
PENGARUH PEMBERIAN BOOKLET ‘PIRING UNTUK BUMIL’ TENTANG GIZI SEIMBANG TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU HAMIL TRIMESTER I

Ernanda Arifka Maharani*, Happy Dwi Aprilina

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto

**e-mail : arifka.xifm1@gmail.com*

Abstract

Keywords:
gizi seimbang, ibu hamil, booklet

Gizi Seimbang adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah sesuai dengan kebutuhan tubuh. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh media Booklet ‘Piring Untuk Bumil’ Tentang Gizi Seimbang Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Trimester I. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan Jenis penelitian Pre-experimental desain dengan metode one group pretest-posttest design. Penelitian menunjukkan nilai rata-rata pengetahuan sebelum diberikan booklet ‘Piring Untuk Bumil’ adalah 6.75 dan sesudah diberikan booklet ‘Piring Untuk Bumil’ adalah 14.84. Sedangkan sikapnya sendiri rata-rata sebelum diberikan booklet ‘Piring Untuk Bumil’ adalah 4.81 sedangkan rata-rata sesudah diberikan booklet ‘Piring Untuk Bumil’ adalah 9.36. Hasil penelitian menggunakan media booklet terjadi peningkatan skor pre-test maupun post-test. Kesimpulan penelitian ini ada pengaruh pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah diberikan booklet ‘Piring Untuk Bumil’ tentang gizi seimbang pada ibu hamil Trimester I.

Pendahuluan: Rendahnya status gizi ibu hamil dapat disebabkan beberapa faktor, antara lain yaitu rendahnya pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi, pendapatan keluarga di bawah rata-rata, dan tidak teraturnya pola makan. Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini didapat setelah orang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Perilaku yang didasarkan pengetahuan akan bertahan lebih lama dibandingkan

yang tidak didasarkan pengetahuan (Notoatmodjo, 2007).

Riskesdas 2018 menyatakan bahwa sekitar 48,8 % ibu hamil di Indonesia mengalami anemia akibat kekurangan gizi. Pengaruh anemia dalam kehamilan yaitu dapat terjadi abortus, persalinan premature, hambatan tubuh kembang janin dalam rahim, mudah terjadi infeksi, ancaman dekompensasi kardis (Hb < 6g %) mola hidatidosa, hyp

eremesis gravidarum, perdarahan antepartum, ketuban pecah dini (KPD). Bahaya dalam persalinan pada anemia bias terjadi persalinan lama dan partus terlantar karena his (kekuatan mengejan) yang kurang (manuaba 2012).

Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Kota Banyumas Tahun 2018, angka kejadian ibu hamil dengan anemia sebesar 10.722 orang dari seluruh Wiradadi, Karang Kedawung, Sokaraja Tengah, Sokaraja Kulon, Sokaraja Kidul, Sokaraja Wetan, dan Pamijen.

Metode Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Metode kuantitatif merupakan penelitian yang datanya berupa angka-angka dan diolah menggunakan metode statistik (Sugiyono, 2014). Jenis penelitian *Pre-experimental* desain dengan metode *one group pretest-posttest design*, terdapat *pretest* sebelum dilakukan perlakuan, hasil perlakuan dapat didapat dengan lebih akurat karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan (Sugiyono, 2010). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian booklet 'Piring Untuk Bumil' tentang gizi seimbang dengan tingkat pengetahuan dan sikap ibu hamil trimester I.

puskesmas di kabupaten Banyumas .Angka kejadian ibu hamil dengan KEK ada 3.431 orang . (DinKes 2018).

Di dalam Puskesmas 1 Sokaraja terdapat 112 penderita anemia ,103 penderita KEK dan terdapat ibu hamil sebanyak 366 orang dibulan September 2019 yang terdapat di 10 desa yakni di desa Karanngrau, Karang Nanas, Kalikidang,

Hasil dan pembahasan

Analisis Univariat

1. Usia

Usia	Jumlah	%
17-22 Tahun	4	9.1
23-28 Tahun	16	36.4
29-34 Tahun	19	43.2
35-39 Tahun	5	11.4

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di wilayah kerja Puskesmas I Sokaraja dengan jumlah responden 44 yang telah memenuhi syarat sebagai responden sebagian besar responden berusia 29-34 tahun .Ibu hamil dalam penelitian ini masih dalam kategori usia yang masih bisa untuk memiliki anak. Usia tersebut masih dalam tergolong usia yang cukup untuk hamil. Hal tersebut karena sistem reproduksi wanita pada usia tersebut masih siap untuk dibuahi.

Hal ini sesuai dengan pendapat Sulistiawati (2011) bahwa rentang usia 20-35 tahun merupakan usia produktif bagi wanita yang dianggap aman untuk menjalani proses kehamilan dan persalinannya.

2. Pekerjaan

Pekerjaan	Jumlah	Prosentase
IRT	41	93.2
Wiraswasta	3	6.8

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil ibu hamil yang bekerja sebagai ibu rumah tangga terdapat 93,2 % dan ibu hamil yang bekerja sebagai wiraswasta ada 6,8 % . Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (tidak bekerja) sebanyak 41 responden .Pekerjaan merupakan kegiatan yang dilakukan oleh ibu hamil yang bisa berupa pekerjaan ringan ataupun berat. Responden dalam penelitian ini mereka sebagian besar menjadi ibu rumah tangga. Ibu yang tidak bekerja hanya menjalankan tugas sebagai ibu rumah tangga, sehingga penguasaan dan informasi yang didapat juga terbatas dibandingkan dengan ibu yang bekerja lebih mudah dan luas memperoleh informasi (Puspita, 2009).

3. Pendidikan

Pendidikan	Jumlah	Prosentase
SD	1	2.3
SMP	19	43.2
SMA	21	47.7
S1	3	6.8

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan ibu hamil untuk SD ada 1 reponden (2,3%) untuk SMP ada 19 reponden (43,2 %) dan SMA 21 responden (47,7 %) sedangkan untuk S1 ada 3 orang (6,8 %).

Hasil penelitian didapatkan ibu dengan tingkat pendidikan yang paling dominan, yaitu tingkat pendidikan SMA sebanyak 21 responden .Ibu yang mempunyai pendidikan tinggi akan lebih mudah memahami informasi yang diberikan. Semakin tinggi pendidikan seorang makan semakin mudah seseorang untuk mendapat pengetahuan karena tingkat pendidikan dapat berpengaruh pada seseorang untuk menerima ide atau informasi baru (Lestari, Amelia, dan Rahmalia, 2012). Pendidikan menentukan pola pikir, wawasan seseorang, serta memiliki peranan penting dalam kualitas dengan pendidikan manusia akan memperoleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2012).

Pendidikan menurut Mahmudah (2012) yaitu pengetahuan ibu diperoleh dari pendidikan, pengamatan, ataupun informasi yang didapat seseorang dengan adanya pengetahuan seseorang akan melakukan perubahan-perubahan sehingga tingkah laku dari seseorang dapat berkembang. Semua informasi ibu mengenai gizi seimbang pada masa kehamilan adalah hasil yang didapatkan dari tingkat pendidikan ibu.

4. Paritas

Paritas	Jumlah	Prosentase
Primipara	16	36,4
Multipara	28	63,6

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada 16 ibu hamil Primipara (36,4 %) dan 28 responden dengan Multipara (63,6%).

Hasil penelitian bahwa sebagian besar responden paritas ibu hamil dalam kategori multipara sebanyak 28 responden. Bagi ibu hanya memiliki satu anak masih belum cukup atau masih kurang, sehingga mereka menginginkan anak lebih dari satu. Jumlah kehamilan, kelahiran 2 sampai 3 mempunyai optimalisasi kesehatan. Sedangkan paritas lebih dari 4 merupakan paritas yang dapat membahayakan ibu hamil dan janinnya (Manuaba,2010; 18).

5. IMT

IMT	Jumlah	Prosentase
18,5-24,9 (ideal)	31	70,5
25-29,9(bb berlebih)	12	27,3
30-39,9 (gemuk)	1	2,3

Hasil penelitian menunjukkan ada 31 (70,5%)ibu hamil dengan bb ideal ,12 (27,3) ibu hamil dengan bb berlebih dan 1 (2,3 %) ibu hamil dengan bb gemuk .

Hasil penelitian bahwa sebagian besar responden memiliki berat badan ideal yakni ada 31 responden. Menurut buku asuhan kebidanan kehamilan (Setiawan, 2010) yaitu mengatakan kenaikan berat badan selama hamil 9-13,5 kg yaitu pada trimester 1 kenaikan berat badan minimal 0,7 –1,4 kg , pada trimester 2 kenaikan berat badan 4,1 kg dan pada trimester 3 kenaikan berat badan 9,5 kg. IMT merupakan cara termudah memperkirakan obesitas yang berhubungan tinggi dengan massa lemak tubuh serta penting untuk mengidentifikasi pasien obesitas yang mempunyai risiko komplikasi medis (Pudjiadji, 2010).

6. LILA

LILA	Jumlah	Prosentase
> 23	42	95,5
<23	2	4,5

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada 42 (95,5) orang dengan LILA normal > 23 dan ada 2 (4,5%) orang dengan LILA kurang dari < 23 .

Hasil penelitian didapatkan karakteristik responden berdasarkan ukuran LILA yaitu > 23 cm berjumlah 42 orang dan LILA < 23 cm berjumlah 2 orang. Bila status gizi ibu kurang maka ibu hamil akan mengalami masalah gizi seperti Kekurangan Energi Kronis (KEK) dan anemia gizi. Kekurangan Energi Kronis ditandai dengan lingkaran atas (LILA) ibu hamil kurang dari 23 cm atau dibagian merah pita LILA, artinya wanita tersebut mempunyai resiko KEK.

7. Pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah diberikan booklet 'Piring Untuk Bumil' 'tentang gizi seimbang pada ibu hamil Trimester I.

Pada penelitian ini menunjukkan nilai rata-rata pengetahuan responden sebelum diberikan booklet 'Piring Untuk Bumil' adalah 6.75 sedangkan nilai rata-rata sesudah diberikan booklet 'Piring Untuk Bumil' adalah 14.84. Sedangkan untuk sikapnya sendiri menunjukkan nilai rata-rata sebelum diberikan booklet 'Piring Untuk Bumil' adalah 4.81 sedangkan nilai rata-rata sesudah diberikan booklet 'Piring Untuk Bumil' adalah 9.36.

Hasil penelitian menunjukkan dengan adanya penyuluhan menggunakan media booklet terjadi peningkatan skor pre-test maupun post-test, sikap yang ditunjukkan oleh perubahan skor yang meningkat.

Krishbaum, tahun 2008 juga menyatakan bahwa booklet sebagai media pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan ketrampilan. Menurutnya penyampaian informasi melalui booklet terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan.

Menurut teori Wood, pendidikan kesehatan dapat berpengaruh terhadap kebiasaan pengetahuan dan sikap baik kesehatan maupun perorangan, masyarakat dan bangsa. Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal akan memberikan suatu landasan kognitif baru bagi terbentuknya sikap seseorang terhadap hal tersebut.

Sikap seseorang akan mengalami perubahan jika berkenan dengan lapang dada menerima informasi dari luar misalnya media massa. Informasi yang didapatkan dari media massa dapat meningkatkan pengetahuan sehingga akan berpengaruh pada sikap seseorang (Azwar, 2008). Pengetahuan yang diberikan melalui penyuluhan dengan media booklet pada ibu hamil dapat membantu pembentukan sikap ibu hamil tentang gizi seimbang.

8. Pengaruh pemberian booklet 'Piring Untuk Bumil' tentang gizi seimbang pada ibu hamil Trimester I.

- a. Pengetahuan Selisih rerata sebelum dan sesudah diberikan booklet 'Piring Untuk Bumil' 4.750 ± 2.114 dan hasil uji *paired t test sample* diperoleh nilai *significancy* sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan signifikan yang berarti ada pengaruh pemberian booklet 'Piring Untuk Bumil' tentang gizi seimbang terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil trimester I.
- b. Sikap Selisih rerata sebelum dan sesudah diberikan booklet 'Piring Untuk Bumil' 4.750 ± 2.114 dan hasil uji *paired t test sample* diperoleh nilai *significancy* sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan signifikan yang berarti ada pengaruh pemberian booklet 'Piring Untuk Bumil' tentang gizi seimbang terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil trimester I.

Kesimpulan

1. Mayoritas usia pada ibu hamil adalah berusia 29-34, dengan pekerjaan rata-rata ibu rumah tangga, tingkat

pendidikan ibu mayoritas adalah sekolah menengah atas dan rata-rata multipara dengan jumlah responden 28 orang, dengan indeks masa tubuh ideal dan sedang untuk LILA Normal ibu hamil ada 42 responden

2. Ada pengaruh pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah diberikan booklet 'Piring Untuk Bumil' tentang gizi seimbang pada ibu hamil Trimester I.

Daftar pustaka

- Azwar, S. (2008). *Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. 2010. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- DepKes ri. (2003) *Gizi seimbang menuju hidup sehat bagi ibu hamil dan menyusui*. Pedoman Petugas Puskesmas. Jakarta :DepKes
- Lestari, W., Amelia., N. R., & Rahmalia, S. (2012). Efektifitas pendidikan kesehatan tentang ASI terhadap tingkat pengetahuan, kemampuan motivasi menyusui primipara. *Jurnal*

- Ners Indonesiadilihat dari <http://ejournal.unri.ac.id/index.php/JNI/article/view/2030/1995>
- Mahmudah, F. & (2012) .Pengaruh Karakteristik (Pendidikan, Pekerjaan), Pengetahuan Dan Sikap Ibu Menyusui Terhadap Pemberian ASI Eksklusif Dikabupaten Tuban. *Depatermen Biostatistika Dan Kependudukan FKM UNAIR*,5 (2)
- Manuaba. 2010. *Ilmu kebidanan Penyakit Kandungan dan KB* . Jakarta : EGC.\
- Notoatmodjo, s.(2007). *Promosi kesehatan dan ilmu periaku*. Jakarta :Rhineka Cipta.
- Notoatmodjo S. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Pudjiadi A, Hegar HB. 2010. *Pedoman Pelayanan Medis Ikatan Dokter Anak Indonesia*. Jakarta: IDAI.
- Puspita, Fira. SE. 2009. “Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebijakan Dividend Payout Ratio”. Thesis Universitas Diponegoro Semarang.
- Setiawan, A. dan saryono. 2010.*Metodologi Penelitian kebidanan*. NuhaMedika. Jakarta
- Sugiono.(2010). *Metode penelitian kualitatif kuantitatif* .Bandung :Alfabeta