**PENGARUH KONSELING GIZI DAN PEMBERIAN LEAFLET TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN ASUPAN MAKANAN SUMBER ZAT BESI IBU HAMIL**

**ANEMIA DI PUSKESMAS BELIMBING**

**KOTA PADANG TAHUN 2024**

Skripsi

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan*

*Studi Pendidikan Sarjana Gizi*



**Oleh:**

**YOSI SEPRIANI**

**NIM: 2220273106**

**PROGRAM STUDI GIZI**

**UNIVERSITAS PERINTIS INDONESIA**

**2024**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI**

**UNIVERSITAS PERINTIS INDONESIA**

**Skripsi, 19 April 2024**

**YOSI SEPRIANI**

**PENGARUH KONSELING GIZI DAN PEMBERIAN LEAFLET TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN ASUPAN MAKANAN SUMBER ZAT BESI IBU HAMIL ANEMIA DI PUSKESMAS BELIMBING KOTA PADANG TAHUN 2024**

**ABSTRAK**

Anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan masyarakat secara global. Prevalensi anemia pada ibu hamil di Dunia pada tahun 2021 sebesar 40%. Hasil survey yang dilakukan di Kota Padang th 2021 menunjukan prevalensi ibu hamil anemia 48.9 %. Di Puskesmas Belimbing prevalensi Ibu hamil Anemia 31.4 % pada tahun 2023. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling gizi dan pemberian *leaflet* terhadap pengetahuan, sikap dan asupan makanan sumber zat besi ibu hamil anemia di Puskesmas Belimbing.

Penelitian ini merupakan studi pre-*eksperimen one group pretest post test design*. Sampel sebanyak 17 ibu hamil anemia yang diambil secara *accidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *pre test – post test* pengetahuan, sikap ibu hamil dan Form FFQ untuk Asupan Makanan sumber zat besi. Analisis data bivariat menggunakan uji t-dependen dan uji *wilcoxon*.

Berdasarkan hasil uji statistic yaitu Paired T Test didapatkan hasil rata-rata skor pengetahuan ibu hamil sebelum intervensi adalah 9,71 dan sesudah intervensi sebesar 12,53. Rata-rata skor sikap sebelum intervensi adalah 6,94 dan sesudah intervensi sebesar 9,53. Rata-rata skor asupan makanan sumber zat besi sebelum intervensi adalah 23,58 dan sesudah intervensi sebesar 30,87. Ada pengaruh konseling gizi menggunakan *leaflet* terhadap pengetahuan (p-*value*=0,000), sikap (*p-value*=0,000) dan asupan makanan sumber zat besi (p-*value*=0,000) pada ibu hamil anemia.

Pemberian konseling gizi dan *leaflet* secara rutin kepada ibu hamil cukup efektif dan dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang anemia, sikap dan pemahaman ibu dalam memilih makanan yang bernutrisi khususnya asupan makanan sumber zat besi dengan tingkat efektifitas kategori sedang, Sehingga pemberian konseling gizi dan leaflet ini dapat diterapkan dan dilanjutkan oleh Petugas Gizi di Puskesmas.

Kata Kunci (Key Word) : Anemia, konseling gizi, leaflet, zat besi

**Daftar Bacaan** : 2012-2023

**PROGRAM STUDI S1 GIZI**

**UNIVERSITAS PERINTIS INDONESIA**

**Skripsi, 19 April 2024**

**YOSI SEPRIANI**

**THE INFLUENCE OF NUTRITIONAL COUNSELING AND PROVIDING LEAFLETS ON KNOWLWDGE, ATTITUDE AND FOOD INTAKE OF IRON SOURCE OF ANEMIA PREGNANT WOMWN AT THE BELIMBING HEALTH CENTER PADANG CITY 2024**

**ABSTRACT**

Anemia in pregnant women is still a global public health problem. The prevalence of anemia in pregnant women in the world in 2021 is 40%. The results of a survey conducted in Padang City in 2021 showed that prevalence of anemia in pregnant women was 48.9%. At the Belimbing Community Health Center, the prevalence of anemia in pregnant women is 31.4 % in 2023. This study aims to determine the effect of nutritional counseling and providing leaflets on the knowledge, attitudes and intake of food sources of iron for anemic pregnant women at the Belimbing Community Health Center.

This research is a pre-experimental one group pretest post test design study. The sample was 17 anemic pregnant women taken by accidental sampling. Data were collected using pre-test – post-test knowledge questionnaire, attitudes, of pregnant women and the FFQ Form for Intake of Food Sources of Iron. Bivariate data analysis used the dependent T-tes and Wilcocson test.

Based on the results of statistical tests, namely the Paired T test, the average knowledge score of pregnant women before the intervention was 9.71 and after the intervention was 12.53. The average attitude score before the intervention was 6.94 and after the intervention was 9.53. The average score for intake of food sources of iron before the intervention was 23.58 and after the intervention was 30.87. There is an effect of nutritional counseling using leaflets on knowledge (p-value=0.000), attitudes (p-value=0.000) and intake of food sources of iron (p-value=0.000) in anemic pregnant women.

Providing routine nutritional counseling and leaflets to pregnant women is quite effective and can increase mothers knowledge about anemia, mothers attitudes and understanding in choosing nutritious foods, especially intake of food sources of iron with a medium level of effectiveness, so that providing nutritional counseling and leaflets can be implemented, and continued by the Nutrition Officer at the Community Health Center.

Keywords : Anemia, Nutrition Counseling, Leaflet, Iron

Reading List : 2012-2023

**BAB I**

**PENDAHULUAN**

* 1. **Latar Belakang**

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang dapat mempengaruhi kehamilan. Anemia merupakan suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah daripada nilai normal untuk kelompok dan usia tertentu. Pada ibu hamil kadar hemoglobin dibawah 11 gr/dl diketegorikan sebagai kondisi anemia (WHO, 2021). Anemia pada masa kehamilan adalah masalah kesehatan yang penting dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat sehubungan dengan kesehatan ibu dan anak. Anemia pada ibu hamil adalah salah satu faktor yang menjadi indikator pengukuran keberhasilan pembangunan kesehatan suatu bangsa yang menggambarkan kemampuan sosial ekonomi dalam memenuhi kebutuhan kuantitas dan kualitas gizi masyarakat (Takdir, 2017).

Badan Kesehatan Dunia (*World Health Organisation*/WHO) melaporkan di dunia, prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 40%. Terdapat 4 dari 10 negara ASEAN dengan prevalensi anemia yang tinggi yaitu Kamboja (51,5%), Laos (47%), Myanmar (47,8%), dan Indonesia sebesar 44,2% (WHO, 2021). Prevalensi kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun 2015 sebesar 42,1%, meningkat menjadi 48,9% pada tahun 2019 (Kemenkes, 2021). Kondisi tersebut menggambarkan bahwa kejadian anemia cukup tinggi di Indonesia dan menunjukkan angka mendekati masalah kesehatan masyarakat berat (severe public health problem) dengan batas prevalensi anemia lebih dari 40% (Kemenkes, 2021).

Kejadian ibu hamil anemia di Sumatera Barat pada tahun 2017 sebesar 18,1% (Dinkes Provinsi Sumbar, 2019). Jumlah ibu hamil di Kota Padang yang mengalami anemia pada Tahun 2017 sebanyak 1309 ibu hamil. Kecamatan yang memiliki proporsi ibu hamil mengalami anemia paling tinggi adalah Kecamatan Koto Tangah Puskesmas Anak Air dengan 14,05 % dan diurutan kedua adalah Kecamatan Lubuk Begalung Puskesmas Lubuk Begalung dengan 10,31% ibu hamil yang mengalami anemia (Dinkes Kota Padang, 2019). Di Puskesmas Belimbing pada tahun 2022 Ibu hamil Anemia sebesar 24.76 %. (Dinkes Kota Padang, 2022). Pada Januari sampai dengan agustus 2023 terjadi peningkatan Ibu hamil Anemia yaitu 31,4 % (Puskesmas Belimbing, 2023).

Kejadian anemia pada ibu hamil disebabkan oleh beberapa faktor antara lain usia, paritas, frekuensi kunjungan ANC, tingkat pengetahuan, sikap, status gizi, status ekonomi, tingkat pendidikan, dan perilaku kepatuhan konsumsi tablet Fe (Tampubolon, Lasamahu, & Panuntun, 2021; Yanti, Sulistianingsih, & Keisnawati, 2015). Status gizi mempengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil. Pada Ibu hamil yang mengalami anemia cenderung memiliki ukuran LILA yang rendah. Ibu hamil yang kekurangan gizi atau nutrisi juga berpengaruh buruk terhadap pertumbuhan janin yang dikandungnya (Wahyudi & Prakoso, 2023)

Pengetahuan ibu hamil yang kurang tentang anemia mempunyai pengaruh terhadap perilaku kesehatan selama kehamilan, hal tersebut akan berdampak pada kurang optimalnya perilaku kesehatan ibu hamil dalam mencegah terjadinya anemia kehamilan. Penelitian Harahap tahun 2022 menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil berhubungan dengan keadian anemia (Harahap, 2022). Ibu hamil yang mempunyai pengetahuan kurang tentang anemia dapat berakibat pada kurangnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi selama kehamilan yang dikarenakan oleh ketidaktahuan ibu dalam mencegah kejadian anemia (Wulandari & Kunci, 2018).

Faktor lain yang berhubungan dengan anemia adalah sikap ibu dalam pemenuhan dan pemilihan asupan gizi ibu selama kehamilan. Penelitian Putri tahun 2018 melaporkan ada hubungan sikap ibu hamil dengan kejadian anemia. Sikap ibu hamil terhadap zat besi yakni kepercayaan, keyakinan, akan manfaat dan respon tertutup ibu hamil dalam mencegah kejadian anemia berhubungan dengan sikap positif ibu untuk memahami pentingnya tablet besi dan ibu hamil akan mempunyai kecenderungan untuk mengkonsumsi sampai habis sampai habis. Sikap ibu hamil positif ibu hamil akan meningkatkan kesadaran dalam me menentukan tindakan nyata dalam perilaku kesehatan selama kehamilan (Putri, 2018).

Salah satu tindakan ibu dalam mencegah anemia adalah perilaku ibu dalam mengkonsumsi makanan seimbang dan kepatuhan dalam mengkonsumi tablet Fe selama hamil. Penelitian Milah tahun 2019 menunjukkan bahwa perilaku konsumsi tabel Fe berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Ibu hamil dapat mengkonsumsi tablet Fe secara teratur sesuai dengan anjuran dari petugas kesehatan sehingga dapat mencegah kejadian anemia (Millah, 2019). Kebutuhan makanan ibu hamil ditentukan berdasarkan mutu zat-zat gizi yang terkandung di dalam makanan yang dikonsumsi, seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral, serta kecukupan dalam asupan cairan. Kualitas dan kuantitas perlu ditingkatkan melalui pola makan dengan kebiasaan makan yang baik agar ibu hamil dapat terhindar dari kejadian anemia (Nugroho et al., 2017).

Anemia bukan hanya berdampak pada ibu, melainkan juga pada bayi yang dilahirkan. Bayi yang dilahirkan kemungkinan besar mempunyai cadangan zat besi yang sedikit atau bahkan tidak mempunyai persediaan sama sekali, sehingga akan mengakibatkan anemia pada bayi yang dilahirkan. Dampak anemia pada ibu hamil dapat diamati dari besarnya angkat kesakitan dan kematian maternal, peningkatan angka kesakitan dan kematian janin, serta peningkatan resiko terjadinya berat badan lahir rendah (Kemenkes, 2021). Oleh karena itu, dibutuhkan intervensi pencegahan anemia pada ibu hamil. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan untuk mengatasi anemia pada ibu hamil adalah dengan meningkatkan pengetahuan, sikap dan pola makan ibu hamil melalui promosi kesehatan melalui konseling gizi ibu hamil (Khairia, 2018)(Aliva et al., 2021).

Menurut penelitian (Masridayani, 2021) yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Rantau Panjang Kiri Kabupaten Rokan Hilir didapatkan hasil ada pengaruh konseling menggunakan *leaflet* terhadap pengetahuan ibu hamil terkait dengan konsumsi tablet Fe (p-*value*=0,000). Penelitian (Wijaya et al., 2022) juga mengungkapkan ada pengaruh edukasi gizi dengan media *leaflet* mengenai anemia terhadap peningkatan pengetahuan pada ibu hamil (p-*value*=0,000).

Menurut penelitian (Khairia, 2018) di Kota Kendari dapat diketahui bahwa pengaruh konseling menggunakan media *leaflet* terhadap sikap ibu hamil tentang konsumsi tablet tambah darah menunjukkan hasil yang signifikan (p-*value*=0,000). Berdasarkan penelitian (Amanda et al., 2015) disimpulkan bahwa terdapat efektivitas (p-*value*=0,000) media *leaflet* terhadap sikap dalam upaya pencegahan anemia pada ibu hamil.

Menurut penelitian (Vernissa et al., 2017) pada ibu hamil di Kabupaten Bogor didapatkan hasil efektivitas leaflet dan konseling terhadap peningkatan kepatuhan minum obat dan makan makanan yang mengandung protein setiap hari dapat meningkatkan kadar Hb secara bermakna (p-*value*=0,042). Penelitian (Cania, 2022) di Kota Padang didapatkan hasil rata-rata perilaku ibu hamil sebelum dan sesudah edukasi gizi menggunakan media *leaflet* menunjukkan (p-*value*=0,000). Edukasi gizi menggunakan media *leaflet* berpengaruh terhadap perilaku makanan sumber zat besi pada ibu hamil.

Upaya pemerintah dalam penanggunalan kejadian anemia pada ibu hamil adalah peningkatan kualitas pelayanan di fasilitas kesehatan, pembiayaan jaminan kesehatan. Upaya kemasyarakat secara langsung dengan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) minimal 90 tablet selama kehamilan, pendidikan gizi kepada masyarakat agar dapat mengetahui pola makan yang bergizi sehingga dapat meningkatkan status gizi pada setiap ibu hamil. Anemia selama kehamilan masih merupakan masalah kesehatan, sehingga dibutuhkan dukungan petugas kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap dan pola makan ibu hamil dalam mencegah kejadian anemia selama kehamilan.

Salah satu bentuk dukungan petugas kesehatan adalah melakukan konseling gizi bagi ibu hamil. Di Puskesmas Belimbing kegiatan konseling gizi dilakukan di Poli Gizi, Kegiatan Kelas Ibu Hamil, Kunjungan Rumah Ibu Hamil dan juga saat kegiatan posyandu. Konseling yang dilakukan juga menggunakan media *leaflet* terkait dengan anemia pada ibu hamil. Namun, kegiatan yang diselingi dengan kegiatan posyandu dan kegiatan lainnya berdampak pada terganggunya fokus ibu dalam melakukan konseling gizi. Selain itu, media leaflet hanya di gunakan oleh Ahli Gizi saja dalam memberikan Konseling, dan tidak di bawa ibu untuk pulang ke ke rumah, sehingga tidak ada media yang berfungsi sebagai “Reminder”.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Konseling Gizi dan Pemberian leaflet terhadap pengetahuan, sikap dan Asupan Makanan sumber zat besi ibu hamil anemia di Puskesmas Belimbing Kota Padang tahun 2024”

* 1. **Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah ada pengaruh Konseling Gizi dan Pemberian Leaflet terhadap pengetahuan, sikap dan Asupan makanan sumber zat besi ibu hamil anemia di Puskesmas Belimbing Kota Padang tahun 2024”

* 1. **Tujuan Penelitian**
     1. **Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Konseling Gizi dan Pemberian *leaflet* terhadap pengetahuan, sikap dan Asupan makanan sumber zat besi ibu hamil anemia di Puskesmas Belimbing Kota Padang tahun 2024.

**1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Diketahuinya rata - rata skor pengetahuan ibu hamil anemia sebelum diberikan konseling Gizi dan Pemberian leaflet.
2. Diketahuinya rata - rata skor pengetahuan ibu hamil anemia sesudah diberikan konseling gizi dan Pemberian leaflet.
3. Diketahuinya rata - rata skor sikap ibu hamil anemia sebelum diberikan konseling gizi dan Pemberian Leaflet.
4. Diketahuinya rata - rata skor sikap ibu hamil anemia sesudah diberikan konseling gizi dan Pemberian Leaflet.
5. Diketahuinya rata - rata skor asupan makanan sumber zat besi ibu hamil anemia sebelum diberikan konseling gizi dan Pemberian leaflet.
6. Diketahuinya rata - rata skor asupan makanan sumber zat besi ibu hamil anemia sesudah diberikan konseling gizi dan Pemberian leaflet.
7. Diketahuinya perbedaan rata - rata skor pengetahuan ibu hamil anemia sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi dan Pemberian leaflet.
8. Diketahuinya perbedaan rata - rata skor sikap ibu hamil anemia sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi dan pemberian leaflet.
9. Diketahuinya perbedaan rata - rata skor Asupan makanan sumber zat besi ibu hamil anemia sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi dan Pemberian leaflet.
   1. **Manfaat Penelitian**

**1.4.1 Bagi Peneliti**

Sebagai pengembangan wawasan dan kemampuan peneliti untuk melakukan penelitian sehingga dapat mengaplikasikan ilmu yang telah didapatkan selama perkuliahan

**1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan untuk referensi bagi mahasiswa Universitas Perintis Indonesia yang akan melakukan penelitian selanjutnya dengan mengembangkan variabel penelitian

**1.4.3 Bagi Tempat Penelitian**

Data dan hasil yang diperoleh dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi dalam upaya pencegahan anemia selama kehamilan pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Belimbing

**1.5 Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini termasuk kedalam lingkup gizi masyarakat yaitu mengetahui pengaruh konseling gizi dan Pemberian *leaflet* terhadap pengetahuan, sikap dan Asupan makanan sumber zat besi ibu hamil anemia di Puskesmas Belimbing Kota Padang tahun 2024. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain studi *pre experimental* dengan *one group pre test-post test design*. Subjek pada penelitian adalah ibu hamil anemia di Puskesmas Belimbing.

**BAB V**

**PEMBAHASAN**

**5.1 Pengaruh umur terhadap kejadian anemia**

Semakin muda dan tua umur ibu hamil, akan berpengaruh terhadap kebutuhan gizi. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa umur tidak berpengaruh terhadap kejadian anemia, hal ini sejalan dengan Penelitian Ariyani (2016) juga menunjukkan tidak adanya hubungan antara umur ibu dengan kejadian anemia pada kehamilan. Usia reproduksi yang sehat yaitu Ketika Wanita mengalami kehamilan pada usia 20 sampai dengan 35 tahun. Pada usia tersebut merupakan batas aman dalam hal reproduksi, serta ibu juga bisa hamil denga naman dan sehat jila mendapatkan perawatan yamh baik maupun kemananan pada orgfan reproduksinya. Hal ini disebabkan karena usia ibu pada saat kehamilan sangat berpengaruh dan berhubungan dengan berat badan bayi saat lahir (Pinintoan, 2015). Menurut Syaifudin (2012) dalam penelitiannya menyatakan bahwa terdapat kecendrungan semakin tua umur ibu hamil maka presentasi anemia semakin besar. Pada penelitian ini belum menunjukkan adanya kecenderungan makin tua umur ibu hamil maka kejadian anemia makin besar. Hal ini dikarenakan proporsi sampelnya banyak berada di rentang umur 20 sampai dengan 30 tahun, tetapi mengalami anemia.

**5.2 Pengaruh Tingkat Pendidikan terhadap kejadian anemia**

Hasil penelitian menunjukkan tingkat pendidikan tidak berpengaruh dan sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2008). Lebih lanjut dijelaskan bahwa tidak terdapat perbedaan bermakna antara kelompok anemia dan tidak anemia, namun ibu dari latar pendidikan rendah beresiko mengalami anemia dibandingkan dengan ibu dari latar belakang pendidikan tinggi. Makin tinggi tingkat pendidikan ibu hamil, maka makin tinggi kesadaran pentingnya kesehatan. Ibu yang menyelesaikan pendidikan dasar enam tahun akan menurunkan angka kematian bayi secara signifikan dibandingkan dengan ibu yang tidak tamat sekolah dasar (Yahya dan Ngalimun, 2004).

* 1. **Pengaruh Pekerjaan dengan kejadian Anemia**

Variabel ini tidak berpengaruh dan sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ngurah Rai (2016) yang menyatakan bahwa pekerjaan tidak berhubungan dengan kejadian anemia. Responden yang tidak bekerja cenderung memiliki status sosial ekonomi yang lebih rendah dan sebagian besar pendapatannya bergantung pada penghasilan suami untuk memenuhi kebutuhannya. Dari hasil analisis univariat, responden sebagian besar ibu rumah tangga. Status pekerjaan erat kaitannya dengan sosial ekonomi. Ibu hamil dengan status pekerjaan tidak bekerja hanya sebagai ibu rumah tangga merupakan faktor resiko terjadinya anemia.

* 1. **Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Pemberian Konseling Gizi dan *Leaflet* di Puskesmas Belimbing Kota Padang**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata pengetahuan ibu hamil tentang anemia dan makanan sumber zat besi saat *pre test* adalah 9,71 dan pada saat *post test* adalah 12,53. Hal tersebut menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan ibu hamil setelah diberikan intervensi konseling gizi dan pemberian *leaflet*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Za & Hardewi, 2021) yang menemukan adanya peningkatan peningkatan pengetahuan setelah konseling gizi dengan rata-rata nilai *pre test* yaitu 8,60 dan nilai rata-rata *post test* yaitu 14,07. Di dukung juga oleh penelitian (Cania, 2022) yang menemukan peningkatan pengetahuan setelah edukasi gizi menggunakan *leaflet* yang memperoleh rata-rata sebelum intervensi adalah 9,97 dan setelah intervensi sebesar 12,97. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Amanda et al., 2015) yang menemukan peningkatan pengetahuan setelah pemberian *leaflet* dengan nilai rata-rata pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan perlakuan media adalah 8,49 sedangkan nilai rata-rata setelah diberikan perlakuan adalah 9,81.

Untuk pertanyaan sebelum diberikan konseling gizi dan *leaflet* dengan presentase terendah terdapat pada beberapa pertanyaan yaitu dampak anemia pada kehamilan (23,5%), cara mengkonsumsi tablet besi (41,2%), manfaat tablet besi bagi ibu hamil (41,2%) dan sumber makanan mengandung zat besi (47,1%).

Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui setelah seseorang melakukan pengideraan terhadap suatu objek tertentu. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak di dasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2014). Tingkat pendidikan ibu hamil pada penelitian ini paling banyak adalah SMA dengan presentase 58,8% dan usia paling banyak lebih dari 25 tahun yaitu 76,5%. Hal ini juga mendukung penyerapan informasi yang diberikan pada saat konseling gizi. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan ialah tingkat pendidikan, pendidikan diperlukan untuk mendapatkan informasi, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin mudah ia menerima informasi. Faktor lainnya yaitu umur, semakin cukup umur seseorang, maka tingkat kematangan seseorang akan lebih baik dalam berfikir (Wawan & Dewi, 2014).

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terbentuknya perilaku kesehatan. Apabila ibu hamil telah mengetahui dan memahami sebab akibat dari anemia dan cara pencegahannya maka akan membentuk perilaku kesehatan yang baik, sehingga dapat terhindar dari berbagai akibat atau resiko terjadinya anemia pada kehamilan. Perilaku kesehatan yang baik akan berpengaruh terhadap penurunan angka kejadian anemia pada ibu hamil. Pengetahuan merupakan peranan yang pentimg dalam menentukan sikap dan perilaku mengonsumsi makanan sumber zat besi pada ibu hamil

* 1. **Sikap Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Pemberian Konseling Gizi dan *Leaflet* di Puskesmas Belimbing Kota Padang**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata sikap ibu hamil tentang anemia dan makanan sumber zat besi saat *pre test* adalah 6,94 dan pada saat *post test* adalah 9,53. Hal tersebut menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-rata sikap ibu hamil setelah diberikan intervensi konseling gizi dan pemberian *leaflet*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Melayaty, 2017) yang menemukan ada perubahan sikap setelah pemberian konseling gizi dimana rata-rata skor sikap sebelum intervensi adalah 18,32 dan sesudah intervensi menjadi 20,79. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Efendi et al., 2023) yang melaporkan rata-rata skor pengetahuan sebelum intervensi pemberian konseling gizi adalah 31,93 dan setelah intervensi meningkat menjadi 38,20. Didukung oleh penelitian (Amanda et al., 2015) yang menemukan peningkatan sikap setelah pemberian konseling menggunakan media *leaflet* dimana rata-rata sikap ibu hamil sebelum diberikan perlakuan media adalah 25,35. Nilai rata-rata yang diperoleh setelah diberikan perlakuan adalah 26,50.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan konseling gizi dan *leaflet* masih banyak ibu hamil yang setuju (82,4%) tentang pertanyaan kebutuhan zat besi pada wanita hamil lebih sedikit dibandingkan dengan wanita yang tidak hamil dan Ibu hamil setuju (100%) tentang ikan, daging, hati, bayam, tahu, tempe merupakan sumber makanan yang dapat menurunkan jumlah produksi darah merah. Namun setelah adanya konseling gizi dan pemberian *leaflet* sikap ibu hamil menjadi lebih baik.

Sikap adalah suatu respon yang masih tertutup dari seseorang yang merupakan kombinasi antara kognitif dan afektif terhadap suatu objek (Notoatmodjo, 2014). Faktor informasi atau media dapat mempengaruhi sikap seseorang, sesuai dengan penelitian ini yaitu pemberian edukasi gizi menggunakan media video dan leaflet. Informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya sikap seseorang. Jika pesan-pesan yang disampaikan secara jelas dan baik akan memberikan dasar afektif dalan menilai sesuatu hal sehingga terbentuklah sikap ibu hamil terhadap pentingnya mengonsumsi makanan sumber zat besi selama kehamilan yang dipengaruhi oleh pengetahuan ibu hamil tersebut.

* 1. **Asupan Makanan Sumber Zat Besi Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Pemberian Konseling Gizi dan *Leaflet* di Puskesmas Belimbing Kota Padang**

Hasil penelitian ini menunjukkan rata-rata skor sebelum pemberian konseling gizi menggunakan *leaflet* adalah 23,58 sedangkan sesudah diberikan intervensi rata-rata skor sebesar 30,87. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan skor asupan makanan sumber zat besi setelah pemberian konseling gizi menggunakan *leaflet*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Putri et al., 2018) yang menemukan ada peningkatan konsumsi Fe setelah pemberian konseling gizi, dimana sebelum intervensi jumlah asupan Fe sebesar 9,5 dan setelah konseling gizi meningkat menjadi 18,6. Sejalan dengan penelitian (Djati et al., 2018) melaporkan bahwa terjadi peninkatan asupan zat besi setelah ibu hamil mendapatkan konseling gizi. Jumlah asupan sebelum intervensi adalah 18,57 dan setelah intervensi 20,54.

Asupan makanan yang kaya zat besi dapat mempengaruhi kadar hemoglobin (HB) pada ibu hamil yang mengalami anemia. Anemia pada ibu hamil umumnya disebabkan oleh kekurangan zat besi, sehingga penting untuk memperhatikan konsumsi makanan yang mengandung zat besi tinggi. Konseling gizi menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi tablet tambah darah dan konsumsi asupan makanan sumber zat besi dimana peran konselor memberikan alternative pemecahan masalah sesuai kondisi ibu hamil (Djati et al., 2018).

* 1. **Perbedaan Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Pemberian Konseling Gizi dan *Leaflet* di Puskesmas Belimbing Kota Padang**

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah pemberian konseling gizi dan *leaflet*. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan pengetahuan dengan kenaikan skornya sebesar 2,824 serta dengan dilakukannya analisis data menggunakan uji *t-dependen* didapatkan *p-value* 0,000 (p<0,05). Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan ibu hamil antara sebelum dan sesudah pemberian konseling gizi dan *leafleat*.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh penelitian Saputra dkk. (2021) yang menunjukkan didapatkan nilai p-*value* 0,000 berarti terdapat adanya perbedaan pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukan intervensi mengginakan media *leaflet*.

Sejalan dengan penelitian (Masridayani, 2021) yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Rantau Panjang Kiri Kabupaten Rokan Hilir didapatkan hasil ada pengaruh konseling menggunakan *leaflet* terhadap pengetahuan ibu hamil terkait dengan konsumsi tablet Fe (p-*value*=0,000). Penelitian (Wijaya et al., 2022) juga mengungkapkan ada pengaruh edukasi gizi dengan media *leaflet* mengenai anemia terhadap peningkatan pengetahuan pada ibu hamil (p-*value*=0,000).

Media *leaflet* adalah salah satu media cetak yang dapat digunakan sebagai media informasi, lembaran yang bisa dilipat, memiliki desain yang menarik, dilengkapi dengan ilustrasi seperti menggunakan bahasa yang sederhana dengan kalimat yang pendek, padat, dan mudah dimengerti. Leaflet juga memiliki gambar gambar yang sederhana dan dirancang khusus untuk dibaca secara cepat oleh penerimanya. Promosi kesehatan tidak akan lepas dari media, karena dengan menggunakan media, pesan-pesan yang disampaikan dapat lebih menarik dan mudah dipahami, sehingga sasaran dapat mempelajari pesan tersebut dan merubah sikap dan perilaku yang positif.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pemberian informasi atau edukasi gizi bagi ibu hamil sangat penting. Karena kandungan gizi yang dimakan oleh ibu, kebiasaan makan ibu dan pengetahuan ibu tentang gizi dapat mempengaruhi ibu dan janin yang dikandung. Oleh karena itu, ibu hamil harus memiliki pengetahuan tentang gizi agar ibu dapat sepenuhnya mengontrol asupan makanannya selama hamil.

* 1. **Perbedaan Sikap Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Pemberian Konseling Gizi dan Leaflet di Puskesmas Belimbing Kota Padang**

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan sikap ibu hamil sebelum dan sesudah pemberian konseling gizi dan *leaflet*. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan sikap dengan kenaikan skornya sebesar 2,412 serta dengan dilakukannya analisis data menggunakan uji *wilcoxon* didapatkan *p-value* 0,000 (p<0,05). Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan sikap ibu hamil antara sebelum dan sesudah pemberian konseling gizi dan *leafleat*.

Sejalan dengan penelitian (Khairia, 2018) di Kota Kendari dapat diketahui bahwa pengaruh konseling menggunakan media *leaflet* terhadap sikap ibu hamil tentang konsumsi tablet tambah darah menunjukkan hasil yang signifikan (p-*value*=0,000). Berdasarkan penelitian (Amanda et al., 2015) disimpulkan bahwa terdapat efektivitas (p-*value*=0,000) media *leaflet* terhadap sikap dalam upaya pencegahan anemia pada ibu hamil.

Domain pengetahuan mendasari sikap sesorang dan keduanya merupakan domain yang sangat penting dalam pembentukan perilaku atau tindakan seseorang. Sikap ibu hamil yang baik dan positif yang didasari pengetahuan yang baik akan semakin membentuk sikap yang menetap dalam diri ibu hamil, termasuk sikap dalam pencegahan anemia selama hamil. Media audiovisual atau video sangat efektif digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan perubahan sikap yang positif pada ibu hamil.

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap juga berupa kesiapan untuk melakukan reaksi terhadap perilaku kesehatan (Notoatmodjo, 2014). Sikap adalah respon yang muncul sebelum perilaku. Mengubah sikap seseorang bisa dilakukan melalui pendidikan kesehatan karena dapat meningkatkan pengetahuan sehingga dapat merespon sikap yang positif. Proses awalnya yaitu dengaan seseorang yang menyadari dan mengetahui stimulus yang diberikan, kemudian sikap subjek timbul terhadap stimulus untuk pencegahan anemia, sampai pada akhirnya terbentuk suatu sikap positif untuk mencoba melakukan sesuai dengan stimulus yang diberikan. Sebuah informasi yang diberikan kepada seseorang melalui konseling ataupun penyuluhan akan memberikan pemahaman yang dapat memberikan pengaruh terhadap kesiapan seseorang untuk merubah sikap menjadi lebih baik. Berdasarkan penelitian yang didapat, dengan adanya edukasi gizi yang diberikan pada responden ibu hamil memiliki pengaruh terhadap sikap responden ke arah yang lebih baik.

* 1. **Perbedaan Asupan Makanan Sumber Zat Besi Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Pemberian Konseling Gizi dan Leaflet di Puskesmas Belimbing Kota Padang**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor asupan makanan sumber zat besi mengalami peningkatan setelah diberikan konseling gizi menggunakan *leaflet*. Rata-rata skor sebelum intervensi adalah 23,58 dengan standar deviasi 19,10 sedangkan sesudah diberikan intervensi rata-rata skor sebesar 30,87 dengan standar deviasi 16,98. Terdapat perbedaan rata-rata sebesar 7,29. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p-*value*=0,000 (p<0,05) artinya terdapat perbedaan asupan makanan sumber zat besi sebelum dan sesudah pemberian konseling gizi menggunakan *leaflet* pada ibu hamil di Puskesmas Belimbing Kota Padang tahun 2024.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Putri et al., 2018) menemukan ada pengaruh konseling gizi terhadap konsumsi zat besi pada ibu hamil dan penelitian (Djati et al., 2018) yang melaporkan ada pengaruh konseling gizi terhadap konsumsi zat besi dan peningkatan kadar HB ibu hamil. Menurut penelitian (Vernissa et al., 2017) pada ibu hamil di Kabupaten Bogor didapatkan hasil efektivitas leaflet dan konseling terhadap peningkatan kepatuhan minum obat dan makan makanan yang mengandung protein setiap hari dapat meningkatkan kadar Hb secara bermakna (p-*value*=0,042). Penelitian (Cania, 2022) di Kota Padang didapatkan hasil rata-rata perilaku ibu hamil sebelum dan sesudah edukasi gizi menggunakan media *leaflet* menunjukkan (p-*value*=0,000). Edukasi gizi menggunakan media *leaflet* berpengaruh terhadap perilaku makanan sumber zat besi pada ibu hamil.

Konseling gizi menggunakan *leaflet* memberikan informasi yang lebih mendalam tentang pentingnya zat besi selama kehamilan dan makanan mana yang mengandung zat besi tinggi. Hal ini dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya asupan zat besi dan mendorong mereka untuk mengonsumsi makanan yang sesuai. Konseling gizi dapat membantu ibu hamil untuk mengubah pola makan mereka agar lebih seimbang dan mengandung zat besi yang cukup. Misalnya, dengan mendorong konsumsi lebih banyak daging merah, hati, telur, sayuran berdaun hijau, dan buah-buahan kering. Konselor gizi dapat membantu ibu hamil dalam memilih makanan yang kaya zat besi sesuai dengan preferensi dan kebiasaan makan mereka. Ini dapat memastikan bahwa asupan zat besi mereka tercukupi. Jika diperlukan, konseling gizi juga dapat membahas penggunaan suplemen zat besi sebagai tambahan untuk memastikan asupan zat besi yang optimal selama kehamilan. Dengan demikian konseling gizi menggunakan leaflet memiliki dampak positif dalam meningkatkan asupan makanan sumber zat besi pada ibu hamil dan membantu mencegah anemia dan mendukung kesehatan ibu dan janin.