

**PENGARUH BUKU SAKU NUTRISI BERKUALITAS IBU HAMIL TERHADAP
PERILAKU PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL
DI PMB NY. SRIYATI KECAMATAN MASARAN
KABUPATEN SRAGEN**

Sriyati¹, Hutari Astuti², Rahajeng Putriningrum³

1 Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana
Universitas Kusuma Husada Surakarta

2,3 Dosen Program Studi Kebidanan Program Sarjana
Universitas Kusuma Husada Surakarta
Email: sriyati70774@gmail.com

Abstrak

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih banyak terjadi di seluruh dunia terutama di negara-negara berkembang. Angka kejadian anemia di dunia sebanyak 1,62 miliar orang, sekitar 24% dari keseluruhan populasi. Prevalensi wanita menderita anemia di dunia sebesar 36%, dimana ibu hamil sebesar 41,8% dan 30% wanita yang tidak hamil. World Health Organization (WHO) dalam *Worldwide Prevalence of Anemia* tahun 2015 menunjukkan bahwa prevalensi anemia di dunia berkisar 40-88%. Di Asia Tenggara, 25-40% remaja putri mengalami kejadian anemia tingkat ringan dan berat. Jumlah penduduk usia remaja (10-19 tahun) di Indonesia sebesar 26,2% yang terdiri dari 50,9% laki-laki dan 49,1% perempuan. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh buku saku nutrisi berkualitas ibu hamil terhadap perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan metode eksperimen semu (*quasy- experiment*). Desain penelitian ini menerapkan rancangan pre-eksperimen *One Group Pretest-Post test Design*. Berdasarkan hasil analisis uji normalitas menggunakan uji Shappiro-wilk menunjukkan nilai Sig. 0,030 yang lebih kecil dari 0,05 yang artinya distribusi data tidak normal, maka dilakukan uji hipotesis dengan uji bivariat menggunakan uji non parametik yaitu uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil 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 terhadap peningkatan perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil di PMB Ny Sriyati Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen. Daftar Pustaka : 31 (2014-2021)

Kata Kunci : Buku Saku, perilaku, ibu hamil, Anemia.

**PENGARUH BUKU SAKU NUTRISI BERKUALITAS IBU HAMIL
TERHADAP PERILAKU PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL
DI PMB NY. SRIYATI KECAMATAN MASARAN
KABUPATEN SRAGEN**

Sriyati¹, Hutari Astuti², Rahajeng Putriningrum³

1 Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana
Universitas Kusuma Husada Surakarta

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

Email: sriyati70774@gmail.com

Abstrac

Anemia is one of the public health problems that still occurs throughout the world, especially in developing countries. The incidence of anemia in the world is 1.62 billion people, about 24% of the total population. The prevalence of women suffering from anemia in the world is 36%, where pregnant women are 41.8% and 30% of women who are not pregnant. The purpose of the study was to determine the effect of quality nutrition pocketbooks of pregnant women on anemia prevention behavior in pregnant women. The type of research used in this study is quantitative research, using quasi-experimental methods. This research design applies the One Group Pretest-Post test Design pre-experiment design. Based on the results of the normality test analysis using the Shappiro-wilk test shows a Sig. value of 0.030 which is smaller than 0.05 which means that the data distribution is abnormal, maka dilakukan uji hipotesis dengan uji bivariat menggunakan uji non parametik yaitu uji Wilcoxon Signed Rank Test. The results of the Wilcoxon Signed Rank Test were obtained by Asymp. Sig. 2 tailed value 0.000 ($p \leq 0.05$) statistically, there is a significant influence between health education and the media of the Quality Nutrition Pocket Book for Pregnant Women on improving anemia prevention behavior in pregnant women in PMB Ny Sriyati, Masaran District, Sragen Regency.

Bibliography : 31 (2014-2021)

Keywords: Pocket Book, pregnant women, Anemia.

PENDAHULUAN

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 ibudi seluruh populasi ibu hamil (Daru *et al.*, 2018). 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, 2018). Sekitar 75-90% kasus anemia pada ibu hamil adalah anemia defisiensi besi. Anemia defisiensi besi masih tinggi angka prevalensinya akibat dari praktik pencegahan anemia yang rendah pada ibu hamil (Oumer, 2019). Faktor utama penyebab tingginya anemia pada ibu hamil antara lain akibat pola makan yang buruk selama kehamilan, kepatuhan yang rendah dalam mengonsumsi tablet zat besi serta ketidakteraturan dalam mengikuti pelayanan *antenatal care* (ANC) (Nurmasari, 2019).

Pola makan selama kehamilan termasuk pemilihan makanan dipengaruhi oleh pengetahuan, kepercayaan, dan persepsi tentang nutrisi dan kesehatan (Zhang *et al.*, 2018). Ketidakepatuhan 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 membayakan kesehatan bayi.

Ketidakteraturan ibu hamil dalam melakukan ANC dapat dilihat dari keterlambatan dalam memulai ANC dan frekuensi ANC yang kurang sesuai standar. *Antenatal care* (ANC) yang tidak teratur disebabkan akibat kurangnya pemahaman tentang tujuan dan manfaat ANC, waktu yang tepat dalam memulai ANC dan kurangnya dukungan suami (Begum *et al.*, 2018). Upaya pencegahan anemia yang tidak terlaksana dengan baik maka angka kejadian anemia pada akan ibu hamil tetap tinggi (Rahmawati, 2019). Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih banyak terjadi di seluruh dunia terutama di negara-negara berkembang. Angka kejadian anemia di dunia sebanyak 1,62 miliar orang, sekitar 24% dari keseluruhan populasi. Prevalensi wanita menderita anemia di dunia sebesar 36%, dimana ibu hamil sebesar 41,8% dan 30% wanita yang tidak hamil (Khalid, 2018). World Health Organization (WHO) dalam *Worldwide Prevalence of Anemia* tahun 2015 menunjukkan bahwa prevalensi anemia di dunia berkisar 40-88%. Di Asia Tenggara, 25-40% remaja putri mengalami kejadian anemia tingkat ringan dan berat. Jumlah penduduk usia remaja (10-19 tahun) di Indonesia sebesar 26,2% yang terdiri dari 50,9% laki-laki dan 49,1% perempuan (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

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 Tablet Tambah darah 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% (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).

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). Kebutuhan akan zat besi meningkat dua kali lebih banyak sehingga membutuhkan perhatian lebih dalam

mengonsumsi makanan sumber zat besi dan suplementasi tablet zat besi. Kandungan zat besi ada pada makanan seperti sayuran hijau, buah-buahan yang mengandung vitamin C, dan daging (Mariana, 2018). Upaya lain yang dapat dilakukan dalam mengurangi terjadinya anemia yaitu kepatuhan dalam minum tablet zat besi dan keteraturan dalam melakukan ANC. Menurut Permenkes No. 88 tahun 2014, pemerintah telah memberikan program pemberian tablet tambah darah. Ibu hamil diberikan tablet tambah darah, 1 tablet yang berisi 60 mg zat besi dan 0,25 µg asam folat secara teratur minimal 90 hari selama kehamilan (Kementerian Kesehatan RI, 2014).

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 berkualitas merupakan salah satu media yang memiliki banyak informasi tentang makanan yang bermanfaat untuk pencegahan anemia dapat digunakan untuk membantu berjalannya pendidikan kesehatan (Adawiyani, 2014).

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. Selain itu penelitian Vina Dwi Wahyunita, *et al.* (2021) menyimpulkan bahwa pendidikan kesehatan dengan curah pendapat (*brain storming*) disertai dengan pemberian *pocket book* (buku saku) pada Ibu hamil di Puskesmas Lorulun efektif dalam mengurangi angka kejadian anemia pada kehamilan.

Studi pendahuluan dilakukan pada tanggal 1-3 Mei 2023 dengan pemeriksaan terhadap 10 ibu hamil yang melakukan ANC di PMB Ny. Sriyati Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen, setelah dilakukan pemeriksaan didapatkan 2 ibu hamil dengan kadar HB normal ($HB > 11$ gr/dl), dan 8 ibu hamil yang mengalami anemia ringan

($HB < 11$ gr/dl). Sementara itu, berdasarkan hasil wawancara kepada 8 ibu hamil yang mengalami Anemia, sebanyak 6 ibu hamil tidak memahami mengenai anemia dan pencegahannya. Sebanyak 2 ibu hamil mengalami keterlambatan dalam melakukan ANC yang baru dilakukan saat trimester II dan III. Dari 10 ibu hamil yang melakukan ANC telah mendapatkan tablet zat besi, namun 8 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 8 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.

Berdasarkan fenomena yang terjadi, peneliti ingin menganalisis pengaruh buku saku nutrisi berkualitas dalam meningkatkan perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai landasan dalam mengatasi permasalahan mengenai perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil.

METODE PENELITIAN

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).

Penelitian diawali dengan melaksanakan pengukuran kemampuan awal dengan *pretest*. Pemberian *pretest* ini bertujuan untuk mengetahui perilaku awal pencegahan anemia ibu hamil sebelum diterapkan tindakan pemberian konseling dengan media buku saku nutrisi berkualitas. Setelah selesai *pretest*, langkah selanjutnya adalah pelaksanaan perlakuan atau *treatment*. *Treatment* pada penelitian ini memberikan konseling dengan media buku saku nutrisi berkualitas. Langkah selanjutnya adalah pemberian *posttest* yang merupakan pengukuran tingkat perilaku pencegahan

anemia ibu hamil setelah dilaksanakan *treatment* berupa konseling dengan media buku saku nutrisi berkualitas. Skor *pretest* dan *posttest* dibandingkan untuk mengetahui perubahan perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil di PMB Ny. Sriyati Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen.

Populasi adalah sejumlah besar subyek yang mempunyai karakteristik tertentu. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang melakukan ANC di PMB Ny. Sriyati Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen dari bulan Agustus sampai bulan September 2023 yang berjumlah 30 ibu hamil.

Sampel adalah bagian (subset) dari populasi yang dipilih dengan cara tertentu hingga dianggap dapat mewakili populasinya. Sampel yang masuk dalam penelitian ini harus memenuhi kriteria inklusi antara lain: Ibu hamil yang melakukan ANC di PMB Ny. Sriyati Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen, Ibu hamil yang tidak memiliki penyakit penyerta yang memberatkan kondisi ibu, Ibu hamil yang sehat jasmani dan rohani

Teknik *sampling* adalah suatu teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian (Sugiyono, 2016). Teknik *sampling* yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik *sampling* jenuh, yaitu teknik pengambilan sampel dimana seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian (Sugiyono, 2016).

Lokasi adalah tempat yang digunakan untuk pengambilan data selama kasus berlangsung (Sugiyono, 2016). Penelitian ini dilakukan di PMB Ny. Sriyati Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen.

Waktu penelitian adalah rentang waktu penelitian yang mencakup periode sejak dimulainya perencanaan penelitian sampai dengan penulisan laporan pelaksanaan penelitian (Johan Harlan & Rita Sutjiati Johan, 2018). Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September 2023 s/d Oktober 2023.

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Variabel dalam penelitian ini terdiri atas variabel independen dan variabel dependen.

HASIL

1. Karakteristik Responden

UMUR	JUMLAH	%
≤ 20 Tahun	1	3%
21 - 34 Tahun	24	80%
≥ 35 Tahun	5	17%
TOTAL	30	100%

USIA		
KEHAMILAN	JUMLAH	%
Trimester 1	11	37%
Trimester 2	9	30%
Trimester 3	10	33%
TOTAL	30	100%

PENDIDIKAN	JUMLAH	%
Tidak Sekolah	0	0%
SD	1	3%
SLTP	7	23%
SLTA	17	57%
Akademik/PT	5	17%
TOTAL	30	100%

PEKERJAAN	JUMLAH	%
Bertani	0	0%
Wiraswasta	4	13%
Pegawai		
Negeri/Swasta	11	37%
Karyawan/Buruh	8	27%
Tidak Bekerja	7	23%
TOTAL	30	100%

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 21 – 34 tahun yaitu 24 orang (80%) sehingga responden termasuk dalam usia ibu yang tidak berisiko untuk terjadi kehamilan. Mayoritas responden adalah ibu hamil trimester 1 yaitu sebanyak 11 orang (37 %).

Mayoritas responden adalah ibu hamil dengan tingkat pendidikan SLTA yaitu sebanyak 17 orang atau 57%.

Mayoritas responden adalah ibu hamil yang bekerja sebagai pegawai negeri/swasta yaitu sebanyak 11 orang atau 37%.

a. Perilaku Pencegahan Anemia

Tabel 4.5 Tingkat Perilaku Pencegahan Anemia

Tingkat Perilaku	Sebelum Tindakan		Setelah Tindakan	
	Jumlah	%	Jumlah	%
	Kurang	3	0,1	0
Cukup	16	53,33%	3	10,00%
Baik	11	36,67%	27	90,00%
Jumlah	30	100%	30	100%

Sumber : Data primer Diolah 2023

Tabel 4.6 menunjukkan bahwa perilaku pencegahan anemia ibu hamil sebelum dilaksanakan pendidikan kesehatan dengan Buku saku nutrisi berkualitas ibu hamil adalah mayoritas responden memiliki perilaku yang cukup dan baik yaitu sebanyak 16 responden atau 53,33%. Setelah dilaksanakan pendidikan kesehatan dengan Buku saku nutrisi berkualitas ibu hamil hasilnya mayoritas responden memiliki perilaku yang baik sebanyak 27 responden atau 90,0%.

Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statisti	df	Sig.	Statisti	df	Sig.
	c			c		
PRE	,126	30	,200	,952	30	,19
TES			*			6
T						
POS	,222	30	,001	,922	30	,03
T						0
TES						
T						

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

Sumber : Data primer Diolah 2023

Hasil uji normalitas menggunakan uji Shappiro-wilk menunjukkan nilai Sig. 0,030 yang lebih kecil dari 0,05 yang artinya distribusi data tidak normal.

a. Uji Hipotesis

Sehubungan uji normalitas menunjukkan bahwa distribusi data tidak normal, maka uji bivariat menggunakan uji non parametik yaitu uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. dengan bantuan program *Statistical Package for the Social Science (SPSS)*. Dengan ketentuan jika nilai signifikansi <0,05 maka terdapat pengaruh signifikan antara pendidikan kesehatan dengan media Buku Saku Nutrisi Kualitas Ibu Hamil

terhadap perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil di PMB Ny. Sriyati Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen. Jika signifikansi $>0,05$ maka tidak ada pengaruh signifikan antara pendidikan kesehatan dengan media Buku Saku Nutrisi Kualitas Ibu Hamil (Nukmil) terhadap perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil di PMB Ny. Sriyati Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen. Hasil *Wilcoxon Signed Rank Test* ditampilkan dalam tabel berikut ini:

Pengaruh Pendidikan Buku Saku Nukmil terhadap Perilaku Pencegahan Anemia

Tabel 4.9 Hasil Uji Bivariat Perilaku Pencegahan Anemia

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
POST TEST	Negative Ranks	2 ^a	11,75	23,50
PRE TEST	Positive Ranks	25 ^b	14,18	354,50
	Ties	3 ^c		
	Total	30		

Test Statistics^b

	POST TEST - PRE TEST
Z	-3,990 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Tabel 4.9 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 Sriyati Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Usia merupakan faktor yang mempengaruhi pengetahuan dan keterampilan seseorang untuk mengatasi masalah yang dihadapi. Tabel 4.1 menunjukkan bahwa responden terbanyak adalah berusia 21-34 tahun sebanyak 24 orang (80%). 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 perilaku pencegahan anemia berperan sebagai faktor intrinsik. Umur berhubungan dengan

struktur organ, fungsi reproduksi, komposisi biokimiawi termasuk sistem hormonal wanita (Fenti Hasnani, 2019).

Seperti yang kita ketahui, semakin tua umur seseorang maka proses perkembangan mentalnya bertambah baik, akan tetapi pada umur – umur tertentu, bertambahnya proses perkembangan mental ini tidak secepat ketika berusia belasan tahun, dengan demikian dapat disimpulkan faktor umur akan mempengaruhi perilaku seseorang yang akan mengalami puncaknya pada umur – umur tertentu dan akan menurun kemampuan penerimaan atau mengingat sesuatu seiring dengan usia semakin lanjut. Semakin muda seseorang semakin mudah pula menyerap apa yang disampaikan. Tidak hanya itu, semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan mengambil suatu keputusan serta mempengaruhi pengetahuan dan perilaku pencegahan anemia (Fenti Hasnani, 2019)

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa usia kehamilan responden terbanyak adalah wanita hamil pada trimester I sebanyak 11 orang atau 37%. Trimester pertama umur kehamilan merupakan masa yang menentukan untuk perkembangan selanjutnya bagi ibu dan janin yang dikandungnya. Oleh karena itu, apabila ibu mengalami defisiensi gizi dan terpapar pengaruh-pengaruh lain yang membahayakan janin seperti penggunaan obat, vitamin A

dosisi tinggi, radiasi atau trauma dapat merusak atau menghambat perkembangan janin selanjutnya. Selain itu, sebagian besar keguguran terjadi pada masa ini, bahkan sekitar sepertiga dari kejadian keguguran terjadi karena wanita tidak menyadari bahwa dia sedang benar-benar hamil. Trimester pertama adalah masa yang kritis, sehingga harus dihindari hal-hal yang berpotensi menyebabkan kegagalan pertumbuhan dan perkembangan janin. Pada trimester pertama sering terjadi perubahan fisik pada ibu hamil, seperti morning sickness, kelemahan, kelelahan, pusing, anemia, dan perasaan mual (Yanti, 2017).

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa responden terbanyak adalah berpendidikan SMA yaitu sebanyak 17 orang atau 57%. 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. 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 dalam perilaku pencegahan anemia. Tidak hanya itu seseorang yang tingkat pendidikannya rendah akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan informasi dan nilai-nilai baru yang diperkenalkan (Sulistiyanti, 2015).

Tabel 4.4 menunjukkan responden ibu hamil yang terbanyak adalah bekerja sebagai pegawai negeri/swasta sebanyak 11 orang atau 37%,. 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. Salah satu faktor struktur sosial yaitu pekerjaan akan mempengaruhi pemanfaatan pelayanan kesehatan, pekerjaan seseorang dapat mencerminkan sedikit banyaknya informasi yang diterima, informasi tersebut akan membantu seseorang dalam mengambil keputusan untuk memanfaatkan pelayanan kesehatan yang ada. Selain itu, lingkungan pekerjaan juga dapat menjadikan seseorang memperoleh

pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun secara tidak langsung (Lestari, 2015).

2. Perilaku tentang Pencegahan Anemia Ibu Hamil di PMB Ny. Sriyati 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 nutrisi berkualitas ibu hamil 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 nutrisi berkualitas ibu hamil adalah 15,77 (cukup) dan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media buku saku nutrisi berkualitas ibu hamil adalah 20,37 (baik). Sehingga dapat dikatakan bahwa pemberian pendidikan kesehatan dengan media buku saku nutrisi berkualitas ibu hamil dapat meningkatkan perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil di PMB Ny. Sriyati Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen.

Perilaku adalah bentuk respon atau reaksi terhadap stimulus atau rangsangan dari luar organisme (orang) namun dalam

memberikan respon sangat tergantung pada karakteristik ataupun faktor-faktor lain dari orang yang bersangkutan. Perilaku pemeliharaan kesehatan (*health maintenance*) adalah perilaku atau usaha-usaha seseorang untuk memelihara kesehatan agar tidak sakit dan usaha untuk penyembuhan jika sakit. Perilaku adalah suatu kegiatan atau aktifitas organisme (makhluk hidup) yang bersangkutan. Oleh karena itu, dari sudut pandang biologis semua makhluk hidup mulai dari tumbuh-tumbuhan, sampai manusia itu berperilaku, karena mereka mempunyai aktivitas masing-masing. Sehingga yang dimaksud dengan perilaku manusia, pada hakikatnya adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas antara lain: berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, membaca dan sebagainya (Notoatmodjo, 2014). Kesehatan seseorang atau masyarakat dipengaruhi oleh 2 faktor pokok, yakni perilaku (*behavior causes*) dan faktor di luar perilaku (*non behavior causes*). Perilaku itu sendiri ditentukan atau terbentuk dari 3 faktor, yakni faktor predisposisi (*predisposing factor*), faktor-faktor yang mendukung (*enabling factor*) dan faktor-faktor yang memperkuat atau mendorong (*reinforcing factor*) (Green and Kreute dalam Notoatmodjo, 2014).

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). Pola makan menjadi faktor penting yang harus diperhatikan oleh ibu hamil. Kebutuhan akan zat besi meningkat dua kali lebih banyak sehingga membutuhkan perhatian lebih dalam mengonsumsi makanan sumber zat besi dan suplementasi tablet zat besi. Kandungan zat besi ada pada makanan seperti sayuran hijau, buah-buahan yang mengandung vitamin C, dan daging (Mariana, Wulandari & Padila, 2018).

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).

3. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Buku Saku Nukmil terhadap Perilaku Pencegahan Anemia Ibu Hamil di PMB Ny. Sriyati 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. Sriyati Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Robiatul Adawiyani (2014) yang menyatakan bahwa pemberian buku saku berpengaruh terhadap perilaku pencegahan anemia. Aqilatul Munawaroh (2019) menyatakan bahwa edukasi buku saku berpengaruh terhadap perilaku pencegahan anemia.

Pendidikan kesehatan pasien merupakan salah satu pilar penting untuk mengoptimalkan terapi. Jika edukasi dapat dijalankan secara efektif, dapat meningkatkan kepatuhan dan pengelolaan diri sendiri oleh pasien terhadap penyakitnya. Pada penelitian ini

Pendidikan kesehatan diberikan melalui buku saku Nukmil diharapkan dapat mewakili penyampaian informasi mengenai pencegahan anemia kepada ibu hamil. Buku saku lebih dipilih sebagai media pendidikan kesehatan untuk ibu hamil karena dibandingkan dengan media edukasi visual lainnya, seperti *leaflet* dan poster, informasi yang terdapat di buku saku dapat lebih banyak dan terinci (Robiatul Adawiyani, 2014).

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, 2018).

Pendidikan kesehatan yang baik sangat diperlukan dalam mendorong perilaku ibu dalam mencegah kejadian anemia selama kehamilan. Kemudahan untuk mendapatkan informasi dapat membantu seseorang untuk memperoleh pengetahuan baru dan kejadian yang pernah dialami seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya akan memengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Pentingnya memberikan pesan dan arahan yang jelas dari petugas kesehatan kepada ibu dapat meningkatkan kesadaran serta meningkatkan pengetahuan ibu tentang anemia dan dapat mentoleransi efek samping suplementasi yang dialami ibu selama kehamilan (Sartika, 2019).

Kesimpulan

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

- a. Karakteristik responden adalah terbanyak berusia 21-34 tahun sejumlah 24 orang (80%), usia kehamilan

trimester I sejumlah 11 orang (37%), tingkat pendidikan SMA sejumlah 17 orang (57%), dan bekerja sebagai pegawai negeri/swasta sejumlah 11 orang (11%).

- b. Nilai rata-rata perilaku pencegahan anemia sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media buku saku nutrisi berkualitas ibu hamil adalah 15,77 (cukup) meningkat menjadi 20,37 (baik) setelah dilaksanakan pendidikan kesehatan dengan media buku saku nutrisi berkualitas ibu hamil.
- c. Pendidikan kesehatan dengan media Buku Saku Nutrisi Kualitas Ibu Hamil (Nukmil) berpengaruh signifikan terhadap perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil di PMB Ny. Sriyati Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen (p value $0,000 \leq 0,05$).

Saran

- a. Bagi Institsuti Pendidikan Kebidanan
Institisi Pendidikan Kebidanan agar memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai bahan pertimbangan pada pendidikan kebidanan dalam memberikan pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia.
- b. Bagi Tenaga Kesehatan
Tenaga kesehatan diharapkan memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai referensi untuk mendukung pelaksanaan pelayanan pendidikan kesehatan kepada ibu hamil tentang pencegahan anemia.
- c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya perlu melakukan penelitian lanjutan dengan menambahkan variabel-variabel yang berhubungan peningkatan pengetahuan dan perilaku pencegahan anemia..

d. Bagi Responden Penelitian

Diharapkan para responden bisa menerapkan pengetahuan yang didapat dengan lebih memperhatikan pemilihan makanan yang dikonsumsi agar bisa meningkatkan perilaku pencegahan anemia serta patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD).

DAFTAR PUSTAKA

- Adventus, et al (2019). *Buku Ajar Promosi Kesehatan*. Jakarta: Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia
- 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)
- Ayu Rahmawati. 2019. *Analisis Faktor Perilaku Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil dengan Pendekatan Teori Lawrence W. Green*. Skripsi. Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga
- Begum, K. et al. (2018) 'Prevalence of and Factors Associated with Antenatal Care Seeking and Adherence to Recommended Iron-Folic Acid Supplementation among Pregnant Women in Zinder, Niger', *Maternal and Child Nutrition*, 14(March 2017), pp. 1–11. doi: 10.1111/mcn.12466.
- Daru, J. et al. (2018) 'Articles Risk of maternal mortality in women with severe anaemia during pregnancy and post partum : a multilevel analysis', pp. 548–554. doi: 10.1016/S2214-109X(18)30078-0.
- Dinas Kesehatan Jawa Tengah (2019). *Profil Kesehatan Jawa Tengah 2019*.
- Kemenkes RI. (2014). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2018: Kesehatan Reproduksi Remaja*. Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional, Badan Pusat Statistik, Kementerian Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia 2020*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.

- Kementerian Kesehatan RI (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2020*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Khalid, R. (2018) 'Risk Factors for Anemia in Pregnant Women in A Rural Area of Bahawalnagar Pakistan- A Descriptive Cross Sectional Study' Pakistan. *Journal of Medical and Health Sciences*, 11(October 2017), pp.2–7.
- Kholid, A. (2014). *Promosi Kesehatan: Dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media, dan Aplikasinya untuk Mahasiswa dan Praktisi Kesehatan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Mariana, D., Wulandari, D. & Padila (2018) 'Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas', *Jurnal Keperawatan Silampari*, 1(2), pp. 108–122
- 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.
- Notoatmodjo,S.(2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Nurmasari, V. & Sumarmi, S. (2019) 'Hubungan Keteraturan Kunjungan Antenatal Care dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III di Kecamatan Maron Probolinggo', *Amerta Nutrition*, 3(1)
- Nurul Hidayati Dyah Sulistyani, Jamzuri, dan Dwi Teguh Rahardjo. (2013) *Perbedaan Hasil Belajar Siswa antara Menggunakan Media Pocket Book dan Tanpa Pocket Book pada Materi Kinematika Gerak Melingkar Kelas X*, *Jurnal Pendidikan Fisika*, Vol. 1 (No.1), 2015, hlm. 167.
- Oumer, A. & Hussein, A. (2019) 'Knowledge, Attitude and Practice of Pregnant Mothers towards Preventions of Iron Deficiency Anemia in Ethiopia : Institutional Based Cross Sectional Study', *Health Care: Current Reviews*, 7(1),
- Dr. Endah Saptutyingsih (2018). *Pedoman Penulisan Usulan Penelitian Skripsi Dan Publikasi Karya Ilmiah*. Fakultas Ekonomi dan Bisnis UMY
- Pudjiati, et.al. (2014). *Age and Attitudes of Primary School Students Basic Sanitation Influence Behavior Clean and Healthy Lifestyle*. *JKep*. Vol. 2 No. 3 Nopember 2014, hlm 85-96
- Ranintya Meikahani dan Erwin Setyo Kriswanto. (2015) *Pengembangan Buku Saku Pengenalan Pertolongan dan Perawatan Cedera Olahraga untuk Siswa Sekolah Menengah Pertama*. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Vol. 11 (No.1), 2015, hlm. 16.

- 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 (2014)
- Simbolon, D., Jumiyati & Rahmadi, A. (2018) *Modul Edukasi Gizi Pencegahan dan Penanggulangan Kurang Energi Kronik (Kek) dan Anemia pada Ibu Hamil*. Ed. 1. Yogyakarta: Deepublish.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kombinasi*. Bandung: Alfabeta.
- Susilawati, D., dan Sudarmiati, S. (2015). Efektivitas Paket Sayang Ibu Terhadap Kepatuhan Minum Tablet Besi Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kecamatan Ungaran Barat. Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Keperawatan Maternitas*. Volume 3, No. 2, November 2015; 75-81
- Vina Dwi Wahyunita, Marlynda Happy Nurmalita Sari. (2021). Media Pocket Book dan Pemberian Tablet Fe dalam Menurunkan Anemia pada Ibu Hamil. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*. Volume 2 Nomor 2 Juli 2021.
- Wabula, M. (2014). Hubungan Antara Kepatuhan Konsumsi Tablet Besi dan Infeksi Malaria dengan Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di Kota Ambon. *Tesis*. Universitas Udayana Denpasar.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2017). *Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia* (Kedua). Yogyakarta: Nuha Medika
- Wibowo N, Irwinda R, Hiksas R. Anemia Defisiensi Besi Pada Kehamilan. Jakarta: UI Publishing; 2021.
- 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.
- World Health Organization. 2014. *Haemoglobin Concentrations for The Diagnosis of Anaemia and Assessment of Severity*. *Vitamin and mineral Nutrition Information System*. Geneva: WHO.
- Zhang, Q. et al. (2018) 'Prevalence and Knowledge of Anemia Among Pregnant Women Enrolled in Women, Infants and Children Supplemental Food Program, Vol. 48(No. 6). doi: 10.1108/NFS-03-2018.