

**PENGARUH EDUKASI PERAN ASAM FOLAT DALAM KESEHATAN
PRAKONSEPSI DENGAN MEDIA LEMBAR BALIK TERHADAP
PENGETAHUAN CATIN TENTANG ASAM FOLAT DI UPTD
PUSKESMAS BULU SUKOHARJO**

Kristina Widyawati¹⁾, Megayana Yessy Mareta²⁾, Arista Apriani²⁾

¹*Jurusan Kebidanan, Universitas Kusuma Husada Surakarta*

²*Dosen Kebidanan Universitas Kusuma Husada*

e-mail korespondensi: kristinwidya74@gmail.com

ABSTRAK

Prakonsepsi merupakan tahapan awal dalam persiapan persalinan dan bisa dimulai dipersiapkan sejak calon pengantin. Asam folat merupakan salah satu kebutuhan prakonsepsi yang harus terpenuhi agar melahirkan anak yang sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian lembar balik terhadap pengetahuan peran asam folat di masa prakonsepsi di Puskesmas Bulu, Sukoharjo. Populasi dalam penelitian ini adalah catindi Puskesmas Bulu dengan teknik pengambilan sampel *total sampling* dan didapatkan 30 responden dalam kurun waktu Mei-Juni 2023. Rancangan penelitian ini adalah kuasi eksperimental di Puskesmas Bulu, Sukoharjo. Cara pengumpulan data menggunakan kuesioner dan dianalisis univariat dan bivariat dengan SPSS IBM 25. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden bekerja sebagai karyawan swasta (56%) dan wiraswasta (30%) dengan pendidikan terakhir SMA (23%) dan dalam rentang usia 21-35 tahun (83%). Analisis bivariat dengan uji *wilcoxon sign rank test* menunjukkan angka $p < 0,05$ (CI=95%) Kesimpulan dari penelitian ini yaitu ada pengaruh pemberian lembar balik terhadap pengetahuan peran asam folat di masa prakonsepsi di Puskesmas Bulu, Sukoharjo.

Kata Kunci: Asam Folat, Lembar Balik, Pengetahuan, Prakonsepsi

ABSTRACT

Preconception is the initial stage in preparation for childbirth and can begin to be prepared from the bride and groom. Folic acid is one of the preconception needs that must be met in order to give birth to a healthy child. This study aims to determine the effect of giving a return sheet on the knowledge of the role of folic acid in the preconception period at the Bulu Health Center, Sukoharjo. The population in this study is the Bulu Health Center with a total sampling technique and 30 respondents were obtained in the period May-June 2023. The design of this research is quasi-experimental at Puskesmas Bulu, Sukoharjo. How data were collected using questionnaires and analyzed univariate and bivariate with IBM SPSS 25. The results showed that most respondents worked as private employees (56%) and self-employed (30%) with a recent high school education (23%) and in the age range of 21-35 years (83%). Bivariate analysis with Wilcoxon sign rank test showed a number of $p < 0.05$ (CI = 95%) The conclusion of this study is that there is an influence of giving back sheets on the knowledge of the role of folic acid in the preconception period at the Bulu Health Center, Sukoharjo.

Keywords: Folic Acid, Flip Chart, Knowledge, Preconception

1. PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu dampak dari kejadian malnutrisi yang telah berlangsung selama bertahun-tahun (Aryu Candra, 2020). Anemia yang tidak segera ditangani dapat mempengaruhi kesehatan jantung, paru, proses tumbuh kembang, maupun kehamilan. Ironisnya, angka remaja putri anemia di Indonesia masih tinggi meskipun pemerintah telah melakukan berbagai program untuk mengatasi malnutrisi (Riset Dasar Kesehatan, 2018).

Riset Dasar Kesehatan (2018) menunjukkan bahwa prevalensi anemia di Indonesia sebesar 23,7% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018). Kelompok usia dengan anemia tertinggi yaitu wanita usia subur pada rentang usia 15-24 tahun berjenis kelamin perempuan (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018).

Anemia disebabkan oleh dua hal, antara lain anemia gizi besi atau disebut defisiensi zat besi dan anemia karena defisiensi non besi, yaitu bisa disebabkan defisiensi asam folat ataupun defisiensi vitamin B12 (Nugrahani, 2020). Berdasarkan penelitian Nurgaheni (2020) menyatakan terdapat hubungan signifikan antara asam folat dengan kejadian anemia (Nugrahani, 2020).

Pemerintah telah melakukan upaya penurunan angka anemia dengan pemberian tablet tambah darah bagi remaja dan catin untuk memenuhi kebutuhan zat besi dan asam folat (BKKBN, 2020). Selain itu, pemerintah telah menjamin setiap calon ibu agar dapat mengakses pelayanan kesehatan yang berkualitas dan meningkatkan pengetahuan prakonsepsi bagi remaja dan wanita muda dewasa yang kelak akan menjadi seorang ibu agar dapat mempersiapkan diri baik secara jasmani maupun rohani

(Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Prakonsepsi merupakan tahapan awal sebelum kehamilan yang penting untuk menentukan kualitas bayi yang akan dilahirkan. Persiapan kebutuhan gizi sebelum kehamilan penting dilakukan untuk mengoptimalkan kesehatan bayi yang akan dilahirkan. Calon pengantin khususnya wanita merupakan sasaran terbaik untuk pemberian gizi prakonsepsi secara optimal karena mereka merupakan calon catin yang harus terpenuhi gizinya (Mamik, 2019).

Gizi kehamilan yang harus dipenuhi oleh catin salah satunya adalah asam folat. Asam folat merupakan komponen gizi penting yang harus dipenuhi sebelum dan selama masa kehamilan karena dapat mencegah BBLR, defek tabung saraf dan bermacam-macam abnormalitas kogenital lain (Aldika et al., 2018). Suplementasi asam folat biasa diberikan kepada calon pengantin atau wanita yang sedang mempersiapkan proses kehamilan. Wanita usia reproduktif dalam rentang usia 12-45 tahun disarankan untuk mengonsumsi asam folat karena masih memungkinkan untuk mengalami kehamilan (Moore A dkk., 2015).

Suplementasi asam folat bagi wanita usia reproduktif belum optimal yang disebabkan oleh pemahaman serta pengetahuan terkait manfaat mengonsumsi asam folat selama masa prakonsepsi maupun kehamilan masih kurang (Putri, 2019). Pengetahuan tentang asam folat dapat diberikan melalui beberapa cara kepada calon pengantin sebelum menikah sehingga menambah pengetahuan mengenai pentingnya asam folat (Santy, 2022).

Metode peningkatan pengetahuan terhadap kesehatan prakonsepsi yang selama ini digunakan antara lain konseling gizi prakonsepsi yang dilakukan oleh Doloksaribu dan

Simantupang (2019), penyuluhan kesehatan oleh Hurin'in (2021), pemberian modul oleh Astuti dkk (2020), dan penggunaan video edukasi oleh Mareta, Megayana Yessy (2019). Selain itu, terdapat pula penggunaan media lembar balik oleh Fauziatin dkk (2019).

Lembar balik merupakan salah satu media promosi kesehatan yang dapat mempengaruhi pengetahuan, sikap, maupun kebiasaan tentang nutrisi atau masalah kesehatan (Sutrisno dan Sinanto, 2022). Penelitian Fauziatin dkk (2019) mengungkapkan bahwa media lembar balik berpengaruh secara signifikan terhadap pengetahuan dan sikap calon pengantin sebelum dan setelah intervensi dengan pemberian media lembar balik (Fauziatin et al., 2019). Penelitian serupa oleh Rafli (2017) menyatakan bahwa media lembar balik berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap wanita usia subur pranikah tentang gizi seimbang (Rafli, 2017).

Studi pendahuluan yang dilakukan di UPTD Puskesmas Bulu, ditemukan 9 dari 10 calon pengantin yang datang untuk konsultasi pra nikah mengatakan belum mengetahui manfaat dari mengonsumsi asam folat di masa prakonsepsi. Berdasarkan fenomena tersebut, dapat dilakukan penelitian berupa pengaruh edukasi peran asam folat dalam kesehatan prakonsepsi dengan media lembar balik terhadap pengetahuan catin tentang asam folat di UPTD Puskesmas Bulu untuk mengetahui bagaimana pengaruh edukasi peran asam folat dalam kesehatan prakonsepsi dengan media lembar balik terhadap pengetahuan catin tentang asam folat di UPTD Puskesmas Bulu.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan *quasy experimental* menggunakan *pre test*

dan *post test without control group*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III di Puskesmas Bulu, Sukoharjo pada Mei-Juni 2023 dan didapatkan 30 sampel dengan teknik *total sampling*. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah pengetahuan tanda bahaya kehamilan trimester III, sedangkan variabel independen adalah media booklet. Cara pengumpulan data secara langsung dari responden menggunakan kuesioner dan analisis data secara univariat dan bivariat (uji *wilcoxon*) menggunakan SPSS IBM 24.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Analisis Univariante

Tabel 1. Karakteristik Sampel

Karakteristik Sampel	Jumlah	Frekuensi n	%
Pekerjaan			
Tidak Bekerja	2	2	7%
Karyawan Swasta	17	17	56%
Pedagang	6	6	20%
Wiraswasta	1	1	3%
Pegawai	4	4	14%
Pendidikan			
SMP	2	2	7%
SMA	23	23	74%
Perguruan Tinggi	5	5	17%
Usia			
<21 Tahun	5	5	17%
21-35 Tahun	25	25	83%

Berdasarkan distribusi frekuensi tersebut, diketahui bahwa sebagian besar responden bekerja sebagai karyawan swasta sebanyak 17 orang (56%) dengan pendidikan terakhir SMA sebanyak 23 orang (74%) dan dalam rentang usia 21-35 tahun sebanyak 25 orang (83%).

Responden dalam penelitian ini memiliki latar belakang tidak bekerja (7%), karyawan swasta (56%), pedagang (20%),

wiraswasta (3%) dan pegawai (14%). Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Notoadmodjo (2014), pekerjaan tidak termasuk faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang. Pekerjaan tidak berpengaruh dalam penelitian ini karena pekerjaan yang dimiliki responden tidak berkaitan dengan dunia kesehatan.

Latar belakang pendidikan responden terbanyak adalah SMA (74%), SMP (7%), dan sisanya perguruan tinggi (17%). Tingkat pendidikan dapat mempengaruhi proses belajar dan menerima informasi, apabila pendidikan yang ditempuh semakin tinggi, dapat membuat orang tersebut semakin mudah orang tersebut menerima informasi (Notoadmodjo, 2014). Sebagian besar responden dalam penelitian ini berasal dari jenjang SMA (80%) dan perguruan tinggi (17%) sehingga penerimaan informasi mengenai peran asam folat di masa prakonsepsi, seharusnya lebih baik.

Rentang usia responden yaitu 21-35 tahun (83%) dan berusia <21 tahun (17%). Pengetahuan juga dapat dipengaruhi oleh usia (Notoadmodjo, 2014). Berdasarkan tabel 4.1 sebagian besar responden berusia 21-35 tahun (84%) dan usia >35 tahun (13%) yang menandakan sudah cukup umur untuk menikah dan hamil sehingga telah memiliki kesiapan pengetahuan yang cukup.

b. Analisis Bivariat

Tabel 2. Uji *Wilcoxon*

Penge- tahuan	Pretest		Posttest		P- value
	n	%	n	%	
Baik	1	3%	27	90%	0,000
Cukup	1	3%	3	10%	

Kurang 28 96% 0 0%

Analisis *bivariate* dilakukan dengan uji *Wilcoxon sign rank* untuk mengetahui perbedaan pengetahuan saat pre test dan post test dengan hasil uji $p > 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima karena nilai $P = 0,000$. Berdasarkan hasil analisis *bivariate* didapatkan hasil bahwa ada pengaruh media lembar balik terhadap pengetahuan catin tentang peran asam folat di masa prakonsepsi di Puskesmas Bulu, Sukoharjo.

Lembar balik merupakan salah satu media pendidikan kesehatan yang memiliki bentuk berupa lembaran yang disusun sehingga menyerupai album atau kalender yang di dalamnya memuat gambar yang saat dibalik memiliki isi berupa informasi kesehatan (Sutrisno dan Sinanto, 2022). Lembar balik menggunakan bahan kertas plano yang dicetak bolak-balik, mudah diisi, serta memiliki warna yang cerah. Media ini cukup mudah digunakan dan dapat dimengerti dengan baik oleh para sasaran sehingga mampu meningkatkan pengetahuannya (Fauziatin dkk, 2019).

Berdasarkan tabel 4.2 hasil uji *Wilcoxon sign rank* menyatakan bahwa $p < 0,05$ sehingga didapatkan peningkatan pengetahuan secara signifikan pada responden ketika pre test dan post test. Peningkatan pengetahuan dipengaruhi berbagai macam faktor, yaitu tingkat pendidikan, usia, dan pengalaman (Notoadmodjo, 2014).

Pengetahuan yang mengalami peningkatan merupakan hasil dari adanya proses belajar yang telah dilakukan oleh seseorang. Berdasarkan hasil pretest pada table 4.2. didapatkan 96% responden memiliki pengetahuan yang kurang terkait kesehatan prakonsepsi. Setelah diberikan edukasi menggunakan lembar balik, responden

mengalami peningkatan pengetahuan menjadi baik sebanyak 90%.

Penelitian terdahulu (Fajria Maulida, 2016; Indrayati et al., 2019; Sudiana, 2023) turut mengungkapkan hasil serupa berupa terdapat pengaruh pemberian lembar balik terhadap pengetahuan seseorang. Selain itu, lembar balik merupakan media yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan pada berbagai kategori usia, mulai dari anak, remaja, hingga dewasa (Dewi et al., 2023; Fatmawati & Nurwanti, 2017; Putra et al., 2020).

Peningkatan pengetahuan dengan edukasi menggunakan lembar balik dipengaruhi oleh informasi dalam lembar balik mudah dimengerti serta menarik untuk dipelajari (Karim et al., 2019; Winancy et al., 2023). Media lembar balik telah digunakan sebagai media penunjang dalam penyuluhan khususnya penyuluhan kesehatan dan dinilai efektif untuk meningkatkan pengetahuan sasaran (Sofindra et al., 2013).

4. KESIMPULAN

Terdapat pengaruh edukasi peran asam folat dalam kesehatan prakonsepsi dengan media lembar balik terhadap pengetahuan catin mengenai asam folat di wilayah kerja UPTD Puskesmas Bulu, Sukoharjo.

5. SARAN

- a. Bagi responden/masyarakat
Penelitian ini diharapkan mampu menjadi bahan bacaan dalam memperoleh informasi kesehatan.
- b. Bagi Institusi Pendidikan
Penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi/rujukan bagi institusi pendidikan, khususnya kesehatan dan kebidanan.
- c. Bagi Peneliti Lain
Peneliti lain diharapkan mampu memperbaiki keterbatasan penelitian sehingga mendapatkan

hasil yang dapat mewakili populasi dan memiliki hasil yang lebih akurat.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih peneliti sampaikan kepada Puskesmas Bulu, Sukoharjo, responden, dan seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

REFERENSI

- Aldika, M. I. A., Febryanna, C., & Supriyono, A. (2018). *Peran Asam Folat Dalam Kehamilan*. <https://www.researchgate.net/publication/326961115>
- Aryu Candra. (2020). Epidemiologi Stunting. In *Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro*.
- Astuti, A., Marlynda Hm, & Dina Da. (2020). Pengaruh Modul Cerdas “Wandarzi” Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Wus Tentang Kek Pada Masa Kehamilan. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 11(2), 139–148.
- Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Departemen Kesehatan Republik Indonesia .
- Bkkbn. (N.D.). *Rencana Strategis Bkkbn 2020*. 2020. www.bkkbn.go.id
- Dewi, K. R., Sukaesih, N. S., Lindayani, E., Studi, P., Keperawatan, D., & Pendidikan Indonesia, U. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Lembar Balik Terhadap Peningkatan Sikap Phbs Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), 793–800.
- Doloksaribu, L., & Simantupang, A. (2019). Pengaruh Konseling Gizi Prakonsepsi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Wanita Pranikah Di Kecamatan Batang Kuis. *Wahana Inovasi: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat Uisu*, 8(1).
- FFajria Maulida, L. (2016). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan

- Lembar Balik Terhadap Perilaku Pemberian Asi Pada Ibu Post Partum. *Stik Aisiyah*.
- Fatmawati, & Nurwanti. (2017). Pengaruh Penyuluhan Asi Eksklusif Menggunakan Media Lembar Balik Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Mowewe Kabupaten Kolaka Timur. *Jurnal Gizi Ilmiah*, 4, 48–56.
- Fauziatin, N., Kartini, A., & Nugraheni, S. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Lembar Balik Tentang Pencegahan Stunting Pada Calon Pengantin. *Visikes : Jurnal Kesehatan Masyarakat*. [Http://Publikasi.Dinus.Ac.Id/Index.Php/Visikes](http://Publikasi.Dinus.Ac.Id/Index.Php/Visikes)
- Hurin'in, N. (2021). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Masyarakat Pada Penderita Gangguan Jiwa. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 87–94.
- Indrayati, N., Khayati, F. N., Nabilla, N., & Suparti, S. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Lembar Balik Terhadap Tingkat Pengetahuan Orangtua Tentang Perkembangan Anak Kejang Demam. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 2(1). <https://doi.org/10.32584/jika.2.1.2019>
- Karim, F., Soepardan S, Komalaningsih, S., Wijayanegara H, Sastramiardja, H., & Rowawi, R. (2019). Pengaruh Penerapan Pra Rujukan Menggunakan Lembar Balik Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Bidan Dalam Deteksi Dini Risikotinggi Maternal Di Beberapa Puskesmas Kabupaten Subang. *Jsk*, 5(2), 54–58.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Profil Kesehatan Indonesia 2020*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia*.
- Mamik, S. (2019). *Gizi Prakonsepsi: Mencegah Stunting Sejak Menjadi Calon Pengantin*. <https://www.researchgate.net/publication/344455979>
- Maretta, M. Y. (2019). Edukasi Video Sejam Kusuka Efektif Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Wus Tentang Kesehatan Prakonsepsi Di Universitas Setia Budi Surakarta. *Jurnal Kebidanan*, 8(2).
- Moore A, Mundle W, Connor Do, Ray J, & Hof Mv. (2015). Pre-Conception Folic Acid And Multivitamin Supplementation For The Primary And Secondary Prevention Of Neural Tube Defects And Other Folic Acid-Sensitive Congenital Anomalies. *J Obstet Gynaecol Can*, 37(6), 534–549.
- Nugrahani, D. D. (2020). *Hubungan Asupan Asam Folat Dan Vitamin B12 Dengan Kadar Hb Pada Remaja Putri Di Sman 01 Mojolaban*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Putra, E., Wirawan, S., Khairul Abdi, L., Irianto, Dan, Gizi, J., Kemenkes Mataram, P., Jalan Praburankasari Dasan Cermen, I., & Kota Mataram, S. (2020). Pengaruh Penyuluhan Perorangan Dengan Media Lembar Balik Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Balita Dalam Pemberian Mp-Asi Pada Balita Bgm Usia 6-59 Bulan Dilingkungan Babakan Kebon. In *Prime Nutrition Journal* (Vol. 5, Issue 1).
- Putri, J. C. A. (2019). Gambaran Tingkat Pengetahuan Pasien Ibu Hamil Tentang Manfaat Asam Folat Di Klinik Hayyat Medical And Wellness Center Di Mamuju. *Jklr: Jurnal Kesehatan Lawu Raya*, 8(1), 40–45.
- Rafli, M. (2017). *Pengaruh Konseling Gizi Dengan Media Lembar Balik*

Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap dan Praktik Gizi Seimbang Pada Wanita Usia Subur Pranikah di Kota Padang Tahun 2016. Universitas Andalas.

- Santy, P. (2022). Pengaruh Konseling Imunisasi Tt Terhadap Pengetahuan Calon Pengantin (Catin). *Malahayati Nursing Journal*, 4(5), 1151–1158. <https://doi.org/10.33024/Mnj.V4i5.6345>
- Sofindra, U., Nur, R., Risti, N., & Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung, J. (2013). Penyuluhan Menggunakan Media Lembar Balik Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Balita Tentang Kadarzi. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 11(1), 58–64.
- Sudiana, H. (2023). Pengaruh Media Lembar Balik Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Stunting. *Jurnal Fakultas Ilmu Kesehatan*, 3(2), 1–5.
- Sutrisno, & Sinanto, R. (2022). The Effectiveness Of Using Flipcharts As Health Promotion Media : Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 13(1), 1–11.
- Winancy, W., Mustofani, R., & Jehanara, J. (2023). Efektivitas Lembar Balik Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Sunat Perempuan Tahun 2022. *Muhammadiyah Journal Of Midwifery*, 3(2), 63. <https://doi.org/10.24853/Myjm.3.2.63-71>

