

PENGARUH PENDIDIKAN GIZI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN GIZI IBU HAMIL ANEMIA DI KOTA PEKANBARU

(The effect of nutrition education on the increase in hemoglobin levels of anemic pregnant women at the Pekanbaru city)

Besti Verawati¹, Nopri Yanto², Annisa Wulandari³

^{1,3}Program Studi S1 Gizi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau

Email¹ : bestiverawati167@gmail.com

Email³ : annisa@gmail.com

²Program Studi S1 Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau

Email² : nopriyanto@gmail.com

ABSTRACT

Knowledge of nutrition is factors that cause anemia in pregnant women. The prevalence of anemia in pregnant women is always increasing every year.. The aim of the study was to analyze the effect of nutrition education n the increase in hemoglobin levels of anemic pregnant women at Sidomulyo Public Health Center. This type of research is quantitative with a quasi-experimental method with a pretest-posttest design with a control group. The study was conducted June 2020 with a total sample of 30 anemia pregnant women. The data collection techniques used to measure the knowledge of pregnant women were questionnaires, hemoglobin levels using the easytouch. The results showed that the average hemoglobin level in the control group before the intervention was 10.2 gr / dl, after the intervention was 10.6 g / dl and the treatment group before the intervention was 10.5 gr / dl and 11.4 gr / dl after the intervention. The results of the paired sample T-test in the control group and the treatment group (0.000), means that there is a significant difference in nutrition education The conclusion is that there is an effect of nutrition education on hemoglobin levels of anemic pregnant women.

Keywords: Anemic pregnant women, Nutrition education

PENDAHULUAN

Anemia pada kehamilan merupakan masalah nasional karena mencerminkan nilai kesejahteraan ekonomi masyarakat dan pengaruhnya sangat besar terhadap kualitas sumber daya manusia. Anemia kehamilan disebut “*potential danger to mather and child*” (potensi

membahayakan ibu dan anak), karena itulah anemia memerlukan perhatian serius dari pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan pada lini terdepan (Manuaba dkk, 2013).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 bahwa sekitar

21,7% penduduk Indonesia mengalami anemia, 48,9 % terjadi pada ibu hamil, meningkat dibandingkan di tahun 2013 sebesar 37,1%. Kejadian anemia pada ibu hamil di Provinsi Riau juga mengalami peningkatan dari tahun 2017 yakni 34,8% menjadi 37,1% pada tahun 2018. Sedangkan kejadian anemia pada ibu hamil di kota Pekanbaru pada tahun 2019 yaitu 38,1% mengalami peningkatan dari tahun 2018 yaitu 36,7%. Berdasarkan data profil puskesmas Sidomulyo Rawat Inap Kota Pekanbaru tahun 2019 bahwa angka kejadian ibu hamil anemia sebesar 41,5%. Hal tersebut menunjukkan anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan masyarakat, terutama di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap karena prevalensinya yang lebih dari 40% (Kemenkes RI, 2013).

Salah satu faktor dasar yang menyebabkan anemia adalah pengetahuan. Pengetahuan merupakan hasil proses penginderaan terhadap objek tertentu. Proses penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman rasa dan melalui kulit. Pengetahuan merupakan faktor dominan yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pendidikan yang baik akan mempermudah untuk mengadopsi

pengetahuan tentang kesehatannya. Rendahnya tingkat pendidikan ibu hamil dapat menyebabkan keterbatasan dalam upaya menangani masalah gizi dan kesehatan keluarga termasuk mengatasi masalah anemia yang berkaitan dengan asupan zat besi. Tingkatan pengetahuan ibu mempengaruhi perilakunya, makin tinggi pendidikan atau pengetahuannya makin tinggi kesadaran untuk mencegah terjadinya anemia (Nurhidayati, 2013).

Dampak dari anemia pada kehamilan dapat terjadi abortus, persalinan prematuritas, hambatan tumbuh kembang janin dalam rahim, mudah terjadi infeksi, perdarahan antepartum, ketuban pecah dini (KPD), dan pada kala nifas menimbulkan perdarahan pospartum, memudahkan infeksi dan pengeluaran air susu ibu (AS1) berkurang (Aryanti dkk, 2013).

Kebutuhan zat besi dalam tubuh dapat ditingkatkan dengan cara mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang dengan kandungan zat besi yang tinggi. Menurut Almatzier (2011), cara meningkatkan kadar hemoglobin dalam tubuh adalah meningkatkan konsumsi makanan bergizi yakni makanan yang banyak mengandung zat besi dari bahan makanan hewani (hati ayam, daging, ikan, daging ayam, kuning

telur) dan bahan makanan nabati (kacang hijau, tahu, tempe, kacang tanah, kacang merah) serta sumber vitamin dan mineral (sayur-sayuran berwarna hijau tua dan buah-buahan). Sumber zat besi adalah daging berwarna merah (sapi, kambing, domba), buncis, sayuran hijau, telur, kacang-kacangan, *sea food*. Sumber folat adalah buah segar, sayuran hijau, kembang kol, hati, ginjal, produk olahan susu.

Hasil survey pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap pada 10 orang ibu hamil, didapatkan hasil 2 orang ibu hamil mengalami anemia sedang (20%) dan 2 orang ibu hamil mengalami anemia ringan (20%) sedangkan 6 orang ibu hamil tidak mengalami anemia (60%). Kemudian dari 10 ibu hamil tersebut 5 orang (50%) memiliki pengetahuan cukup, 4 orang (40%) pengetahuannya kurang dan 1 orang (10%) memiliki pengetahuan baik. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis pengaruh pendidikan gizi terhadap Peningkatan kadar hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia di Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap Kota Pekanbaru.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan dengan metode *quasi* eksperimen dengan

rancangan *pretest-posttest* dengan kelompok kontrol tanpa penugasan random. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2020 di Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap Kota Pekanbaru. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 orang ibu hamil anemia.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner digunakan untuk mengetahui karakteristik responden, pengetahuan, dan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah perlakuan. Stick Hemoglobin Testing untuk mengukur kadar hemoglobin responden. Uji statistic yang digunakan adalah Paired t-Test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Tabel 1 Karakteristik ibu hamil

Karakteristik ibu hamil	Kontrol		Perlakuan	
	n	%	n	%
Usia kehamilan				
Trimester II	5	33,3	4	26,7
Trimester III	10	66,7	11	73,3
Total	15	100	15	100
Tingkat Pendidikan				
Rendah	6	40,0	3	20,0
Menengah	7	46,7	10	66,7
Tinggi	2	13,3	2	13,3
Total	15	100	15	100

Berdasarkan tabel 1 karakteristik ibu hamil untuk usia kehamilan hampir

seluruh ibu hamil di kelompok perlakuan berada pada trimester III dan sebagian besar ibu hamil pada kelompok kontrol juga berada pada trimester III. Selanjutnya pada kelompok perlakuan sebagian besar ibu hamil memiliki tingkat pendidikan menengah begitu juga pada kelompok kontrol.

Tabel 2 Rata-rata Skor Pengetahuan Ibu Hamil Anemia Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Gizi di Puskesmas Sidomulyo Rawat Rawat Inap

Pengetahuan	Mean ± SD	Min – Max
Kontrol		
Pre	61,7 ± 8,2	45 – 75
Post	64,3 ± 6,5	55 – 75
Perlakuan		
Pre	62,3 ± 11,2	40 – 75
Post	72 ± 9,6	55 – 85

Berdasarkan tabel 2 rata-rata skor pengetahuan pada ibu hamil sebelum intervensi pada kelompok kontrol sebesar $61,7 \pm 8,2$ dan pada kelompok perlakuan sebesar $62,3 \pm 11,2$, setelah diberikan intervensi pada masing-masing kelompok terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan pada kelompok perlakuan sebesar $72 \pm 9,6$ lebih tinggi dibandingkan pada kelompok kontrol yaitu $64,3 \pm 6,5$.

Analisa Bivariat

Tabel 3 Hasil uji rata-rata skor pengetahuan Ibu Hamil Anemia pada masing-masing dan antar kelompok di Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap

Pengetahuan	Mean±SD	Min-	p
-------------	---------	------	---

		Max	value*
Kontrol			
Pre	61,7± 8,2	45-75	0,015
Post	64,3± 6,5	55-75	
Selisih (Δ)	2,7		
Perlakuan			
Pre	62,3± 11,2	40-75	0,002
Post	72 ± 9,6	55-85	
Selisih (Δ)	9,7		

p value* = hasil uji pada masing-masing kelompok

Berdasarkan tabel 3 skor pengetahuan ibu hamil pada masing-masing kelompok baik kelompok kontrol maupun kelompok perlakuan menunjukkan ada perbedaan yang signifikan ditandai dengan *p value** < 0,05, Jika dilihat selisih rata-rata skor pengetahuan pada kelompok perlakuan yaitu 9,7 lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu 2,7.

Berdasarkan hasil uji antar kelompok kontrol dan perlakuan diperoleh hasil *p value* < 0,05 untuk variable kadar Hb (0,001) dan asupan Fe (0,000). Hal ini menunjukkan adanya perbedaan kadar Hb dan asupan Fe pada ibu hamil antara kelompok kontrol dan perlakuan.

Pengetahuan gizi adalah sesuatu yang diketahui tentang makanan dalam hubungannya dengan kesehatan optimal. Pengetahuan gizi meliputi pengetahuan tentang pemilihan dan konsumsi sehari-hari dengan baik dan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi

normal tubuh. Pemilihan dan konsumsi bahan makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang (Almatsir, 2010). Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan gizi pada ibu hamil adalah dengan memberikan pendidikan gizi berupa konseling, kemudian dilakukan pengukuran pengetahuan ibu hamil dengan memberikan kuesioner yang telah di uji validitas dan realibilitasnya sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi.

Menurut asumsi peneliti, pengetahuan ibu hamil dapat meningkat jika diberikan pendidikan gizi berupa konseling dan menggunakan media yang tepat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih penulis ucapkan kepada semua pihak yang telah membantu dan memberikan masukan demi kesempurnaan hasil penelitian ini.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Ada pengaruh pendidikan gizi terhadap peningkatan pengetahuan gizi pada ibu hamil anemia di Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap.

Saran

Diharapkan pada penelitian selanjutnya untuk melakukan intervensi pemberian pangan sumber Fe untuk ibu hamil

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. 2011. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Aryanti, Wardiah, dkk 2013. Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sekampung Kabupaten Lampung Timur. *Jurnal Kesehatan Holistik*. 8(2) : 53-58.
- Barasi, ME. 2007. *Ilmu Gizi*. Jakarta: EMS
- Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru. 2019. Profil KIA. Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap: Pekanbaru.
- Dwiriani, Meti. 2011. Pengaruh pemberian zat multi gizi mikro dan pendidikan Gizi terhadap pengetahuan gizi, pemenuhan zat gizi dan status besi remaja putri. *Journal of Nutrition and Food*: 6(3): 171-177.
- Elvanita, dkk. 2019. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia Pada ibu hamil di wilayah kerja UPTD Puskesmas Siak Hulu I dan III Tahun 2018. *Jurnal Photon*: 9(2): 107-113
- Helty, 2008. Pengaruh jus kacang hijau terhadap kadar hemoglobin dan jumlah sel darah dalam konteks asuhan keperawatan pasien kanker dengan kemoterapi.: Perpustakaan Universitas Indonesia.
- Kementerian Kesehatan RI, 2018. Pusat Data dan Informasi (Infodatin). <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/info-datin-ibu.pdf>
- Krisnawati, Desi dkk. 2015. Faktor-faktor terjadinya anemia pada ibu

- primigravida di wilayah kerja Puskesmas Pringsewu Lampung. *Jurnal Keperawatan*: 6(2) : 79-87.
- Kusumawati, Estri dkk. 2018. Perbedaan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) remaja menggunakan metode sahli dan digital (*easy touch* GCHb). *Journal of Health Science and Prevention*: 2(2): 95-98.
- Marfuah, Dewi. 2017. Efektifitas edukasi gizi terhadap perbaikan asupan protein dan kadar hemoglobin pada remaja putri. *Jurnal Gizi UMS*: 132-138.
- Purwono dan Rudi hartono. 2005. *Kacang Hijau*. Depok: Wisma Hijau
- Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap. 2019. *Profil Kesehatan Puskesmas 2019*. Pekanbaru
- WHO. 2014. Maternal Mortality. Diakses pada tanggal 5 Januari 2019 dari, www.who.int/gho/maternal_health/mortality/maternal_mortality_text .204