Pengaruh Edukasi Gizi melalui Media Buku Saku terhadap Pengetahuan dan Sikap terkait Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Kasreman Kabupaten Ngawi

Devi Mutiara Agustin[1], Noor Rohmah Mayasari[1]

[1]Program Studi S1 Gizi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya

Abstrak

Latar Belakang: Anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang menantang di Indonesia, khususnya pada ibu hamil, dengan prevalensi anemia ibu hamil di Kabupaten Ngawi mencapai 55,3% (2025) dan di Puskesmas Kasreman sebesar 18,5% (2024). Hasil analisis situasi awal pada 15 ibu hamil di Puskesmas Kasreman menunjukkan 60% memiliki pengetahuan kurang mengenai anemia, sementara media edukasi yang selama ini diberikan berupa *leaflet*, sedangkan buku saku jarang digunakan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi melalui media buku saku terhadap pengetahuan dan sikap terkait anemia pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif *quasi-experimental* dengan rancangan *two-group pretest-posttest*. Subjek penelitian berjumlah 52 ibu hamil (26 kelompok buku saku dan 26 kelompok *leaflet*) yang dipilih menggunakan *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan dan angket sikap, kemudian dianalisis menggunakan uji *Paired Sample T-Test* dan *Independent Sample T-Test* ($p<0,05$). **Hasil:** Nilai rata - rata dan SD pengetahuan kelompok buku saku meningkat dari 66,1±11,9 (*pretest)* menjadi 83,5±8,4 (*posttest*), sedangkan kelompok *leaflet* meningkat dari 61,5±11,9 menjadi 72,3±8,1. Nilai rata - rata sikap kelompok buku saku meningkat dari 83,5±3,9 menjadi 90,6±3,3, sedangkan kelompok leaflet meningkat dari 81,7±4,8 menjadi 88,0±3,8. Uji *paired sample t-test* menunjukkan pengaruh signifikan pada kedua kelompok ($p<0,001$), dan uji *independent sample t-test* menunjukkan perbedaan pengetahuan serta sikap *posttest* yang signifikan antara kedua kelompok ($p<0,05$). **Kesimpulan:** Edukasi gizi melalui media buku saku maupun *leaflet* sama - sama berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil terkait anemia, namun media buku saku menghasilkan peningkatan yang lebih besar dibandingkan *leaflet*.
Kata Kunci: anemia, edukasi gizi, pengetahuan, sikap, buku saku, ibu hamil

Abstract

Background: Anemia remains a public health challenge in Indonesia, particularly among pregnant women, with the prevalence of anemia among pregnant women in Ngawi Regency reaching 55.3% (2025) and 18.5% at the Kasreman Health Center (2024). A preliminary situational analysis of 15 pregnant women at the Kasreman Health Center found that 60% had insufficient knowledge about anemia, while the education media commonly provided was leaflets, with pocket books rarely used. **Purpose:** This study aimed to determine the effect of nutrition education through a pocket book on knowledge and attitudes related to anemia among pregnant women before and after the education was given. **Methods:** This study used a quantitative quasi-experimental design with a two-group pretest-posttest design. The subjects were 52 pregnant women (26 in the pocket book group and 26 in the leaflet group) selected using purposive sampling. Data were collected using a knowledge questionnaire and an attitude questionnaire, then analyzed using the Paired Sample T-Test and Independent Sample T-Test ($p<0.05$). **Result:** The mean and SD of knowledge in the pocket book group increased from 66.1±11.9 (pretest) to 83.5±8.4 (posttest), while the leaflet group increased from 61.5±11.9 to 72.3±8.1. The mean attitude score in the pocket book group increased from 83.5±3.9 to 90.6±3.3, while the leaflet group increased from 81.7±4.8 to 88.0±3.8. The paired sample t-test showed a significant effect in both groups ($p<0.001$), and the independent sample t-test showed a significant difference in posttest knowledge and attitude between groups ($p<0.05$). **Conclusion:** Nutrition education through both pocket books and leaflets significantly improved the knowledge and attitudes of pregnant women regarding anemia, although the pocket book produced a greater improvement than the leaflet.

Keywords: anemia, nutrition education, knowledge, attitudes, pocket book, pregnant women

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses dimana sel Kehamilan merupakan tahapan terjadinya pertemuan antara sel telur dan sel sperma di dalam saluran reproduksi, khususnya di tuba falopi, yang kemudian berlanjut melalui tahap fertilisasi, nidasi, dan implantasi hingga janin berkembang siap dilahirkan dalam kurun waktu sekitar 37–40 minggu (Arum *et al*., 2021; Kasmiati *et al*., 2023). Selama masa kehamilan, kebutuhan gizi bagi ibu hamil mengalami peningkatan, dan jika tidak terpenuhi dapat menimbulkan sejumlah kondisi yang dapat mengganggu kesehatan, satu di antaranya ialah adalah anemia. Kondisi anemia yang dialami ibu hamil adalah situasi di mana kadar zat besi dalam darah ibu hamil kurang, yang ditandai dengan tingkat hemoglobin (Hb) di bawah nilai normal (<11 g/dL) (Kemenkes RI, 2018), dan isu ini hingga masa kini masih menjadi hambatan dalam kesehatan masyarakat Indonesia, terutama bagi wanita yang sedang hamil (Darawati, 2016). Wanita pada usia subur, terkhusus mereka yang sedang hamil atau menyusui, merupakan kelompok yang paling memiliki kerentanan terhadap defisiensi zat besi (Sjahriani & Faridah, 2019).

Berdasarkan informasi data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) di tahun 2023, tingkat anemia pada kategori usia tertentu di Indonesia berada di angka 16,2%, di mana perempuan memiliki persentase yang lebih tinggi sebesar 18%, sementara laki-laki sebesar 14,4% (Kemenkes RI, 2023). Secara global, tingkat anemia di kalangan wanita berusia 15–49 tahun tercatat sebesar 30,7%, sedangkan bagi ibu hamil mencapai 35,5% (WHO, 2020). Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur melaporkan bahwa persentase ibu hamil dengan anemia mencapai 48,9% dari total kehamilan yang tercatat (Kemenkes RI, 2019). Mengacu pada informasi yang bersumber dari Dinas Kesehatan Kabupaten Ngawi tahun 2025, tercatat 4.390 ibu hamil (55,3%) dari total 7.932 ibu hamil mengalami anemia, sementara di Puskesmas Kasreman tercatat 50 orang (18,5%) dari 270 ibu hamil yang mendapatkan *Antenatal Care* juga mengalami anemia yang merupakan angka tertinggi di Kabupaten Ngawi. Anemia pada masa kehamilan dapat berpotensi memicu bayi lahir secara prematur, bayi dengan berat lahir rendah (BBLR), kematian janin, masalah perkembangan intelektual anak, serta risiko kematian pada ibu dan bayi (Oktaviana *et al*., 2022). Anemia pada ibu hamil bisa dipicu oleh sejumlah faktor, di antaranya usia, kondisi sosial ekonomi, budaya, tingkat pengetahuan, sikap ibu, serta kurangnya peran serta suami dalam mendukung kesejahteraan ibu hamil (Astapani et al., 2020). Hasil analisis situasi awal pada 15 ibu hamil di Puskesmas Kasreman Kabupaten Ngawi menunjukkan bahwa sebanyak 60% memiliki tingkat pengetahuan yang kurang mengenai tanda dan gejala anemia, makanan sehat dan bergizi untuk mencegah anemia, penyebab utama anemia, dampak, cara pencegahan, faktor, klasifikasi kadar Hb (g/dL) menurut kelompok umur, serta kebutuhan gizi ibu hamil. Rendahnya pengetahuan ini turut dipengaruhi oleh keterbatasan akses informasi, sehingga upaya pencegahan anemia memerlukan dukungan pengetahuan dan perubahan cara berpikir yang mendorong terbentuknya gaya hidup yang sehat, melalui konsumsi makanan bernutrisi serta konsumsi tablet zat besi (Purbadewi & Ulvie, 2013). Anemia yang dialami oleh wanita hamil mampu memicu sejumlah komplikasi serius, termasuk persalinan lama, keguguran (abortus), syok, perdarahan pasca persalinan, kelahiran prematur, dan risiko infeksi selama atau pasca persalinan (Prawirohardjo, 2016).

Sejumlah faktor yang juga turut memberikan pengaruh terjadinya anemia pada ibu hamil adalah tingkat pendidikan, usia kehamilan, paritas, serta kepatuhan memenuhi kebutuhan zat besi melalui konsumsi suplemen (Lukito & Setyaningsih, 2023). Ibu hamil yang masih muda memerlukan lebih banyak zat besi untuk mendukung pertumbuhan dirinya dan bayinya. Sementara itu, ibu hamil yang berusia lebih dari 35 tahun memiliki risiko lebih besar mengalami anemia, diabetes, hipertensi, serta kondisi penyakit kronis lain yang berpotensi

berdampak terhadap kehamilan (Nurhaidah & Rostinah, 2021). Pengetahuan gizi yang baik mendorong ibu hamil untuk memilih pola makan sehat dan makanan yang kaya akan zat besi, antara lain hati, daging merah, sayuran hijau tua, maupun sumber vitamin C yang mendukung absorpsi zat besi dalam tubuh (Pertiwi, 2020). Namun, rendahnya tingkat pendidikan dan terbatasnya akses informasi menyebabkan banyak ibu hamil belum memahami pentingnya gizi selama kehamilan secara optimal, sehingga kurangnya pengetahuan menjadi alasan utama jumlah kejadian anemia pada ibu hamil masih berada pada angka yang relatif tinggi (Prawirohardjo, 2016). Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan hasil yang serupa. Penelitian Hariana *et al*., (2025) menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil terhadap anemia meningkat dari 60% menjadi 70% kategori baik setelah mendapat edukasi gizi melalui buku saku, dengan nilai *pretest* dan *posttest mean* masing-masing 54,2 dan 82,9 (p=0,000). Penelitian Munawaroh *et al*., (2019) juga menunjukkan peningkatan pengetahuan baik dari 22,2% menjadi 68,9% setelah edukasi melalui buku saku. Sejalan dengan itu, penelitian Fitriani (2014) melaporkan peningkatan pengetahuan dari 56,2% menjadi 83,9% setelah edukasi tentang anemia. Media buku saku dipandang mampu memberikan hasil efektif dikarenakan bentuknya ringkas, praktis untuk dibawa, memungkinkan untuk dipelajari pada waktu yang fleksibel, serta menyajikan materi yang lebih terstruktur dan mendalam dibandingkan media lain (Desi *et al*., 2023; Andika *et al*., 2025). Penelitian Rohmatika *et al*., (2022) dan Agusriani *et al*., (2025) Menunjukkan bahwa buku saku memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap di berbagai kelompok usia.

Di sisi lain, media *leaflet* juga banyak digunakan dalam edukasi gizi karena praktis, sederhana, singkat, dan mudah dipahami (Bingan, 2019; Elvina *et al*., 2023). Penelitian Fajrin (2021) menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang anemia dari 23,3% menjadi 80% setelah edukasi melalui *leaflet* (p=0,000), sedangkan penelitian Apriani *et al*., (2023) melaporkan peningkatan nilai *mean* pengetahuan dari 66,00 menjadi 90,00. Meskipun demikian, penelitian Fitriani, Rini (2021) menunjukkan bahwa penggunaan buku saku menunjukkan efektivitas yang lebih tinggi dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia apabila disandingkan dengan *leaflet* (p=0,000; *mean rank* buku saku 67,84). Berdasarkan hasil analisis situasi pada ibu hamil di Puskesmas Kasreman Kabupaten Ngawi, media yang selama ini diterima ibu hamil dari tenaga kesehatan adalah *leaflet*, sedangkan media buku saku jarang diberikan. Oleh karena itu, penelitian ini perlu dilakukan dalam rangka mengidentifikasi pengaruh edukasi gizi melalui buku saku terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil terkait anemia di Puskesmas Kasreman, Kabupaten Ngawi yang bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang sejumlah faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya anemia pada ibu hamil serta menjadi acuan bagi para tenaga kesehatan dalam memilih media edukasi gizi yang lebih efektif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini mempergunakan pendekatan kuantitatif serta jenis penelitian *quasi-experimental* dan desain *two-group pretest-posttest* (Sugiyono, 2022). Penelitian dilaksanakan di Balai Desa Cangakan dan Desa Tawun, Kecamatan Kasreman, Kabupaten Ngawi, Jawa Timur, mulai bulan Juli 2025 hingga pengambilan data pada bulan Maret 2026. Selain itu, penelitian ini memiliki nomer sertifikat etik penelitian yaitu 0235/HRECC.FODM/II/2026.

Populasi penelitian ialah seluruh ibu hamil usia 20–35 tahun pada trimester 1, 2, dan 3 yang tercatat melakukan kunjungan pemeriksaan di wilayah tersebut selama periode penelitian, berdasarkan data LB3 Maternal (Laporan Bulanan Kesehatan Ibu dan Anak) Puskesmas Kasreman, dengan jumlah populasi sebanyak 110 orang pada Januari–Desember 2025.

Pemilihan sampel ditetapkan melalui teknik *purposive sampling* dengan berpedoman pada kriteria inklusi meliputi (1) ibu hamil yang telah dicatat berkunjung ke lokasi penelitian

berusia 15–49 tahun dengan trimester 1,2,3, (2) bersedia menjadi responden hingga akhir penelitian, (3) serta dapat membaca dan menulis, dan kriteria eksklusi (1) memiliki keterbatasan komunikasi, (2) atau berhalangan hadir karena sakit/acara lain. Besar sampel dihitung melalui penerapan rumus *Lemeshow* (1997) pada tingkat kepercayaan 95% (Z=1,96), estimasi proporsi 0,5, serta derajat ketepatan 10%, hingga diperoleh hasil 51,53 yang dibulatkan menjadi 52 responden, terdiri dari 26 ibu hamil kelompok buku saku serta 26 ibu hamil kelompok *leaflet.*

Variabel *independen* (bebas) pada penelitian ini ialah media edukasi gizi (buku saku dan *leaflet*), sementara variabel *dependen* (terikat) ialah pengetahuan dan sikap ibu hamil terkait anemia. Instrumen yang digunakan meliputi kuesioner data diri, media edukasi berupa buku saku dan *leaflet,* tes pengetahuan berupa 15 soal berbentuk pilihan ganda, serta angket sikap berbentuk 15 pernyataan skala *likert* (sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju) menggunakan skor 4–1 untuk pernyataan positif dan sebaliknya untuk pernyataan negatif. Tes pengetahuan dan angket sikap dilaksanakan dengan dua kali pengukuran, yakni sebelum (*pretest*/pre-*angket*) serta sesudah (*posttest*/*post*-angket) pemberian edukasi gizi; skor pengetahuan dihitung dari jumlah jawaban benar, sedangkan skor sikap dihitung dari total skor dibagi skor maksimal dikalikan 100.

Uji kelayakan instrumen (media buku saku, materi, tes pengetahuan, dan angket sikap) diuji oleh ahli media serta diujicobakan pada responden ibu hamil. Hasil uji kelayakan menunjukkan kategori sangat layak, dengan persentase kelayakan soal pengetahuan sebesar 82%, angket sikap 83,9%, media buku saku 94,6%, dan media *leaflet* 92,8% (Sinaga, 2014). Uji validitas dengan menerapkan *Product Moment Pearson* memperlihatkan seluruh item valid (r hitung > r tabel = 0,361), dan uji reliabilitas menggunakan *Alpha Cronbach* menunjukkan instrumen pengetahuan dan sikap reliabel, dengan nilai *Alpha Cronbach* berkisar 0,851 – 0,923 pada uji kedua (>0,6).

Analisis *univariat* dipergunakan dengan tujuan untuk mengidentifikasi karakteristik dari responden, meliputi umur, usia kehamilan, tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, paritas, jarak antar kehamilan, dan riwayat anemia, serta memberikan hasil pengetahuan dan sikap sebelum dan setelah mendapatkan edukasi gizi dalam bentuk tabel distribusi frekuensi, mean, median, minimum, dan maksimum (Notoatmodjo, 2020). Uji normalitas data dilaksanakan melalui penggunaan uji *Shapiro-Wilk* pada program SPSS versi 27/28; data dikategorikan berdistribusi normal saat *p-value* > 0,05. Analisis bivariat menggunakan uji *Paired Sample T-Test* sebagai upaya untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah edukasi antara kelompok yang diteliti, dan uji *Independent Sample T-Test* guna mengidentifikasi perbedaan pengetahuan dan sikap antara kelompok buku saku dan *leaflet*, dengan taraf signifikansi α=0,05. Ketika nilai *p-value* < 0,05 maka H0 ditolak, yang berarti terdapat pengaruh/perbedaan antara variabel yang diuji.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Buku Saku (n=26)	%	*Leaflet* (n=26)	%
Usia Ibu	20–25 tahun	2	7,7	5	19,2
	26–30 tahun	8	30,8	6	23,1
	31–35 tahun	16	61,5	15	57,7
Usia Kehamilan	TM 1	3	11,5	0	0
	TM 2	18	69,2	17	65,4
	TM 3	5	19,2	9	34,6
Pendidikan	SMP/MI/ Sederajat	2	7,7	1	3,8
	SMA/SMK/ MAN/Sederajat	21	80,8	21	80,8
	S1/D3/D4/S2/S3	3	11,5	4	15,4
Pekerjaan	IRT	23	88,5	22	84,6
	Swasta	3	11,5	4	15,4

Karakteristik	Kategori	Buku Saku (n=26)	%	*Leaflet* (n=26)	%
Paritas	0–1	6	23,1	9	34,6
	2–3	20	76,9	17	65,4
Jarak Kehamilan	< 2 tahun	6	23,1	10	38,5
	> 2 tahun	20	76,9	16	61,6
Riwayat Anemia	Tidak	5	19,2	3	11,5
	Iya	21	80,8	23	88,5

Sebagian besar responden yang berada di kedua kelompok berada pada rentang usia 31–35 tahun, berpendidikan SMA/SMK/MAN/Sederajat, serta memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (IRT). Mayoritas dari responden pada kedua kelompok juga memiliki riwayat anemia pada kehamilan sebelumnya, yaitu 80,8% pada kelompok buku saku dan 88,5% pada kelompok *leaflet*, yang mana hasil temuan ini memperlihatkan bahwa anemia tetap tergolong sebagai persoalan yang kerap terjadi pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kasreman.

Gambaran Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil terkait Anemia

Tabel 2. Hasil Pengetahuan Edukasi Gizi pada Kelompok Buku Saku dan *Leaflet*

Keterangan	Buku Saku *Pretest*	Buku Saku *Posttest*	*Leaflet Pretest*	*Leaflet Posttest*
Mean	66,1	83,5	61,5	72,3
Minimum	40	66,6	40	53,3
Maksimum	86,6	100	80	86,6
SD	11,9	8,4	11,9	8,1

Tabel 3. Hasil Sikap Edukasi Gizi pada Kelompok Buku Saku dan Leaflet

Keterangan	Buku Saku *Pre-angket*	Buku Saku *Post-angket*	*Leaflet Pre-angket*	*Leaflet Post-angket*
Mean	83,5	90,6	81,7	88,01
Minimum	76,6	83,3	71,6	83,3
Maksimum	90	96,6	90	96,6
SD	3,9	3,3	4,8	3,8

Tabel 2 dan Tabel 3 memberikan gambaran bahwa nilai rerata pengetahuan serta sikap kedua kelompok menunjukkan peningkatan sesudah memperoleh edukasi gizi. Peningkatan pada kelompok buku saku cenderung lebih besar dibandingkan kelompok *leaflet*, baik pada aspek pengetahuan maupun sikap. Berdasarkan hasil uji *Independent Sample T-Test*, tidak terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan antara kelompok buku saku dan *leaflet* pada saat *pretest* (p=0,170), namun terdapat perbedaan yang signifikan pada saat *posttest* (p=0,001; p<0,05). Pola yang serupa juga ditemukan pada variabel sikap, yaitu tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada *pre*-angket (p=0,151), tetapi terdapat perbedaan yang signifikan pada *post*-angket (p=0,011; p<0,05). Hal ini menunjukkan bahwasanya media buku saku menghasilkan pengaruh yang lebih besar terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil terkait anemia dibandingkan media *leaflet*.

Tabel 4. Frekuensi Kategori Pengetahuan dan Sikap Kelompok Buku Saku dan Leaflet

Kategori	Buku Saku Sebelum n(%)	Buku Saku Sesudah n(%)	*Leaflet* Sebelum n(%)	Leaflet Sesudah n(%)
Pengetahuan Baik	2 (7,7%)	16 (61,5%)	0 (0%)	2 (7,7%)
Pengetahuan Cukup	18 (69,2%)	10 (38,5%)	16 (61,5%)	23 (88,5%)
Pengetahuan Kurang	6 (23,1%)	0 (0%)	10 (38,5%)	1 (3,8%)
Sikap Baik	26 (100%)	26 (100%)	22 (84,6%)	26 (100%)
Sikap Sedang	0 (0%)	0 (0%)	4 (15,4%)	0 (0%)
Sikap Kurang	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)
Sikap Tidak Baik	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)

Skor pengetahuan ditransformasi ke skala 0–100 dengan kategori baik (>80%), cukup (60–80%), dan kurang (<60%) (Khomsan, 2022), sedangkan skor sikap dikategorikan baik (76–100%), cukup (56–75%), kurang (40–55%), serta tidak baik (<40%). Tabel 4 menunjukkan bahwa proporsi responden dengan kategori

pengetahuan baik di kelompok buku saku mengalami peningkatan dari yang semula 7,7% ke angka 61,5%, sedangkan pada kelompok *leaflet* hanya mengalami peningkatan dari yang semula 0% ke angka 7,7%. Pada aspek sikap, seluruh responden kelompok buku saku (100%) telah berada pada kategori baik sebelum edukasi hingga sesudahnya, sedangkan pada kelompok *leaflet* proporsi kategori baik meningkat dari 84,6% menjadi 100% setelah edukasi.

Pengaruh Edukasi Gizi melalui Buku Saku dan Leaflet terhadap Pengetahuan dan Sikap

Hasil uji normalitas *Shapiro-Wilk* memperlihatkan bahwasanya data *pretest* dan *posttest* pengetahuan maupun sikap di kedua kelompok berdistribusi normal (p>0,05), sehingga pengujian selanjutnya dilakukan dengan menerapkan uji *Paired Sample T-Test*. Hasil uji dimuat dalam tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji Paired Sample T-Test Pengetahuan dan Sikap

Variabel	Kelompok	*Pretest/ Pre*-angket (Mean±SD)	*Posttest/ Post*-angket (Mean±SD)	*p-value*
Pengetahuan	Buku Saku	66,15 ± 11,9	83,58 ± 8,4	< 0,001
Pengetahuan	Leaflet	61,53 ± 11,9	72,3 ± 8,1	< 0,001
Sikap	Buku Saku	83,52 ± 3,9	90,64 ± 3,3	< 0,001
Sikap	Leaflet	83,64 ± 4,8	88,01 ± 3,8	< 0,001

Tabel 5 memperlihatkan edukasi gizi melalui media buku saku maupun *leaflet* sama-sama berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan (p<0,001) serta sikap (p<0,001) ibu hamil terkait anemia di Puskesmas Kasreman, Kabupaten Ngawi. Selisih peningkatan *mean* pengetahuan pada kelompok buku saku (17,43 poin) lebih besar dibandingkan kelompok leaflet (10,77 poin), sedangkan selisih peningkatan *mean* sikap pada kelompok buku saku (7,12 poin) juga lebih besar dibandingkan kelompok *leaflet* (4,37 poin).

Gambaran Pelaksanaan Penelitian

Edukasi gizi dilaksanakan di Desa Tawun (kelompok buku saku) dan Desa Cangakan (kelompok *leaflet*), Kecamatan Kasreman, Kabupaten Ngawi, karena kedua wilayah tersebut memiliki tingkat pengetahuan yang kurang dan prevalensi anemia tertinggi di wilayah kerja Puskesmas Kasreman. Kegiatan pembelajaran menggunakan model *Case Study/Problem Based Learning (PBL)* melalui pemanfaatan metode diskusi, tanya jawab, serta ceramah, berlangsung selama 60 menit yang terbagi menjadi pembukaan (5 menit), kegiatan inti (45 menit), dan penutup (10 menit). Sebelum kegiatan inti, responden mengerjakan *pretest* dan *pre*-angket, kemudian diberikan edukasi gizi melalui penggunaan media buku saku atau *leaflet,* diberi kesempatan bertanya, dan mengerjakan *posttest* serta *post*-angket di akhir sesi. Kegiatan diakhiri dengan *review* materi, pemberian *reward,* dan dokumentasi bersama responden.

PEMBAHASAN

Penelitian ini memperlihatkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil terkait anemia setelah memperoleh edukasi gizi, baik pada kelompok buku saku maupun kelompok *leaflet*. Uji *Independent Sample T-Test* tidak memperlihatkan perbedaan pengetahuan antar kelompok pada saat *pretest* (p=0,170), namun ditemukan perbedaan yang signifikan pada saat *posttest* (p=0,001), yang sesuai dengan temuan penelitian Hidayah et al., (2018) yang membuktikan adanya perbedaan pengetahuan antara kelompok buku saku dan *leaflet* setelah edukasi gizi. Mengacu pada Kamus Besar Bahasa Indonesia, pengetahuan ialah informasi yang dihasilkan selama berlangsungnya pembelajaran, dan menurut Rohmah (2023), tingkat pengetahuan seseorang turut dipengaruhi oleh akses terhadap sumber informasi yang diperolehnya. Buku saku memiliki keunggulan berupa materi yang padat, praktis, dan mudah diterapkan, sehingga memungkinkan untuk digunakan secara fleksibel baik dari segi waktu maupun lokasi (Hikmah *et al*., 2024), yang memberikan dampak nyata pada peningkatan pengetahuan ibu hamil apabila disandingkan dengan *leaflet* yang materinya lebih ringkas dan mudah rusak (Maulana, 2017).

Temuan dalam penelitian ini selaras dengan penelitian Hariana *et al*., (2025) yang memperlihatkan adanya pengaruh signifikan edukasi gizi melalui buku saku terhadap pengetahuan ibu hamil (p=0,000) dengan peningkatan *mean pretest-posttest* sebesar 17,43 poin. Hasil yang ditemukan juga memiliki kesamaan dengan penelitian Widyastuti (2022) dan Ristini *et al*., (2024) yang memperlihatkan perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi gizi melalui buku saku (p<0,05). Dalam kelompok *leaflet,* hasil penelitian ini menunjukkan hasil yang serupa dengan penelitian Juniza Putri (2025), Wijaya *et al*., (2022), dan Mardan *et al*., (2023) yang memperlihatkan bahwa edukasi gizi dengan menerapkan *leaflet* tetap berperan dalam peningkatan pengetahuan ibu hamil secara signifikan (p<0,05), meskipun besaran peningkatannya secara umum lebih kecil dibandingkan media buku saku. Perbedaan efektivitas ini erat kaitannya dengan karakteristik masing-masing media: buku saku memungkinkan penyampaian materi yang lebih lengkap dan dapat dipelajari berulang, sedangkan *leaflet* menyajikan informasi secara ringkas sehingga tidak seluruh responden mampu mengingat detail materi yang disampaikan.

Pada aspek sikap, penelitian ini menunjukkan pengaruh signifikan edukasi gizi dengan penggunaan buku saku dan *leaflet* terhadap sikap ibu hamil terkait anemia (p<0,001). Pengetahuan merupakan komponen landasan yang memengaruhi pembentukan sikap, sehingga perubahan pengetahuan seseorang akan diikuti oleh perubahan sikapnya (Ardita *et al*., 2021). Sikap merupakan bentuk tanggapan individu terhadap suatu objek yang dipengaruhi oleh proses berpikir, aspek emosional, serta respons yang muncul secara spontan ketika menerima suatu rangsangan (Notoatmodjo, 2012). Hasil ini yang ditemukan slearas dengan penelitian Khairunnisyah & Nur (2024) dan Rahayu (2023) yang memperlihatkan pengaruh signifikan edukasi gizi melalui buku saku terhadap sikap ibu hamil, serta penelitian Johari *et al*., (2023) dan Rahma (2020) yang menunjukkan hasil serupa pada media *leaflet*. Sebagian besar responden pada kedua kelompok telah memiliki sikap yang baik sebelum diberikan edukasi, sehingga peningkatan sikap yang terjadi relatif lebih kecil dibandingkan peningkatan pengetahuan, namun tetap menunjukkan arah perubahan yang positif setelah edukasi gizi diberikan.

Secara menyeluruh, hasil yang diperoleh dari penelitian ini memperkuat bukti bahwa pemilihan media edukasi memiliki kontribusi yang penting bagi keberhasilan edukasi gizi. Media buku saku terbukti lebih unggul dibandingkan *leaflet* dalam upaya meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil terkait anemia, sejalan dengan pendapat Munawaroh *et al*., (2019) bahwa buku saku memiliki materi yang ringkas, jelas, dan dapat dipelajari, dibawa, serta dibaca kapan saja. Kondisi ini penting menjadi pertimbangan bagi tenaga kesehatan dan puskesmas dalam memilih media edukasi gizi yang lebih efektif.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, yaitu pengukuran tingkat pengetahuan pada ranah kognitif C3 (merespons/menerapkan) hanya dilakukan satu kali dibandingkan ranah kognitif C2 (memahami), terutama pada topik-topik yang menuntut responden untuk menerapkan atau mempraktikkan informasi yang telah diperoleh. Keterbatasan ini perlu menjadi perhatian pada penelitian selanjutnya agar evaluasi pengetahuan yang bersifat aplikatif dapat diukur secara lebih memadai.

PENUTUP

Simpulan

Ditemukan pengaruh yang signifikan dari edukasi gizi melalui media buku saku terhadap pengetahuan dan sikap terkait anemia pada ibu hamil di Puskesmas Kasreman, Kabupaten Ngawi, dan media buku saku menghasilkan peningkatan pengetahuan serta sikap yang lebih besar dibandingkan media *leaflet.*

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, media buku saku dapat digunakan sebagai sarana pem-

belajaran mengenai anemia pada ibu hamil dan menjadi bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi gizi. Diperlukan pengukuran pengetahuan pada ranah C3 (menerapkan) yang lebih dari satu kali untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai kemampuan responden dalam menerapkan informasi yang diperoleh. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan media buku saku yang lebih kreatif dan inovatif, serta pengembangan media edukasi gizi tidak hanya dilakukan oleh mahasiswa, tetapi juga dapat melibatkan kerja sama dengan institusi lain seperti perguruan tinggi, dinas kesehatan, atau lembaga pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

Agusriani, L., Fetriyah, U. H., Mahdiah, D., & Nito, P. J. B. (2025). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemberian Imunisasi pada Balita. Jurnal Penelitian Perawat Profesional, 7(2).

Andika, M., Mitayani, M., Yolanda, Y., Apriyanti, E., & Zulmardi, Z. (2025). Menuju Sekolah Sehat Melalui Penguatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara, 6(1), 642–649.

Apriani, L. A., Wiguna, R. I., Ningsih, H., & Husen, L. M. S. (2023). Pemanfaatan Power Point dan Leaflet sebagai Media Promosi Kesehatan tentang Anemia dan KEK pada Ibu Hamil. J. Kesehat. Masy, 7(5), 4-8.

Ardita, S. K., & Ardita, S. K. (2021). Pengaruh edukasi gizi dengan media buku saku terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi pada remaja overweight dan obesitas di SMP Negeri 3 Tasikmadu.

Arum, S., Erlinawati, E., Fauzia, F., Apriyanti, F., Afrianty, L., Hastuty, M., Martini, M., Rahayu, S. F., Mariati, N., Anggeriyane, E., Mirawati, M., Widiyanti, S., & Syahda, S. (2021). Kehamilan Sehat: Mewujudkan Generasi Berkualitas Di Masa New Normal (1st ed.). Insania.

Astapani, N., Angraini, H. D., & Apriyanti, F. (2020). Hubungan Cara Konsumsi Tablet Fe dan Peran Petugas Kesehatan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Desa Baru Wilayah Kerja Puskesmas Siak Hulu III Tahun 2019. Jurnal Kesehatan Tambusai, 2(1), 70–75.

Bingan, E. C. S. (2019). Efektivitas Media Leaflet Dan Tablet Fe Pada Ibu Hamil Terhadap Anemia. MMJ (Mahakam Midwifery Journal), 4(2), 1-10.

Darawati. (2016). Asuhan Kebidanan Kehamilan. Salemba Medika.

Desi., Dewi, T. M., & Puspita, W. L. (2023). Pengaruh pemberian buku saku pantau mandiri (KUSADARI) terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada ibu hamil. Jurnal Gizi dan Kesehatan (JGK), 3(2).

Elvina, A., & Suryantara, B. (2022). Efektivitas aplikasi berbasis android "Busui Cerdas" untuk meningkatkan pengetahuan ibu menyusui tentang pemberian asi eksklusif. Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah, 18(1), 85-95.

Fajrin, D. H. (2021). Pengaruh media leaflet dalam pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu hamil tentang anemia. Jurnal Ilmiah Kesehatan Ibu Dan Anak, 1(1), 19-25.

Fitriani. (2014). Buku Saku Perkembangan Anak. PT. Gramedia Pustaka Utama.

Gulo. (2010). Metodologi Penelitian. Grasindo.

Hariana, H., Agustina, A., & Sumanti, N. T. (2025). Pengaruh Edukasi Menggunakan Buku Saku dan Booklet Terhadap Pengetahuan Anemia pada Ibu Hamil di UPTD Puskesmas Simpang Teritip Bangka Barat Tahun 2024. DPOAJ: Dohara Publisher Open Access Journal.

Hidayah, M., & Sopiyandi, S. (2019). Efektifitas penggunaan media edukasi buku saku dan leaflet terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet pasien rawat jalan diabetes melitus tipe 2 di puskesmas. Pontianak Nutrition Journal (PNJ), 1(2), 66-69.

Hikmah, S. N., Astutik, L. puji, & Mawaddah, S. (2024). Efektivitas Promosi Kesehatan dengan Media Buku Saku Stunting terhadap Pengetahuan dan Sikap di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Tewah. JPNM Jurnal Pustaka Nusantara Multidisiplin, 2(1).

Johari, A., Agrina, A., & Putri, S. A. (2023). Pengaruh edukasi kesehatan dengan media leaflet terhadap pengetahuan dan sikap ibu tentang gizi balita di wilayah pesisir Pekanbaru. JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa, 2(1), 111-121.

Juniza Putri, T. (2025). Pengaruh Pemberian Edukasi Tentang Gizi Ibu Hamil Menggunakan Leaflet Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil di Puskesmas Kambang Tahun 2025 (Doctoral dissertation, Universitas Alifah Padang).

Kasmiati, Purnamasari, D., Ernawati, Salina, Rikhaniarti, T., Syahriana, Asmirati, Oka, I. A., & Makmun, K. S. (2023). Asuhan Kehamilan. PT. Literasi Nusantara Abadi Grup.

Kemenkes RI. (2018). Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.

Kemenkes RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. Kementerian Kesehatan RI.

Kemenkes RI. (2023). Profil Kesehatan Indonesia 2023. Kementerian Kesehatan RI.

Makassar. Skripsi, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.

Munawaroh, A., Nugraheni, S. A., & Rahfiluddin, M. Z. (2019). Pengaruh Edukasi Buku Saku terhadap Perilaku Asupan Zat Besi Ibu Hamil Terkait Pencegahan Anemia Defisiensi Besi. Jurnal Kesehatan Masyarakat.

Notoatmodjo, S. (2012). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta.

Notoatmodjo, S. (2020). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta.

Nurhaidah, N., & Rostinah, R. (2021). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja

Khairunnisyah, R., & Nur, N. C. (2024). Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Mengenai Manajemen Laktasi untuk Pencegahan Stunting Menggunakan Buku Saku. Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI), 7(2), 414-421.

Khomsan, I. A. (2022). Teknik pengukuran pengetahuan gizi (Vol. 1). PT Penerbit IPB Press.

Lemeshow. (1997). Besar Sampel Dalam Penelitian Kesehatan. Gadjah Mada University Press.

Lukito, D. A., & Setyaningsih, A. (2023). Hubungan Pemberian Asi Eksklusif dan Ketepatan Pemberian MP-Asi terhadap Kejadian Stunting pada Balita Usia 6-23 Bulan Di Kecamatan Bansari Kabupaten Temanggung. Jurnal Gizi Dan Dietetik, 2(2), 91–99.

Mardan, N., Zainuddin, A., & Hikmawati, Z. (2023). Efektivitas penggunaan media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan ibu hamil dalam mencegah stunting di wilayah kerja Puskesmas Abeli tahun 2022. Jurnal Wawasan Promosi Kesehatan.

Maulana, M. A. (2017). Pengembangan Media Pembelajaran berbasis Leaflet pada materi sistem sirkulasi kelas XI MAN 1

Puskesmas Mpunda Kota Bima. Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia, 9(2), 121–129.

Pertiwi, A. N. (2020). Pengetahuan Gizi dan Kepatuhan Ibu Hamil dalam Mengkonsumsi Tablet Zat Besi. Media Gizi Indonesia, 15(1), 33–41.

Prawirohardjo, S. (2016). Ilmu Kebidanan. Yayasan Bina Pustaka.

Purbadewi, L., & Ulvie, Y. N. S. (2013). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. Jurnal Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang, 2, 31–39.

Rahma, Y. A. (2020). Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Leaflet Tentang

Pemberian Asi Eksklusif Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Dalam Pencegahan Stunting Di Desa Lama Wilayah Kerja Puskesmas Pancur Batu.

Rohmah, S. (2023). Pengaruh Dukungan Teman Sebaya, Sumber Informasi Dan Pengetahuan Terhadap Perilaku Pencegahan. Journal of Midwifery and Public Health, 1(2).

Rohmatika, D., Prastyoningsih, A., Nurlaly, A. F., Hapsari, E., Widyastutik, D., & Wijayanti, W. (2022). Media Buku Saku (Pamil) Upaya Pencegahan Anemia Kehamilan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu. Jurnal Kesehatan Kusuma Husada, 175–180.

Sinaga, D. (2014). Buku Ajar Statistik Dasar. UKI Press.

Sjahriani, T., & Faridah, V. (2019). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Bandar Jaya Lahat Kabupaten Lahat Tahun 2016. Jurnal Kebidanan Malahayati, 5(2).

Sugiyono. (2022). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D (4th ed.). Alfabeta.

WHO. (2020). Managing Complications in Pregnancy and Childbirth: A Guide for Midwives and Doctors. World Health Organization.

Widyastuti, D. E. (2018). Perbandingan Pendidikan Kesehatan Menggunakan Buku Saku dengan Metode Ceramah Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya Kehamilan. Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian, 16(1), 84-88.

Wijaya, D. et al. (2022). Perbedaan Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi Melalui Media Leaflet.