

PENGARUH EDUKASI LEAFLET ANEMIA TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DI PUSKESMAS BULUROKENG

The Effect of Anemia Leaflet Education on Knowledge and Compliance with Iron Tablet Consumption at Bulurokeng Health Center

Lydia Fanny¹, Khaerunnisa^{2*}, Sunarto¹,

¹Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar

²Alumni Prodi Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Makassar

*)Korespondensi: nissakhaerunnisa307@gmail.com / 081242899450

Article History

Submitted: 03-04-2026

Revised: 23-04-2026

Accepted: 01-06-2026

ABSTRACT

Anemia in pregnant women remains a global problem, with the WHO (2020) reporting a prevalence of 36.55%. The South Sulawesi Basic Health Research (2018) recorded a prevalence of 48.9%, while the Indonesian Health Survey (2023) showed a national figure of 27.7%. This study aims to analyze the effect of anemia leaflet education on knowledge and compliance with iron supplementation (IBT) consumption in pregnant women. The study used a One Group Pretest–Posttest design with 43 pregnant women selected purposively in October 2025 at the Bulurokeng Community Health Center. Data were collected through questionnaires and analyzed according to normality tests using the T-test and Wilcoxon. The results showed a significant increase in knowledge and compliance after the intervention ($p = 0.000$). Good knowledge increased from 14% to 51.2%, while compliance increased from 30.2% to 90.7%. It can be concluded that leaflet education is effective in increasing knowledge and compliance of pregnant women in consuming iron supplementation, thus potentially supporting anemia prevention efforts.

Keywords: *Anemia, Compliance, Education, Knowledge, Leaflet*

ABSTRAK

Anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah global, di mana WHO (2020) melaporkan prevalensi sebesar 36,55%. Riskesdas Sulawesi Selatan (2018) mencatat prevalensi 48,9%, sementara SKI (2023) menunjukkan angka nasional 27,7%. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh edukasi leaflet anemia terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada ibu hamil. Penelitian menggunakan desain *One Group Pretest–Posttest* dengan 43 ibu hamil yang dipilih secara purposive pada Oktober 2025 di Puskesmas Bulurokeng. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis sesuai uji normalitas menggunakan uji T dan Wilcoxon. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan dan kepatuhan setelah intervensi ($p = 0,000$). Pengetahuan kategori baik meningkat dari 14% menjadi 51,2%, sedangkan kepatuhan naik dari 30,2% menjadi 90,7%. Dapat disimpulkan bahwa edukasi leaflet efektif meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil dalam

mengonsumsi TTD sehingga berpotensi mendukung upaya pencegahan anemia. SARAN memanfaatkan leaflet sebagai media edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji media edukasi lain guna meningkatkan efektivitas layanan gizi.

Kata Kunci: Anemia, Edukasi, Kepatuhan, Leaflet, Pengetahuan

PENDAHULUAN

di Indonesia merupakan masalah kesehatan gizi yang memerlukan penanganan. Kekurangan zat besi, kekurangan vitamin B12, kekurangan asam folat, infeksi virus, penyebab keturunan, dan pendarahan adalah beberapa kondisi yang dapat menyebabkan anemia. Pada ibu hamil anemia akan meningkatkan risiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah, keguguran, lahir sebelum waktunya, risiko perdarahan sebelum dan atau pada saat persalinan yang dapat menyebabkan kematian ibu dan bayinya. Pada bayi dalam kandungan dapat mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan, tidak dapat mencapai tinggi optimal dan anak menjadi kurang cerdas (Kemenkes, 2020).

Secara global, anemia pada ibu hamil masih menjadi permasalahan kesehatan yang signifikan. World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2020 sebanyak 36,5% ibu hamil di dunia mengalami anemia. Di Indonesia, prevalensi anemia pada ibu hamil berdasarkan Riskesdas Sulawesi Selatan tahun 2018 mencapai 48,9%, sedangkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan angka sebesar 27,7%. Meskipun terjadi penurunan prevalensi pada tahun 2023, data tersebut menunjukkan bahwa anemia pada ibu hamil masih merupakan masalah gizi yang belum sepenuhnya teratasi.

Ibu hamil merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia akibat terjadinya hemodilusi, yaitu peningkatan volume plasma yang tidak sebanding dengan peningkatan jumlah eritrosit. Kondisi tersebut menyebabkan penurunan kadar hemoglobin dalam darah sehingga meningkatkan risiko terjadinya anemia pada kehamilan (Wijayanti et al., 2022).

Keberhasilan program pencegahan dan penanggulangan anemia pada ibu hamil sangat

dipengaruhi oleh tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi suplemen zat besi. Ketidakepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah dapat mengurangi efektivitas suplementasi zat besi. Beberapa faktor yang menyebabkan rendahnya kepatuhan antara lain rasa bosan atau malas, rasa dan bau tablet yang kurang menyenangkan, serta munculnya efek samping seperti mual, muntah, rasa tidak nyaman atau nyeri di ulu hati, dan perubahan warna tinja menjadi hitam (Muktia & Rahayu Nadhiroh, 2023).

Salah satu upaya menurunkan angka kejadian anemia adalah dengan meningkatkan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Kepatuhan tersebut dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, kesadaran, dan sikap ibu hamil yang dapat ditingkatkan melalui konseling atau edukasi kesehatan. Agar edukasi lebih efektif, diperlukan media pendukung yang sesuai untuk mempermudah pemahaman materi. Salah satu media yang dapat digunakan adalah leaflet, yaitu media cetak berbentuk lembaran lipat yang efektif dalam menyampaikan pesan kesehatan secara visual dan verbal serta terbukti mampu meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap isu kesehatan tertentu (Bingan & Raya, 2019).

Berdasarkan beberapa penelitian yang diambil ditunjukkan Program Pemberian pada Ibu Hamil yang terjadi di Puskesmas masih ditemukan belum berjalan dengan baik karena kurangnya pengetahuan tentang konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil. Dan salah satu media edukasi yang dipilih dalam penelitian ini adalah leaflet. Media ini mampu menarik perhatian melalui tampilan visual yang menarik serta ringkas dan fokus. Keunggulan lainnya adalah fleksibilitasnya dalam menyampaikan informasi kepada ibu hamil yang memiliki

tingkat pemahaman yang beragam. Dalam praktik pelayanan kesehatan, penggunaan leaflet juga dapat memperkuat informasi yang diberikan saat konseling, terutama ketika waktu konsultasi terbatas.

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa media edukasi kesehatan seperti booklet, video, dan konseling langsung efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil. Namun, perbandingan efektivitas media sederhana seperti leaflet dibandingkan media lain masih terbatas, terutama dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di tingkat pelayanan dasar. Selain itu, sebagian besar penelitian lebih berfokus pada peningkatan pengetahuan, sementara aspek kepatuhan sebagai *outcome* perilaku masih belum banyak dievaluasi secara bersamaan. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan dalam mengkaji efektivitas media leaflet terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi TTD pada ibu hamil di Puskesmas Bulurokeng.

Pemilihan media leaflet dalam penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi secara signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil terhadap konsumsi tablet tambah darah. maka penulis tertarik sebuah penelitian dalam judul “Pengaruh Pemberian Leaflet Anemia terhadap Pengetahuan dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Ibu Hamil di Puskesmas Bulurokeng”.

METODE

Desain, Waktu, dan Tempat

Penelitian ini menggunakan rancangan *pre-eksperimen* tepatnya menggunakan *One Group Pretest- Posttest Design*. Penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok yang dilakukan pengukuran sebelum (menggunakan *pretest*) dan sesudah (*posttest*) intervensi (pemberian leaflet). Tujuannya untuk melihat adanya perubahan pengetahuan dan kepatuhan setelah diberi leaflet. Kegiatan penelitian dilaksanakan pada bulan Juli hingga Oktober 2025 di Wilayah Kerja Puskesmas Bulurokeng.

Jumlah dan Cara Pengambilan Sampel

Sampel dalam penelitian adalah ibu hamil dan menggunakan metode *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel

berdasarkan maksud dan tujuan tertentu sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Sampel diperoleh melalui dua cara, yaitu mengikuti kegiatan puskesmas seperti kelas ibu hamil serta melakukan kunjungan langsung ke rumah (door to door) untuk menjangkau responden yang tidak hadir di kegiatan tersebut. Besar sampel pada penelitian ini adalah semua ibu hamil yang berada di wilayah kerja Puskesmas Bulurokeng, sebanyak 43 ibu hamil.

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Data penelitian terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari Identitas sampel, Kuesioner pengetahuan dan Kepatuhan mengonsumsi TTD. Data sekunder adalah data pendukung yang diperoleh peneliti dari berbagai sumber yang telah ada. Data sekunder yang didapatkan berupa data jumlah ibu hamil yang ada di Puskesmas Bulurokeng.

Pengolahan dan analisis data

Data pemberian leaflet anemia terhadap pengetahuan dan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah diolah melalui komputer dengan program SPSS. Selanjutnya, data diolah secara manual menggunakan *Microsoft excel* dan dikelompokkan dengan variabel yang diteliti serta disajikan dalam bentuk tabel agar mudah dibaca.

Sebelum dilakukan uji bivariat, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas menggunakan uji *Shapiro-Wilk* untuk mengetahui apakah data pengetahuan dan kepatuhan berdistribusi normal. Hasil uji ini menentukan pemilihan uji statistik yang sesuai pada tahap selanjutnya. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian leaflet terhadap pengetahuan ibu hamil dengan menggunakan uji *Paired Sample t-Test* jika ingin mengetahui perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian leaflet. Pada kepatuhan konsumsi TTD digunakan uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* untuk membandingkan tingkat kepatuhan sebelum dan sesudah pemberian leaflet. Jika data dalam bentuk kategori (patuh dan tidak patuh), maka bisa digunakan uji *McNemar* untuk melihat perubahan kategori sebelum dan sesudah.

Dalam meminimalkan bias maturasi dan efek belajar, pengukuran *pretest* dan *posttest*

dilakukan dalam interval waktu yang relatif singkat setelah pemberian intervensi. Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan dan kepatuhan diadaptasi dari penelitian sebelumnya yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas, sehingga layak digunakan dalam penelitian ini.

HASIL

Berdasarkan Usia Ibu, sebagian besar responden berada pada kelompok usia 20-35 tahun, yaitu sebanyak 38 orang (88%), sedangkan responden yang berusia lebih dari 35 tahun sebanyak 5 orang (12%). Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil yang menjadi responden berada pada usia produktif, sementara hanya sebagian kecil yang termasuk dalam kelompok usia di atas 35 tahun.

sebagian besar responden berada pada trimester kedua kehamilan, yaitu sebanyak 20 orang (47%), diikuti oleh trimester ketiga sebanyak 16 orang (37%), dan trimester pertama sebanyak 7 orang (16%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil dalam penelitian berada pada masa kehamilan trimester 2 dan trimester 3, di mana pemantauan dan intervensi gizi, termasuk konsumsi tablet tambah darah, umumnya mulai dioptimalkan.

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan Ibu menunjukkan bahwa Sebagian besar responden merupakan ibu rumah tangga (IRT), yaitu sebanyak 42 orang (98%), sedangkan hanya 1 orang (2%) yang bekerja sebagai pegawai negeri sipil (PNS). Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak memiliki pekerjaan formal di luar rumah dan lebih banyak beraktivitas di lingkungan tempat tinggal.

Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki tingkat pendidikan SMP dan SMA, masing-masing sebanyak 16 orang (37%), sedangkan yang berpendidikan SD sebanyak 6 orang (14%), S1 sebanyak 4 orang (10%), dan D3 sebanyak 1 orang (2%). Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan menengah, sementara hanya sebagian kecil yang berpendidikan tinggi maupun rendah

Distribusi tingkat pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan leaflet menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan leaflet, sebagian besar masih tergolong kurang sebanyak 32 orang (74.4%), kategori cukup sebanyak 5 orang (11.6%) dan kategori baik sebanyak 6 orang (14.0%). Setelah diberikan edukasi dengan leaflet, terjadi peningkatan pengetahuan dengan kategori baik sebanyak 22 orang (51.2%), katgeori cukup sebanyak 14 orang (32,6%), dan kurang sebanyak 7 orang (16,3%). Hasil ini menunjukkan bahwa media edukasi dengan leaflet berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia dan manfaat tablet darah tambah (TTD).

Distribusi tingkat kepatuhan ibu sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan leaflet menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan ibu hamil sebelum diberikan leaflet yang tergolong patuh sebanyak 13 orang (30.2%), kategori cukup patuh sebanyak 28 orang (65.1%) dan kategori tidak patuh sebanyak 2 orang (4.7%). Setelah diberikan edukasi dengan leaflet, terjadi peningkatan kepatuhan dengan kategori baik sebanyak 39 orang (90.7%), dan katgeori cukup patuh sebanyak 4 orang (9.3%). Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa edukasi dengan leaflet dapat memberikan pemahaman kepada ibu sehingga meningkatkan motivasi ibu hamil dalam mengonsumsi TTD secara teratur.

Hasil distribusi pengaruh pemberian leaflet terhadap pengetahuan ibu hamil menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan sebelum intervensi sebesar 44,65 dan meningkat menjadi 74,19 setelah intervensi, dengan selisih rata-rata 29,53 poin. Nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian leaflet. Peningkatan skor tersebut menunjukkan bahwa leaflet memberikan dampak praktis yang cukup besar dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang anemia dan tablet tambah darah. Dengan demikian, pemberian leaflet terbukti efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil.

Hasil dari distribusi pengaruh pemberian leaflet terhadap kepatuhan ibu hamil menunjukkan bahwa nilai $Z = 5,264$ dengan $p =$

0,000 ($p < 0,05$) pada 43 responden, yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara tingkat sebelum dan sesudah diberikan leaflet. Hasil ini membuktikan bahwa pemberian leaflet berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada usia produktif 20–35 tahun dan berada pada trimester kedua kehamilan. Kondisi ini mencerminkan fase kehamilan yang relatif stabil serta kesiapan fisik dan mental dalam menerima edukasi kesehatan. Mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan menengah dan berstatus sebagai ibu rumah tangga, sehingga memiliki kemampuan memahami informasi tertulis serta waktu yang cukup untuk menerapkan anjuran kesehatan.

Karakteristik tersebut menunjukkan bahwa media edukasi berupa leaflet merupakan pilihan yang sesuai dan efektif dalam meningkatkan pengetahuan serta kepatuhan ibu hamil terhadap konsumsi tablet tambah darah. Temuan ini dapat dijelaskan melalui pendekatan *Health Belief Model* (HBM), di mana edukasi berperan dalam meningkatkan persepsi kerentanan dan manfaat individu terhadap suatu masalah kesehatan sehingga mendorong perubahan perilaku (Anuar et al., 2020).

Sebelum intervensi dilakukan, sebagian besar ibu hamil memiliki tingkat pengetahuan yang rendah mengenai anemia dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah. Setelah edukasi diberikan, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan pada responden, yang mencerminkan keberhasilan intervensi dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran ibu hamil terhadap upaya pencegahan anemia. Peningkatan ini menunjukkan adanya respons positif terhadap informasi kesehatan yang disampaikan secara terstruktur dan sesuai kebutuhan responden.

Penelitian ini sejalan dengan Fayasari, dkk. (2024), yang melaporkan bahwa pemberian edukasi kesehatan secara terarah mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang

anemia dan tablet tambah darah. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa kegiatan edukasi yang disusun dengan pendekatan komunikatif dan berbasis konteks sasaran dapat memperkuat pemahaman, memperbaiki persepsi risiko, serta mendorong kepatuhan terhadap perilaku pencegahan anemia.

Capaian pengetahuan ibu hamil pascaintervensi membuktikan bahwa kegiatan edukasi gizi memegang peranan penting dalam membentuk dasar perubahan perilaku kesehatan. Pemahaman yang baik menjadi modal utama bagi ibu hamil untuk mengenali risiko dan manfaat tindakan pencegahan anemia. Temuan ini memperkuat bahwa edukasi kesehatan yang dilakukan secara sistematis dan berkelanjutan mampu mendukung peningkatan derajat kesehatan ibu dan janin, sekaligus menjadi strategi penting dalam pencegahan anemia selama kehamilan.

Intervensi edukasi juga berdampak nyata pada kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi TTD. Sebelum intervensi, sebagian besar responden belum menunjukkan kepatuhan yang optimal, mencerminkan rendahnya kesadaran terhadap pentingnya pencegahan anemia selama kehamilan. Setelah edukasi dilakukan, tingkat kepatuhan mengalami peningkatan yang signifikan. Temuan ini mempertegas bahwa edukasi berperan penting dalam meningkatkan pemahaman, kesadaran, dan motivasi ibu hamil untuk mengonsumsi TTD secara rutin sesuai anjuran, sehingga mendorong perubahan perilaku positif yang mendukung kesehatan ibu selama kehamilan.

Hasil penelitian serupa juga disampaikan oleh Dari & Ramadhani, (2025), yang menunjukkan bahwa edukasi tentang anemia dan penggunaan kartu kontrol tablet tambah darah efektif dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil terhadap pentingnya konsumsi tablet tambah darah secara teratur. Penelitian kedua ini memperkuat temuan bahwa peningkatan perilaku erat hubungannya dengan peningkatan pengetahuan, persepsi risiko, dan motivasi yang dibangun melalui intervensi edukatif yang tepat sasaran.

Capaian kepatuhan ibu hamil pascaedukasi menegaskan peran strategis

intervensi ini dalam bidang kesehatan. Pengetahuan dan kesadaran yang meningkat menjadi landasan bagi ibu hamil untuk berperilaku sehat dan konsisten dalam mengonsumsi TTD. Temuan ini menegaskan bahwa pelaksanaan edukasi kesehatan yang terencana dan berkelanjutan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mampu mendorong kepatuhan terhadap intervensi gizi, sehingga berkontribusi terhadap pencegahan anemia dan peningkatan kesehatan ibu secara menyeluruh.

Penggunaan leaflet sebagai media edukasi terbukti memberikan pengaruh yang berarti terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai anemia dan TTD. Media ini membantu responden memahami materi dengan baik melalui tampilan visual dan bahasa yang sederhana. Hal ini menunjukkan bahwa media cetak masih menjadi sarana efektif dalam menyebarkan informasi kesehatan, terutama bagi ibu hamil yang membutuhkan pemahaman praktis dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Sakdiyah dan Ekasari (2023) yang menunjukkan bahwa penggunaan media leaflet berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai tablet tambah darah. Dalam penelitian tersebut, sebagian besar responden yang semula memiliki tingkat pengetahuan rendah mengalami peningkatan setelah diberikan edukasi menggunakan leaflet. Efektivitas leaflet dijelaskan karena kemampuannya menyampaikan pesan kesehatan secara sederhana, menarik, dan mudah diingat.

Peningkatan pengetahuan setelah diedukasi dengan leaflet menunjukkan bahwa intervensi edukatif yang dirancang secara sistematis dapat memberikan hasil yang positif dalam upaya promosi kesehatan pada ibu hamil. Pemahaman yang lebih baik mengenai anemia dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah menjadi dasar penting bagi perubahan perilaku yang lebih sehat selama kehamilan. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa penggunaan leaflet sebagai media pendidikan kesehatan dapat dijadikan strategi efektif dalam

mendukung keberhasilan program pencegahan anemia pada ibu hamil di tingkat pelayanan dasar.

Edukasi melalui leaflet juga berpengaruh signifikan terhadap kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi TTD. Sebelum intervensi, sebagian besar ibu hamil belum menunjukkan kepatuhan yang optimal, namun setelah edukasi diberikan terjadi peningkatan yang nyata. Temuan ini memperlihatkan bahwa leaflet efektif menyampaikan pesan kesehatan secara sederhana dan mudah dipahami, sehingga meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai manfaat serta pentingnya konsumsi TTD secara teratur. Selain itu, karakteristik leaflet yang dapat disimpan dan dibaca ulang turut memperkuat pemahaman dan mendorong terbentuknya perilaku positif.

Temuan ini sejalan dengan penelitian *Zhu et al.* (2024) yang menjelaskan bahwa intervensi kesehatan berbasis edukasi nondigital dapat meningkatkan kepatuhan ibu hamil terhadap suplementasi zat besi. Penelitian tersebut menegaskan bahwa media edukasi yang mudah diakses dan dipahami, seperti leaflet, mampu memperkuat perilaku kepatuhan karena memberikan informasi yang jelas, relevan, dan berulang. Pendekatan edukatif semacam ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga berkontribusi terhadap pembentukan sikap positif dan perubahan perilaku yang mendukung pencegahan anemia selama kehamilan.

Pemberian leaflet dapat dijadikan strategi komunikasi kesehatan yang efektif dalam meningkatkan kepatuhan ibu hamil terhadap program konsumsi TTD. Media edukasi sederhana ini sangat relevan diterapkan di fasilitas pelayanan kesehatan karena tidak memerlukan teknologi tinggi, mudah dipahami oleh berbagai tingkat pendidikan, dan memiliki jangkauan luas. Penggunaan leaflet secara berkelanjutan diharapkan dapat memperkuat program promotif dan preventif dalam upaya menurunkan angka kejadian anemia pada ibu hamil di tingkat pelayanan dasar. Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain penggunaan desain tanpa kelompok kontrol sehingga tidak dapat sepenuhnya mengendalikan faktor luar yang memengaruhi

hasil penelitian. Selain itu, jumlah sampel yang relatif kecil serta penggunaan kuesioner self-report berpotensi menimbulkan bias subjektivitas. Secara praktis, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan leaflet dapat menjadi strategi edukasi yang efektif, sederhana, dan mudah diterapkan di fasilitas pelayanan kesehatan dasar dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.

KESIMPULAN

Pemberian edukasi melalui media leaflet terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai anemia dan konsumsi tablet tambah darah. Setelah intervensi, terjadi peningkatan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara signifikan. Hasil analisis menunjukkan bahwa pemberian leaflet berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ($p = 0,000$) dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah ($p = 0,000$). Temuan ini menegaskan bahwa leaflet merupakan media edukasi yang sederhana, mudah dipahami, dan efektif sebagai strategi pencegahan anemia pada ibu hamil.

SARAN

Puskesmas disarankan memanfaatkan leaflet sebagai media edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji media edukasi lain guna meningkatkan efektivitas layanan gizi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing dan dosen penguji atas bimbingan, arahan, serta saran yang diberikan dalam penyusunan jurnal ini. Terima kasih juga kepada teman-teman sekelas atas dukungan dan kebersamaan, serta kepada orang tua atas doa dan motivasi yang tiada henti. Ucapan terima kasih turut penulis sampaikan kepada teman seperjuangan atas bantuan dan dukungannya selama proses penyusunan jurnal ini. Selain itu, penulis juga mengucapkan terima

kasih kepada seluruh responden/sampel penelitian yang telah bersedia memberikan izin dan berpartisipasi dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amanda, D. A. (2019). *Gambaran Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil tentang Pentingnya Tablet Tambah Darah di Puskesmas Selemadeg Timur 1 Kabupaten Tabanan*.
- Astutik, R. Y., & Ertiana, D. (2018). *Anemia dalam Kehamilan*. Jember: CV. Pustaka Abadi
- Bingan, E. C. S., & Raya, P. (2019). *Efektifitas media leaflet dan tablet FE pada ibu hamil terhadap anemia* Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Palangka Raya, 3(1), 1–10.
- Cynthia Bella Wijayanti, M., Widjanarko, B., & Indraswari, R. (2022). *Perilaku Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Ibu Hamil yang Mengalami Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Bener Kabupaten Purworejo*. Media Kesehatan Masyarakat Indonesia, 21(5), 321–328.
- Dari, Sonia Wulan, and Gita Ramadhani. 2025. "Pengaruh Pemberian Edukasi Tentang Anemia Dan Penggunaan Kartu Kontrol Minum Tablet Tambah Darah (TTD) Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Pakan Rabaa Kabupaten Lima Puluh Kota Tahun 2024 Stikes Sehat Medan , Indonesia." 000.
- Edison, E. E. (2019). *Hubungan Tingkat Pendidikan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil*. Jurnal JKFT, 4(2), 65.
- Fayasari, Adhila, Isti Istianah, and Sri Fauziana. 2024. "Effect of Booklet Education and Cadre Assistance on Iron Tablets Consumption among Anemic Pregnant Women in East Jakarta Efek Pemberian Edukasi Buklet Dan Pendampingan Kader Terhadap Konsumsi." 8(1): 19–26. doi:10.20473/amnt.v8i1SP.2024.19.

- Handayani, S., Wulandari, D., & Rahayu, D. (2022). *Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada ibu hamil*. *Jurnal Gizi Indonesia*, 10(2), 45–52.
- Kementerian Kesehatan, Direktorat Kesehatan keluarga, Kementerian Kesehatan, and Republik Indonesia. 2021. “*Pedoman Pelayanan Kontrasepsi Dan Keluarga Berencana.*”
- Kemenkes, (2020). *Pedoman Pelayanan Antenatal, Persalinan, Nifas, Bayi Baru Lahir di Era Adaptasi Kebiasaan Baru*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. Vol. 42, Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. 97–119.
- Kemenkes RI. (2021). *Pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan ibu hamil*. Direktorat Gizi Masyarakat, Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Kemenkes RI. (2023). *Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023: Prevalensi Anemia pada Ibu Hamil*. Jakarta: Pusat Data dan Teknologi Informasi Kesehatan.
- Khoiriah, A., & Latifah, L. (2020). *Pemberian Tablet Zat Besi (Fe) Pada Ibu Hamil Di Posyandu Mawar Berduri Rt 05 Kelurahan Tuan Kentang Kecamatan Jakabaring Kota Palembang*. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 2(1), 1.
- Ismawati, K. (2018). *Pengaruh Pemberian Kartu Kontrol terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Atari Jaya Kabupaten Konawe Selatan*. Politeknik Kesehatan Kendari, 1–123.
- Lutfhi Gunarti Zakiah, Y. W. (2021). *Booklet dan leaflet sebagai media promosi Kawasan wisata alam Talaga Bodas Kabupaten Garut* (Rohanda (ed.); Cetakan Ke). CV. Intishar Publishing.
- Muktia, N., & Rahayu Nadhiroh, S. (2023). *Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Karangreja*. *J Kesehatan Tambusai*, 4(3), 4079–4086.
- Nuristiqamah. 2024. “*Pengaruh Promosi Kesehatan Menggunakan Leaflet Terhadap Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Di Upt Puskesmas Muara Laung*”.14: 99–106.
- Novelani, A., Fatimah, S., & Septiane, A. (2021). *Gambaran Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Zat Besi (Fe) Di Klinik Mitra Delima Kecamatan Banjarsarkan Kabupaten Ciamis*. *Journal of Midwife And public health*, 3(2),61
- Permatasari, Nabila Aurellia, and Dewi Ambarwati. 2022. “*Differences in Knowledge of Pregnant Women Before and After Education About Anemia Prevention Using Leaflet Media in the Work Area of Jatilawang Health.*”: 1103–12.
- Putri, I. A. C. (2019). *Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Kalsium pada Ibu Hamil di Poliklinik Kebidanan RSD Mangusada Kabupaten Bandung*. 627.

LAMPIRAN

Tabel 2.
Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Ibu

Usia	n	%
20-35	38	88
>35 tahun	5	12
TOTAL	43	100

Sumber : Data Primer 2025

Tabel 3.
Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Kehamilan

Usia Kehamilan	n	%
Trimester 1	7	16
Trimester 2	20	47
Trimester 3	16	37
TOTAL	43	100

Sumber : Data Primer 2025

Tabel 4.
Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	n	%
IRT	42	98
PNS	1	2
TOTAL	43	100

Sumber : Data Primer 2025

Tabel 5.
Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu

Pendidikan	n	%
SD	6	14
SMP	16	37
SMA	16	37
D3	1	2
S1	4	10
TOTAL	43	100

Tabel 6.
Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi dengan Leaflet

Pengetahuan Ibu Hamil	Pre-test		Post-test	
	n	%	n	%
Baik	6	14.0	22	51.2
Cukup	5	11.6	14	32.5
Kurang	32	74.4	7	16.3
TOTAL	43	100	43	100

Sumber : Data Primer 2025

Tabel 7.
Distribusi Tingkat Kepatuhan Ibu Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi dengan Leaflet

Kepatuhan Ibu Hamil	Pretest		Posttest	
	n	%	n	%
Patuh	13	30.2	39	90.7
Cukup Patuh	28	65.1	4	9.3
Tidak Patuh	2	4.7	0	0.0
TOTAL	43	100	43	100

Sumber : Data Primer 2025

Tabel 8.
Distribusi Pengaruh Pemberian Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil

Variabel	Pres-Test	Post-Test	Selisih Mean	Nilai-p
Pengetahuan ibu	44.6512	74.1860	29.53	0.000

Sumber : Data Primer 2025

Tabel 9.
Distribusi Pengaruh Pemberian Leaflet Terhadap Kepatuhan Ibu Hamil

Variabel	n	Selisih	nilai p	Keterangan
Kepatuhan Ibu	43	-5.264	0.000	Signifikan

Sumber : Data Primer 2025

Faktor penyebab Anemia?

Sebab utama anemia diantaranya:

- Kurang konsumsi bahan makanan sumber zat besi dan protein
- kurang konsumsi sayuran hijau, seperti: kangkung, bayam, daun kelor, daun katuk, dll

Sebab lain adalah karena:

- Terlalu sering melahirkan
- Jarak kehamilan kurang dari 2 tahun

Apa itu Anemia?

Anemia / kurang darah adalah suatu kelainan dimana zat hemoglobin (jumlah butir-butir darah merah) kurang dari normal.

Apa tanda-tanda Anemia?

Adapun tanda seseorang terkena anemia diantara:

-  sakit kepala / pusing
-  SL (Lemah, Lelah, Letih, Lesu, Lalai)
-  Kepucatan.
-  Detak jantung cepat abnormal.



ANEMIA PADA IBU HAMIL DAN PENTINGNYA KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH



Cara mencegah Anemia?

- Konsumsi makanan kaya zat besi seperti makanlah sayuran berwarna hijau, ikan, telur, susu, daging, hati, tahu, tempe, secara bergantian setiap hari.
- Aturlah jarak kehamilan dan batasi kehamilan, dengan menjadi peserta keluarga berencana (KB).
- Konsumsi tablet tambah darah (TTD)
- Pastikan asupan folat dan vitamin B12 yang cukup, yang juga penting untuk produksi sel darah merah, dengan mengonsumsi sayuran hijau, jeruk, daging, ikan, dan produk susu.
- Jaga kebersihan diri dan lingkungan dengan mencuci tangan secara teratur dan mengonsumsi makanan yang bersih dan matang.

Tujuan pemberian Tablet tambah darah?

- Mencegah Anemia Defisiensi Zat Besi (ADZA).
- Meningkatkan Kadar Hemoglobin

Manfaat Tablet tambah darah?

-  Mencegah dan Mengatasi Anemia
-  Mendukung Pembentukan Sel Darah Merah
-  Mengurangi Risiko Kelahiran Prematur dan bayi dengan badan lahir rendah
-  Mendukung Perkembangan Janin yang Sehat

Dosis Tablet tambah darah

ibu hamil mengonsumsi 1 tablet tambah darah perhari dengan dosis standar mengandung 30 mg zat besi dan 0,4 mg asam folat. Tablet ini sebaiknya dikonsumsi selama kehamilan dari trimester 1 hingga trimester 3, dengan total minimal 90 tablet selama kehamilan untuk mencegah anemia defisiensi zat besi (ADZA).

Cara Konsumsi Tablet tambah darah

Tablet tambah darah sebaiknya diminum pada malam hari sebelum tidur untuk mengurangi rasa mual.

dikonsumsi bersama makanan atau minuman yang mengandung vitamin C, agar penyerapan zat besi dalam tubuh lebih baik

minum TTD bersama teh, kopi, susu, obat sakit maag dan tablet calk, karena akan menghambat penyerapan zat besi.

Apa itu Tablet tambah darah?

Tablet Tambah Darah (TTD) pada ibu hamil adalah suplemen yang diberikan untuk mencegah dan mengatasi anemia selama kehamilan.

Kandungan Tablet tambah darah

- Zat Besi (Iron)
- Asam Folat (Folic Acid)
- Vitamin B12

