmil). Varabel dependen dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan perilaku pencegahan anemia ibu hamil. Dalam penelitian ini, instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner. Kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data tentang perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil. Setelah dilaksanakan pretest, responden selanjutnya diberikan pendidikan kesehatan dengan Buku Saku Nutrisi Kualitas Ibu Hamil (Nukmil). Dua minggu kemudian diadakan posttest untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan perilaku pencegahan anemia setelah responden mempelajari buku saku.

Penelitian ini menggunakan uji validasi dengan rumus *product moment* dan reliabilitas instrumen diuji dengan *Alpha Chronbach*. Uji normalitas menggunakan uji Shapiro Wilk dengan menggunakan komputer program SPSS 22.0. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat dan bivariat. Uji bivariat menggunakan uji *paired t-test* apabila memenuhi syarat uji parametrik (data berdistribusi normal). Jika tidak memenuhi syarat uji parametrik, maka analisis data menggunakan uji non parametrik yaitu uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

HASIL

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden dapat disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 1 Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah	%
Umur		
≤ 20 tahun	0	0,00%
21 – 34 tahun	25	83,3%
≥ 35 tahun	5	16,7%
Usia Kehamilan		
Trimester 1	11	36,7%
Trimester 2	10	33,3%
Trimester 3	9	30,0%
Pendidikan		
Tidak Sekolah	0	00,0%
SD	0	00,0%
SMP	8	26,7%
SLTA	17	56,7%
Akademi/PT	5	16,7%
Pekerjaan		
Bertani	0	00,0%
Wiraswasta	4	13,3%
PNS/ Swasta	10	33,3%
Karyawan/Buruh	8	26,7%
Tidak Bekerja	8	26,7%

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 21 – 34 tahun yaitu 25 orang (83,3%) sehingga responden termasuk dalam usia ibu yang tidak berisiko untuk terjadi kehamilan. Mayoritas responden adalah ibu hamil trimester 1 yaitu sebanyak 11 orang (36,7%). Mayoritas responden adalah ibu hamil dengan tingkat pendidikan SLTA yaitu sebanyak 17 orang atau 56,7%. Tabel di atas juga menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah ibu hamil yang bekerja sebagai pegawai negeri/swasta yaitu sebanyak 10 orang atau 33,3%.

2. Analisis Univariat

Analisis univariat yaitu bertujuan untuk mendeskripsikan karakter pada setiap variabel penelitian. Analisis univariat pada penelitian ini yaitu untuk variabel independen (buku saku) dan variabel dependen (pengetahuan dan perilaku pencegahan anemia) pada ibu hamil di PMB Ny.

Suparsih Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen.

a. Pengetahuan Pencegahan Anemia

Tabel 2 Pengetahuan Pencegahan Anemia

Tingkat Pengetahuan	Sebelum		Setelah	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Kurang	0	0	0	0
Cukup	11	36,7%	2	6,7%
Baik	19	63,3%	28	93,3%
Jumlah	30	100%	30	100%
Rata-rata	13,20		16,00	

Tabel 2 menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan anemia sebelum dilaksanakan pendidikan kesehatan dengan Buku saku Nukmil mayoritas termasuk dalam kategori baik yaitu 19 responden atau 63,3%. Setelah dilaksanakan pendidikan kesehatan dengan Buku saku Nukmil mayoritas responden memiliki pengetahuan baik yaitu 28 responden atau 93,3%. Nilai rata-rata pengetahuan tentang pencegahan anemia sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil adalah 13,20 (baik) dan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil adalah 16,00 (baik).

b. Perilaku Pencegahan Anemia

Tabel 3 Perilaku Pencegahan Anemia

Tingkat Perilaku	Sebelum		Setelah	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Kurang	4	13,3	0	0
Cukup	13	43,3%	6	20,0%
Baik	13	43,3%	24	80,0%
Jumlah	30	100%	30	100%
Rata-rata	15,77		20,37	

Tabel 3 menunjukkan bahwa perilaku pencegahan anemia ibu hamil sebelum dilaksanakan pendidikan kesehatan dengan Buku saku Nukmil adalah mayoritas responden

memiliki perilaku yang cukup dan baik yaitu sebanyak 13 responden atau 43,3%. Setelah dilaksanakan pendidikan kesehatan dengan Buku saku Nukmil hasilnya mayoritas responden memiliki perilaku yang baik sebanyak 24 responden atau 80,0%. Nilai rata-rata perilaku pencegahan anemia sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil adalah 15,77 (cukup) dan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil adalah 20,37 (baik).

3. Analisis Bivariat

a. Pengaruh Pendidikan Buku Saku Nukmil terhadap Pengetahuan

Tabel 4 Uji Bivariat Pengetahuan Pencegahan Anemia

Pengetahuan	Rata-rata	Kategori	Peningkatan	Sig p value
Sebelum	13,20	Baik	2,80	0,003
Sesudah	16,00	Baik		

Tabel 4 menunjukkan bahwa nilai rata-rata pengetahuan tentang pencegahan anemia sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil adalah 13,20 (baik) dan rata-rata pengetahuan tentang pencegahan anemia setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil adalah 16,00 (baik). Sehingga dapat dikatakan bahwa pemberian pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil dapat meningkatkan pengetahuan pencegahan anemia pada ibu hamil di PMB Ny. Suparsih Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen. Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan Asymp. Sig. 2 tailed value 0,003 ($p \leq 0,05$) secara

statistik maka terdapat pengaruh signifikan antara pendidikan kesehatan dengan media Buku Saku Nutrisi Kualitas Ibu Hamil (Nukmil) terhadap peningkatan pengetahuan pencegahan anemia pada ibu hamil di PMB Ny. Suparsih Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen.

b. Pengaruh Pendidikan Buku Saku Nukmil terhadap Perilaku Pencegahan Anemia

Tabel 5 Uji Bivariat Perilaku Pencegahan Anemia

Perilaku	Rata-rata	Kategori	Peningkatan	Sig p value
Sebelum	15,77	Cukup	4,60	0,000
Sesudah	20,37	Baik		

Tabel 5 menunjukkan bahwa nilai rata-rata perilaku pencegahan anemia sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil adalah 15,77 (cukup) dan rata-rata perilaku pencegahan anemia setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil adalah 20,37 (baik). Sehingga dapat dikatakan bahwa pemberian pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil dapat meningkatkan perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil di PMB Ny. Suparsih Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen. Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan Asymp. Sig. 2 tailed value 0,000 ($p \leq 0,05$) secara statistik maka terdapat pengaruh signifikan antara pendidikan kesehatan dengan media Buku Saku Nutrisi Kualitas Ibu Hamil (Nukmil) terhadap peningkatan perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil di PMB Ny. Suparsih Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Usia merupakan faktor yang mempengaruhi pengetahuan dan keterampilan seseorang untuk mengatasi masalah yang dihadapi. Berdasarkan usia, responden terbanyak adalah berusia 21-34 tahun sebanyak 25 orang (83,3%). Usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah umur/usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya. Usia hubungannya dengan pengetahuan dan perilaku pencegahan anemia berperan sebagai faktor intrinsik. Umur berhubungan dengan struktur organ, fungsi reproduksi, komposisi biokimiawi termasuk sistem hormonal wanita (Fenti Hasnani, 2019).

Dilihat dari tingkat pendidikan responden terbanyak adalah berpendidikan SMA yaitu sebanyak 17 orang atau 56,7%. Pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi. Pendidikan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan dan perilaku seseorang. Orang yang berpendidikan tinggi akan memberikan respon yang lebih rasional dari pada mereka yang berpendidikan rendah, lebih kreatif dan terbuka terhadap usaha-usaha pembaharuan (Wawan, 2011).

Latar belakang pendidikan ibu hamil berpengaruh terhadap pengetahuan dan perilaku pencegahan anemia. Tingkat pendidikan tinggi seharusnya memiliki wawasan lebih tentang kebutuhan selama kehamilan, namun kenyataannya beberapa dari mereka dengan tingkat pendidikan sekolah tinggi yang memiliki tingkat kesadaran yang cukup

rendah. Hal ini disebabkan beberapa faktor, seperti kebiasaan malas, lupa, dan lain-lain. Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh dalam memberi respon terhadap sesuatu sehingga perbedaan tingkat pendidikan mengakibatkan perbedaan pengetahuan dan perilaku pencegahan anemia. (Sulistiyanti, 2015).

Responden ibu hamil yang terbanyak adalah bekerja sebagai pegawai negeri/swasta sebanyak 10 orang atau 33,3%. Pekerjaan berhubungan dengan kemudahan seseorang memperoleh informasi baik dari pengalaman orang lain maupun sumber media massa. Pengalaman adalah segala sesuatu yang telah dan sedang kita alami yang ikut membentuk dan mempengaruhi penghayatan kita terhadap stimulus sosial (Wawan, 2011).

2. Pengetahuan tentang Pencegahan Anemia Ibu Hamil di PMB Ny. Suparsih Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen

Sebelum dilaksanakan pendidikan kesehatan dengan Buku saku Nukmil mayoritas responden termasuk dalam kategori baik yaitu 19 responden atau 63,3%. Setelah dilaksanakan pendidikan kesehatan dengan Buku saku Nukmil mayoritas responden memiliki pengetahuan baik yaitu 28 responden atau 93,3%. Nilai rata-rata pengetahuan tentang pencegahan anemia sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil adalah 13,20 (baik) dan rata-rata pengetahuan tentang pencegahan anemia setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil adalah 16,00 (baik). Data ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan

dengan media buku saku Nukmil mampu meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan anemia ibu hamil di PMB Ny. Suparsih Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Robiatul Adawiyani (2013) yang menyatakan bahwa pengetahuan ibu hamil meningkat setelah dilaksanakan pendidikan kesehatan menggunakan buku saku. Pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan anemia dipengaruhi oleh adanya beberapa faktor pendukung pengetahuan yang ada di sekitar ibu, antara lain pendidikan dan umur. Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah berlangsung seumur hidup. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi (Notoatmodjo, 2012). Usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik. Beberapa teori berpendapat ternyata IQ seseorang akan menurun cukup cepat sejalan dengan bertambahnya usia (Fitriani, 2015).

Penggunaan media dalam pendidikan kesehatan sangatlah penting karena dapat memudahkan dalam menerima materi. Media Buku Saku Nutrisi Kualitas Ibu Hamil (Nukmil) merupakan salah satu media yang memiliki banyak informasi tentang makanan yang bermanfaat untuk pencegahan anemia dapat digunakan untuk membantu berjalannya

pendidikan kesehatan. Buku saku memudahkan penyampaian pesan-pesan mengenai perilaku pencegahan anemia (Robiatul Adawiyani, 2013). Sehingga melalui penggunaan media buku saku NUKMIL pendidikan dapat mencapai tujuannya yaitu untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan anemia.

3. Perilaku tentang Pencegahan Anemia Ibu Hamil di PMB Ny. Suparsih Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen

Sebelum dilaksanakan pendidikan kesehatan dengan Buku saku Nukmil mayoritas responden memiliki perilaku yang cukup dan baik yaitu sebanyak 13 responden atau 43,3%. Setelah dilaksanakan pendidikan kesehatan dengan Buku saku Nukmil hasilnya mayoritas responden memiliki perilaku yang baik sebanyak 24 responden atau 80,0%. Nilai rata-rata perilaku pencegahan anemia sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil adalah 15,77 (cukup) dan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil adalah 20,37 (baik). Sehingga dapat dikatakan bahwa pemberian pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil dapat meningkatkan perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil di PMB Ny. Suparsih Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen.

Pencegahan anemia pada ibu hamil dapat dilakukan dengan perilaku kesehatan yang tepat. Perilaku kesehatan seperti pengaturan pola makan tinggi zat besi, rutin dalam mengonsumsi tablet zat besi, dan melakukan ANC saat awal kehamilan dapat mengurangi prevalensi terjadinya anemia pada ibu hamil (Ndegwa, 2019). Peningkatan

perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil terjadi karena adanya faktor pengetahuan yang diperoleh responden setelah diberikan edukasi dengan media buku saku. Pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang mempengaruhi terbentuknya perilaku kesehatan. Terbentuknya perubahan perilaku pencegahan anemia dimulai dari domain pengetahuan dimana seseorang tahu terlebih dahulu terhadap stimulus yang didapatkan yaitu berupa materi edukasi sehingga muncul pengetahuan baru yang selanjutnya menimbulkan respon dalam bentuk sikap yang akan memunculkan perilaku yang baru (Aqilatul Munawaroh, *et al.*, 2019).

4. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Buku Saku Nukmil terhadap Pengetahuan tentang Pencegahan Anemia Ibu Hamil di PMB Ny. Suparsih Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan Asymp. Sig. 2 tailed value 0,003 ($p \leq 0,05$) secara statistik maka terdapat pengaruh signifikan antara pendidikan kesehatan dengan media Buku Saku Nutrisi Kualitas Ibu Hamil (Nukmil) terhadap peningkatan pengetahuan pencegahan anemia pada ibu hamil di PMB Ny. Suparsih Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ahmady (2018) yang menyatakan bahwa penggunaan buku saku efektif terhadap peningkatan pengetahuan. Wiwi Sartika, *et al* (2019) menyatakan bahwa pengetahuan tentang anemia meningkat setelah diberikan pendidikan kesehatan gizi dengan metode buku saku.

Media Buku Saku Nutrisi Kualitas Ibu Hamil (Nukmil) merupakan salah satu media yang memiliki banyak informasi tentang makanan yang bermanfaat untuk pencegahan anemia dapat digunakan untuk membantu berjalannya pendidikan kesehatan (Robiatul Adawiyani, 2013). Buku saku dapat digunakan untuk menyampaikan pesan-pesan mengenai perilaku pencegahan anemia. Buku saku memiliki kelebihan diantaranya tahan lama, mencakup banyak orang, biaya tidak tinggi, dapat dibawa kemana-mana, mempermudah pemahaman dan meningkatkan gairah belajar (Kholid, 2014).

Pemberian informasi baik melalui konseling maupun melalui sumber informasi lainnya sangat berpengaruh besar pada peningkatan pengetahuan ibu. Akan tetapi pemberian pendidikan kesehatan harus diberikan secara terus-menerus agar informasi yang diberikan dapat tersimpan dan selalu diingat oleh Ibu. Karena semakin sering ibu terpapar informasi maka pengetahuannya juga akan semakin baik (Suparisa, 2012)

5. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Buku Saku Nukmil terhadap Perilaku Pencegahan Anemia Ibu Hamil di PMB Ny. Suparsih Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan Asymp. Sig. 2 tailed value 0,000 ($p \leq 0,05$) secara statistik maka terdapat pengaruh signifikan antara pendidikan kesehatan dengan media Buku Saku Nutrisi Kualitas Ibu Hamil (Nukmil) terhadap peningkatan perilaku

pencegahan anemia pada ibu hamil di PMB Ny. Suparsih Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Robiatul Adawiyani (2013) yang menyatakan bahwa pemberian buku saku berpengaruh terhadap perilaku pencegahan anemia. Aqilatul Munawaroh (2019) menyatakan bahwa edukasi buku saku berpengaruh terhadap perilaku pencegahan anemia.

Kegiatan Pendidikan kesehatan terhadap sasaran ibu hamil membutuhkan waktu dan seni tersendiri untuk dapat meyakinkan sehingga mau menerima informasi yang disampaikan oleh tenaga kesehatan. Cara-cara untuk mengurangi perilaku pencegahan anemia yang kurang baik pada ibu hamil adalah dukungan dari tenaga kesehatan dengan menjalin komunikasi yang baik dan memberikan penghargaan positif bagi ibu hamil. Selain itu juga diperlukannya motivasi dari keluarga agar perilaku ibu hamil dalam mencegah anemia dapat meningkat sehingga terhindar dari anemia yang dapat membahayakan bagi dirinya dan janin yang dikandungnya. Peningkatan informasi yang diberikan kepada ibu hamil akan berdampak pada peningkatan pengetahuan tentang pencegahan anemia. Setelah mengetahui tentang pencegahan anemia, maka ibu akan melakukan evaluasi pada pengetahuan dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Ketika ibu merasa bahwa perilaku kurang tepat, maka ibu akan memilih perilaku-perilaku yang lebih baik, sehingga meningkatkan sikap terhadap konsumsi tablet tambah darah (Astuti Setiawati dan Baiq In Rumintang, 2018).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, maka penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden adalah terbanyak berusia 21-34 tahun, usia kehamilan trimester I, tingkat pendidikan SMA, dan bekerja sebagai pegawai negeri/swasta.
2. Nilai rata-rata pengetahuan tentang pencegahan anemia sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil adalah 13,20 (baik) meningkat menjadi 16,00 (baik) setelah pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil.
3. Nilai rata-rata perilaku pencegahan anemia sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil adalah 15,77 (cukup) meningkat menjadi 20,37 (baik) setelah dilaksanakan pendidikan kesehatan dengan media buku saku Nukmil.
4. Pendidikan kesehatan dengan media Buku Saku Nutrisi Kualitas Ibu Hamil (Nukmil) berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan pencegahan anemia pada ibu hamil di PMB Ny. Suparsih Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen ($p \text{ value } 0,003 \leq 0,05$).
5. Pendidikan kesehatan dengan media Buku Saku Nutrisi Kualitas Ibu Hamil (Nukmil) berpengaruh signifikan terhadap perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil di PMB Ny. Suparsih Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen ($p \text{ value } 0,000 \leq 0,05$).

REFERENSI

Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2020*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.

- Nur Dewi Kartikasari. (2010). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Tentang Anemia Dengan Keteraturan Mengonsumsi Fe Pada Ibu Hamil Di Bps Sri Lumintu Surakarta. *Tesis*. Universitas Sebelas Maret Surakarta
- Dinas Kesehatan Jawa Tengah (2018). *Profil Kesehatan Jawa Tengah 2018*.
- Dinas Kesehatan Jawa Tengah (2019). *Profil Kesehatan Jawa Tengah 2019*.
- Dinas Kesehatan Jawa Tengah (2021). *Profil Kesehatan Jawa Tengah 2020*.
- Simbolon, D., Jumiayati & Rahmadi, A. (2018) *Modul Edukasi Gizi Pencegahan dan Penanggulangan Kurang Energi Kronik (Kek) dan Anemia pada Ibu Hamil*. Ed. 1. Yogyakarta: Deepublish.
- Ayu Rahmawati. (2019). Analisis Faktor Perilaku Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil dengan Pendekatan Teori Lawrence W. Green. *Skripsi*. Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2018: Kesehatan Reproduksi Remaja*. Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional, Badan Pusat Statistik, Kementerian Kesehatan.
- Ndegwa, S. K. (2019) 'Anemia & Its Associated Factors Among Pregnant Women Attending Antenatal Clinic At Mbagathi County Hospital, Nairobi County, Kenya', *African Journal of Health Sciences*, 32(1), pp. 59–73.
- Kholid, A. (2014). *Promosi Kesehatan: Dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media, dan Aplikasinya untuk Mahasiswa dan Praktisi Kesehatan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Robiatul Adawiyani. (2013). Pengaruh Pemberian Booklet Anemia Terhadap Pengetahuan, Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah Dan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil (Studi Kasus di Unit Rawat Jalan Rumkital Dr.Ramelan Surabaya). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* Vol.2 No.2 (2013)
- Aqilatul Munawaroh, Sri Achadi Nugraheni, M. Zen Rahfiludin. (2019). Pengaruh Edukasi Buku Saku Terhadap Perilaku Asupan Zat Besi Ibu Hamil Terkait Pencegahan Anemia Defisiensi Besi (Studi pada Ibu Hamil Trimester II Akhir di Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu Kota Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)* Volume 7, Nomor 4, Oktober 2019 (ISSN: 2356-3346)
- Wiwi Sartika, Yosi Suryarinilsih, Herwati, Murniati M. (2019). Peningkatan Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Gizi Dengan Media Buku Saku Di Smp Sabbihisma Padang. *Ensiklopedia of Journal*. Vol. 2 No.1 Edisi 1 Oktober 2019.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kombinasi*. Bandung: Alfabeta.
- Fenti Hasnani. 2019. *Faktor yang Mempengaruhi Akseptor dalam Memilih Alat Kontrasepsi Suntik*. *Quality : Jurnal Kesehatan* Vol. 13 No. 1, Mei 2019 e ISSN 2655-2434 (online).
- Yanti, D.. (2017). Hubungan anantara Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya dan Komplikasi Kehamilan Dengan Kepatuhan Kunjungan Diwilayah Tanah Sareal Bogor. *Jurnal Ilmiah Kesehatan* Volume 8 No. 1 Mei 2016 ISSN: 2302-1721
- Wawan, Dewi. (2011). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Sulistiyanti, A. (2015). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Anemia dengan Konsumsi Tablet Fe di Wilayah Kerja Puskesmas Masaran 1 Sragen*.
- Notoatmojo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fitriani, N.L., dan S. Andriyani. (2015). Hubungan Antara Pengetahuan dengan Sikap Anak Usia Sekolah Akhir (10-12 Tahun) Tentang Makanan Jajanan di SD Negeri II Tagog Apu Padalarang

- Kabupaten Bandung Barat Tahun 2015. *FIKES FPOK-UPI*.
- Ahmady (2018). Efektifitas Buku Saku Dalam Meningkatkan Pengetahuan Pendamping Ibu Nifas Di Kabupaten Mamuju. *Jurnal Kesehatan Manarang* Volume 4, Nomor 2, Desember 2018.
- Supariasa. (2012). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Astuti Setiawati dan Baiq Iin Rumintang. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Kelas Ibu Hamil Terhadap Kepatuhan Ibu dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di UPT BLUD Puskesmas Meninting Tahun 2018. *Jurnal Midwifery Update (MU)*.