

NASKAH PUBLIKASI

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN BERBASIS MEDIA VIDEO TENTANG GIZI SEIMBANG TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL ANEMIA DI PUSKESMAS NIPAH



NAELA NAZAFITRI

NIM : 113422063

**PROGRAM STUDI S1 PENDIDIKAN BIDAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES) HAMZAR
LOMBOK TIMUR
2024**

PERSETUJUAN NASKAH PUBLIKASI

Skripsi Atas Nama: Nacla Nazafitri NIM: 113422063 Dengan judul: Pengaruh Pendidikan Kesehatan Berbasis Media Video Tentang Gizi Seimbang Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Anemia Di Puskesmas Nipah"

Telah memenuhi syarat dan disetujui

Pembimbing I

Tanggal



(Supiani, S.S.T., M.Keh)
NIDN. 0817029202

Pembimbing II

Tanggal



(Ernawati, S.S.T., M.Kes)
NIDN.0823128903

Mengetahui
Program Studi S1 Pendidikan Bidan
Ketua,



(Eka Faizaturrahmi, S.ST., M.Kes)
NIDN. 0808108904

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN BERBASIS MEDIA VIDEO TENTANG GIZI SEIMBANG TERHADAP TINGKAT

PENGETAHUAN IBU HAMIL ANEMIA

DI PUSKESMAS NIPAH

Naela Nazafitri¹. Supiani². Ernawati³

ABSTRAK

Latar belakang : Gizi Seimbang adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keaneka ragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih, dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi. Anemia merupakan kelanjutan dari dampak kurang vitamin dan mineral yang sering menimbulkan gejala lemah, letih, lesu, pusing. Terkhusus diIndonesia prevalensi anemia ibu hamil adalah 70% atau 7 dari 10 wanita hamil menderita anemia serta salah satu negara dengan jumlah penderita anemia kehamilan terbanyak.

Tujuan : Untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan berbasis media video tentang gizi seimbang terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil anemia di puskesmas nipah

Metode : Jenis Penelitian yang di gunakan adalah jenis penelitian kuantitatif menggunakan metode penelitian *pre-Eksperimen* yaitu *eksperimen* dengan desain yang belum termasuk dengan desain sesungguhnya. Desain yang di gunakan dalam penelitian ini adalah *one grup pretest-posttest design*. Desain ini merupakan kegiatan penelitian yang memberi test awal (*pretest*) sebelum di berikan perlakuan, dan akan di berikan tes akhir (*posttest*) setelah di berikan perlakuan. Instrument dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner. Pengolahan data menggunakan SPSS.

Hasil : penelitian ini didapatkan ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan gizi seimbang terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil anemia di puskesmas nipah dengan hasil analisis uji t di dapatkan hasil *thitung* : 11,161 > *ttabel* : 11,196 yang berarati ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan gizi seimbang pada ibu hamil anemia di Puskesmas Nipah.

Simpulan : Ada pengaruh pendidikan media video tentang gizi seimbang terhadap pengetahuan ibu hamil anemia di wilayah kerja puskesmas nipah.

Kata Kunci : Pendidikan kesehatan, Gizi Seimbang , Ibu Hamil Anemia

Kepustakaan : 18 buku(2017-2023), 9 Karya Ilmiah (2017-2023)

Halman : 55 halaman, 7 tabel, 2 gambar

¹ Mahasiswa S1 Pendidikan Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar Lombok Timur

² Dosen Profesi Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Lombok Timur

³ Dosen Profesi Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Lombok Timur

THE INFLUENCE OF VIDEO MEDIA BASED HEALTH EDUCATION ON BALANCED NUTRITION ON LEVELS KNOWLEDGE OF ANEMIA PREGNANT WOMEN AT NIPAH HEALTH CENTER

Naela Nazafitri⁴. Supiani⁵. Ernawati⁶

ABSTRACT

Background : Balanced nutrition is a daily food composition that contains nutrients in types and quantities that suit the body's needs, taking into account the principles of food diversity, physical activity, clean living behavior, and maintaining normal body weight to prevent nutritional problems. Anemia is a continuation of the impact of a lack of vitamins and minerals which often causes symptoms of weakness, fatigue, lethargy, dizziness. Specifically, in Indonesia, the prevalence of anemia in pregnant women is 70% or 7 out of 10 pregnant women suffer from anemia and is one of the countries with the highest number of pregnant anemia sufferers.

Objective : To determine the effect of health education based on video media about balanced nutrition on the level of knowledge of anemic pregnant women at the Nipah Community Health Center

Method : The type of research used is quantitative research using pre-experimental research methods, namely experiments with designs that do not include actual designs. The design used in this research is one group pretest-posttest design. This design is a research activity that provides an initial test (pretest) before the treatment is given, and a final test (posttest) will be given after the treatment is given. The instrument in this research is a questionnaire sheet. Data processing uses SPSS.

Results : This research found that there was an influence of health education with balanced nutrition on the level of knowledge of anemic pregnant women at the Nipah Community Health Center. The results of the t test analysis showed that tcount: 11.161 > ttable: 11.196, which means that there was an influence of health education with balanced nutrition on anemic pregnant women at the Nipah Community Health Center.

Conclusion : There is an influence of video media education about balanced nutrition on the knowledge of anemic pregnant women in the working area of the Nipah Community Health Center.

Keywords : Health education, balanced nutrition, anemic pregnant women

Bibliography : 18 books (2017-2023), 9 scientific works (2017-2023)

Pages : 55 pages, 7 tables, 2 pictures

⁴ Mahasiswa S1 Pendidikan Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar Lombok Timur

⁵ Dosen Profesi Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Lombok Timur

³ Dosen Profesi Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Lombok Timur

PENDAHULUAN

Gizi seimbang merupakan susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, aktivitas fisik, perilaku hidup sehat dan mempertahankan berat badan ideal. Gizi seimbang di Indonesia divisualisasikan dalam bentuk tumpeng gizi seimbang (TGS) yang sesuai dengan budaya Indonesia. TGS di rancang untuk membantu setiap orang memilih makanan dengan jenis dan jumlah yang tepat dengan berbagai kebutuhan menurut usia dan sesuai keadaan Kesehatan. (Kemenkes, 2022)

Status gizi ibu hamil merupakan ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi untuk ibu hamil. Status gizi juga dapat

diartikan sebagai status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan nutrient. Gizi secara langsung dipengaruhi oleh asupan makanan dan penyakit. Asupan gizi yang sangat menentukan kesehatan ibu hamil dan janin yang dikandungnya. Kebutuhan gizi pada masa kehamilan akan meningkat sebesar 15% dibandingkan dengan kebutuhan wanita normal. Ibu hamil memerlukan tambahan zat gizi. Zat gizi yang sering menjadi kekurangan pada ibu hamil adalah energi protein dan beberapa mineral seperti zat besi dan kalsium (Nuraeni et al., 2021).

Pengetahuan gizi dapat mempengaruhi konsumsi seseorang, dimana tingkat pengetahuan gizi akan mempengaruhi dalam pemilihan bahan makanan yang tepat, beragam, berimbang, serta tidak menimbulkan

penyakit (Florence, 2017).

Rendahnya tingkat pengetahuan gizi pada saat kehamilan atau kelainan-kelainan pada saat kehamilan yang kurang diperhatikan yang pada akhirnya dapat menyebabkan resiko yang tidak diinginkan. Akibat dari rendahnya pengetahuan dari ibu hamil tidak jarang banyak menimbulkan adanya kematian baik pada ibu maupun pada bayi yang dilahirkan atau bahkan kedua-duanya (Apriliani et al., 2019).

Gizi Seimbang adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih, dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi.

Status gizi adalah ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi untuk ibu hamil. Status gizi juga didefinisikan sebagai status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan nutrient. Gizi ibu hamil adalah makanan sehat dan seimbang yang harus dikonsumsi ibu selama masa kehamilannya, dengan porsi dua kali makan orang yang tidak hamil. Gizi seimbang untuk Ibu Hamil dan ibu menyusui mengindikasikan bahwa konsumsi makanan ibu hamil dan menyusui harus memenuhi kebutuhan untuk dirinya dan untuk pertumbuhan serta perkembangan janin dan bayinya. Oleh karena itu ibu hamil dan ibu menyusui membutuhkan zat gizi yang lebih banyak dibandingkan dengan keadaan tidak hamil atau tidak menyusui, tetapi konsumsi

pangannyatetap beranekaragam dan seimbang dalam jumlah dan porsinya.

Kebutuhan energy untuk kehamilan yang normal perlu tambahan kira-kira 80.000 kalori selama masa kurang lebih 280 hari. Hal ini berarti perlu tambahan ekstra sebanyak kurang lebih 300 kalori setiap hari selama hamil. Energi yang tersembunyi dalam protein ditaksir sebanyak 5180 kkal, dan lemak 36.337 kkal. Agar energi ini bisa ditabung masih dibutuhkan tambahan energi sebanyak 26.244 kkal, yang digunakan untuk mengubah energi yang terkait dalam makanan menjadi energi yang bisa di metabolisir. Dengan demikian jumlah total energi yang harus tersedia selama kehamilan adalah 74.537 kkal dibulatkan menjadi 80000 kkl.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Nipah, jumlah ibu hamil dari 2 desa sebanyak 280 orang dan 43 ibu hamil menderita Anemia (Data Puskesmas Nipah, 2023).

Studi pendahuluan juga dilakukan oleh peneliti melalui wawancara pada 10 orang ibu hamil di Puskesmas Nipah diperoleh 6 orang mengalami Anemia dan 4 orang tidak mengalami Anemia. Hal ini karena 6 orang ibu hamil tersebut memiliki pengetahuan yang kurang tentang pemenuhan gizi selama hamil. Sikap ibu hamil tersebut juga masih kurang memperhatikan pemenuhan gizi selama hamil karena beranggapan pemenuhan gizi selama hamil sama saja dengan pemenuhan gizi sebelum hamil harus makan 3x

sehari tanpa memperhatikan kandungan gizi.

Berdasarkan data dan teori yang melatarbelakangi penelitian ini, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Berbasis Media Video Tentang Gizi Seimbang Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Nipah".

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif menggunakan metode penelitian *Pre-Eksperimen* yaitu *eksperimen* dengan desain yang belum termasuk *eksperimen* yang sesungguhnya. Desain yang digunakan didalam penelitian ini adalah *one group pretest-posttest design*. Desain ini merupakan kegiatan penelitian yang

memberikan tes awal (*pretest*) sebelum diberikan perlakuan, dan akan diberikan tes akhir (*posttest*) setelah diberikan perlakuan (Arikunto,2016).

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *random sampling*. Teknik pengambilan sampling dalam penelitian ini menggunakan teknik *random sampling* yang merupakan teknik pengambilan sampel dari semua anggota populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam anggota populasi tersebut (Sugiyono, 2016).

Instrument penelitian adalah alat yang digunakan oleh peneliti ketika dalam mengumpulkan data agar peneliti lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis

sehingga lebih mudah diolah (Arikunto, 2016). Instrument dalam penelitian ini adalah *leaflet*, poster dan lembar kuesioner. Kuesioner digunakan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan oleh peneliti.

Uji statistic yang di gunakan adalah Wilcoxon sign tes.

HASIL PENELITIAN

1. Gambaran Umum Tempat

Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Nipah Lombok Utara. Luas wilayah mencapai 136.20 km. wilayah kerja Puskesmas nipah meliputi 2 desa 15 dusun.

2. Karakteristik Responden

a. Karakteristik responden

berdasarkan Usia dan Pendidikan

Tabel 4.1 Distribusi responden

berdasarkan umur dan

pendidikan pada ibu hamil anemia tanggal 18 Mei 2024

No	Karakteristik	F	%
a. Usia responden			
1	17 – 25 tahun	7	23,3%
2	26-35 tahun	21	70%
3	36-45 tahun	2	6.7%
Total		30	100%
b. Pendidikan responden			
1	Dasar (SD/SMP)	17	56,7%
2	SMA	10	33,3%
3	Perguruan Tinggi	3	10%
Total		30	100%

Berdasarkan tabel 4.1

menunjukkan bahwa usia responden terbanyak yaitu 28 tahun sebanyak 4 responden (13,3 %). Kemudian tingkat pendidikan terbanyak pada pada jenjang SMA sebanyak 10 responden (33,3 %).

b. Tabel 4.2 Distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil anemia sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang tanggal 18 Mei 2024

Tingkat pengetahuan	Frekuensi (n)	Persen(%)
<i>Pre-Test</i>		
Baik	0	0
Cukup	10	33,3
Kurang	20	66,7
Total	30	100%

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan hasil bahwa tingkat pengetahuan responden sebelum dilakukan pendidikan kesehatan berbasis media video sebagian besar dalam kategori kurang sebanyak 20 responden (66,7 %).

c. Tabel 4.3 Distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil anemia setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang tanggal 18 Mei 2024

Tingkat pengetahuan	Frekuensi (n)	Persen(%)
<i>Post-Test</i>		
Baik	21	70
Cukup	9	30
Kurang	0	0
Total	30	100%

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan hasil bahwa tingkat pengetahuan responden setelah dilakukan pendidikan kesehatan berbasis media video sebagian besar dalam kategori baik sebanyak 21 responden (70 %).

d. Tabel 4.4 Analisis perubahan tingkat pengetahuan responden sebelum dan setelah pendidikan kesehatan tanggal 18 Mei 2024

	N	Mean	Std.Deviation	Minimum	Maximum	P Value
Pre-tes pengetahuan	30	45,10	11,161	29	62	0.000
Post-tes pengetahuan	30	83,13	11,196	62	100	

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan diperoleh nilai minimum 29, maximum 62, mean 45,10 dan standar deviasi 11,161. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan terjadi peningkatan pengetahuan dengan nilai minimum 62, maximum 100, mean 83,13 dan standar deviasi 11,196. Hasil penelitian ini dianalisis menggunakan uji *wilcoxon* dan diperoleh $p \text{ value } 0,000 < \alpha = 0,05$ artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan berbasis media video tentang gizi seimbang terhadap pengetahuan ibu hamil anemia di wilayah kerja Puskesmas Nipah.

PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

a. Distribusi	Frekuensi
Pengetahuan	Sebelum
Diberikan	Pendidikan

Kesehatan Berbasis Media Video Tentang Gizi Seimbang Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Anemia

Dari tabel 4.2 dapat diketahui hasil bahwa pengetahuan responden sebelum dilakukan Pendidikan Kesehatan Dengan Media Vodeo yaitu sebagian besar pendidikanrespinden berada pada kategori kurang yaitu sebanyak 20 responden (66,7%), sedangkan sebagian kecil berada pada kategori cukup yaitu sebanyak 10 responden (33.3%).

Hasil penelitian di atas sesuai dengan teori bahwa pendidikan secara umum adalah segala upaya yang di rencanakan unyuk mempengaruhi orang lain , baik individu, kelompok atau masyarakat, sehingga mereka melakukan apa

yang di harapkan oleh perilaku pendidikan, yang tersirat dalam pendidikan adalah : input adalah saran pendidikan (individu, kelompok, dan masyarakat), pendidik adalah (pelaku pendidikan), peroses adalah (upaya yang di rencanakan untuk mempengaruhi orang lain), output adalah (melakukan apa yang di harapkan atau perilaku), (Notoatmojo,2017).

Berdasarkan hasil pemaparan diatas dapat peneliti asumsikan bahwa kurangnya pengetahuan ibu hamil anemia tentang gizi seimbang dipengaruhi oleh berbagai factor pendidkan adat istiadat masyarakat dan ketersediaan waktu , untuk meningkatkan pengetahuan responden perlu dilakukan beberapa upaya salah satunya yaitu dengan pemberian Pendidikan Kesehatan

salah satu media yang dapat di gunakan yaitu Media Video

b. Distribusi Frekuensi
Pengetahuan Sesudah
diberikan Pendidikan
Kesehatan Berbasis Media
Video Tentang Gizi Seimbang
Terhadap Tingkat
Pengetahuan Ibu Hamil
Anemia

Berdasarkan tabel 4.3 dapat di ketahui bahwa pengetahuan responden sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video yaitu sebagian besar kepatuhan responden berada pada ketegori baik yaitu sebanyak 21 responden (70%)sedangkan sebagian kecil berada pada kategori cukupyaitu sebanyak 9 responden (30%).

Hasil penelitian diatas sesuai dengan teori, bahwa media video

adalah media pembelajaran berupa video yang di lengkapi dengan audio dan gambar yang bergerak. Media video sangat beragam, media video dapat dibuat dengan menggunakan aplikasi pendukung lainnya, media video dapat dijadikan salah satu media pembelajaran untuk membantu siswa menambah semangat dalam belajar, mempermudah materi ajar dan memotifasi siswa untuk belajar (Notoatmojo, 2018).

Berdasarkan pemaparan diatas dapat peneliti asumsikan adanya perubahan pengetahuan ibu hamil anemia tentang gizi seimbang yang sangat baik dalam masa kehamilan itu sendiri dan perkembangan janin yang ada dalam kandungannya. Perbedaan pada nilai pengetahuan ibu hamil anemia sebelum dan sesudah diberikan

pendidikan kesehatan membuktikan bahwa responden menerima dan merespon Pendidikan Kesehatan yang diberikan dengan baik terutama menggunakan media video dimana para ibu hamil sangat antusias setelah diberikan video.

2. Analisis Bivariat

a. Pengaruh Pendidikan kesehatan Berbasisi Media Video Tentang Gizi Seimbang Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Anemia

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa nilai *p value* dari *Wilcoxon signet rank* adalah 0.000 yang dimana pada penelitian ini nilai uji signifikat $p \text{ value} < \alpha$ 0,05, maka H_0 di tolak dan dapat di simpulkan bahwa terdapat perbedaan signifikan terhadap Pengaruh Pendidikan Kesehatan Berbasisi

Media Video Tentang Gizi Seimbang Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Anemia di Puskesmas Nipah sebelum dan sesudah di berikan pendidikan media video.

Faktor penyebab anemia pada ibu hamil bermacam-macam, salah satunya adalah kekurangan zat besi dan vitamin b12. Hal ini dipengaruhi oleh pola makan yang tidak sehat. Selain itu kondisi medis lain seperti perdarahan, penyakit ginjal, dan gangguan sistem imun tubuh juga menyebabkan anemia. Pemenuhan gizi seimbang akan membantu ibu hamil mencegah anemia. Prinsip memenuhi gizi seimbang bagi ibu hamil adalah mengkonsumsi beraneka ragam pangan yang jumlahnya seimbang. Porsi makan pun bertambah karena kebutuhan gizi meningkat.

Rendahnya asupan makanan dapat disebabkan oleh rendahnya pengetahuan dan perilaku makan seseorang. Rendahnya pengetahuan gizi dapat menyebabkan rendahnya pemilihan makanan dan memiliki peran dalam masalah nutrisi. Faktor lain yang berperan dalam menentukan status kesehatan seseorang adalah tingkat sosial ekonomi, dalam hal ini adalah pendidikan, pekerjaan, dan pengeluaran (Lupita et Al. 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Bestfy & Alfriska, 2018) yang berjudul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Pemenuhan Kebutuhan Nutrisi Masa Kehamilan Di Wilayah Kerja Puskesmas Wara Selatan Kota Palopo” didapatkan hasil bahwa ada

pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu hamil tentang pemenuhan nutrisi masa kehamilan dengan nilai $p = 0,003$ dan ada pengaruh Pendidikan kesehatan terhadap sikap ibu hamil tentang pemenuhan nutrisi masa kehamilan dengan nilai ($p = 0,005$).

Penelitian lain yang dilakukan oleh (Z A Nuzul Raudhatun, Rahmayani dan Raisah, 2020) dalam penelitiannya yang berjudul “Penyuluhan Kesehatan Tentang Gizi Pada Ibu Hamil Terhadap Kehamilan Resiko Tinggi Di Desa Durian Kawan Aceh Selatan”. Di dapatkan hasil penelitian : didapatkan hasil uji statistic 0.000 yang bermakna lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan H_0 ditolak, yang berarti ada pengaruh yang sangat signifikan

dalam pemberian Penyuluhan Kesehatan Tentang Gizi Pada Ibu Hamil Terhadap Kehamilan Resiko Tinggi Di Desa Durian Kawan Aceh Selatan Tahun 2020.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Tika & Eva, 2021) dalam penelitiannya yang berjudul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Gizi Ibu Hamil Terhadap Pengetahuan Ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Gadingrejo Pringsewu Lampung”. Di dapatkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ($p = 0,001$) tentang gizi pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas Gadingrejo Pringsewu Lampung Tahun 2021.

Hasil penelitian ini diperkuat oleh Safitri (2020) menyatakan

bahwa peningkatan pengetahuan tersebut terjadi akibat dari komunikasi efektif yang terjalin antara penyuluh dan responden yang pada praktiknya menggunakan metode pendekatan dengan komunikasi dua arah yang mengedepankan unsur *face to face* serta *two-ways feedback* dari penyuluh dan responden membantu meningkatkan penyebaran informasi atau pengetahuan melalui video sebagai instrument dalam komunikasi lisan tulisan dua arah antara penyuluh dan responden membantu meningkatkan penyebaran informasi atau pengetahuan lewat ilustrasi dan pembahasan yang singkat padat dan jelas.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori yang ada peneliti juga berpendapat bahwa metode pendidikan kesehatan sangat

mempengaruhi peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang gizi. Pendidikan kesehatan dapat dikemas dengan menarik seperti menggunakan media poster dan *leaflet*. Hal ini dapat menarik minat ibu hamil untuk menggali ilmu pengetahuan khususnya terkait dengan gizi.

Selain itu komunikasi yang efektif antara peneliti dan responden sangat mempengaruhi proses Pendidikan kesehatan. Semakin efektif komunikasi yang terjalin antara peneliti dan responden maka hasil yang didapatkan semakin maksimal.

SIMPULAN DAN SARAN

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada tanggal 18 mei 2024 dengan jumlah responden 30 orang yaitu sebagai berikut :

1. Tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang gizi paling banyak pada kategori cukup sebanyak 9 ibu hamil (33,3%) dan diketahui tingkat pengetahuan ibu hamil setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang gizi paling banyak pada kategori baik sebanyak 21 ibu hamil (70%).
2. Ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang sebelum dan sesudah di berikan pendidikan kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan ibu hamil anemia dengan nilai *p-value* $0,000 < 0,05$ di wilayah kerja puskesmas nipah.

SARAN

1. Bagi Bidan

Penelitian ini disarankan bagi bidan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang gizi untuk menjalankan fungsinya sebagai *health educator* dan *health counselor* dalam strategi promosi kesehatan ibu hamil untuk meningkatkan status gizi ibu hamil.

2. Bagi ibu hamil

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan kepada ibu hamil tentang pentingnya gizi ibu hamil, sehingga dapat menerapkan pemenuhan gizi selama kehamilan

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan sebagai pedoman untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan pengaruh pendidikan kesehatan tentang gizi terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil dengan tempat dan jumlah sampel yang berbeda.

4. Bagi STIKes Hamzar

Hasil dari penelitian dapat digunakan sebagai bahan bacaan kepastakaan baru di STIKes hamzar dan dapat dijadikan sebagai bahan rujukan penelitian selanjutnya serta STIKes hamzar dapat melaksanakan suatu program penyuluhan atau promosi kepada ibu hamil untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu

hamil tentang pemenuhan gizi selama hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Alini, T. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Pemanfaatan Buku KIA. *Jurnal Ilmiah Maksitek*, 6(3), 18-25. Retrieved From <https://Makarioz.Sciencemakarioz.Org/Index.Php/Jim/Article/View/294>
- Apriliani, S. L., Nikmawati, E. E., & Yulia, C. (2019). Pengetahuan Gizi Ibu Hamil Di Kecamatan Kertasari Kabupaten Bandung. *Media Pendidikan, Gizi, Dan Kuliner*, 8(2), 67–75.
- Arantika M., & Fatimah (2019). *Patologi Kehamilan Memahami Berbagai Penyakit & Komplikasi Kehamilan*.

Yogyakarta: Pustaka Baru
Press

Nomor 02 Oktober 2018
Halaman 99-106.

Arikunto, (2010). Prosedur Penelitian
Suatu Pendekatan Praktik.
Jakarta: Rineka Cipt.

Dinas Kesehatan. (2017). Profil Data
kesehatan Indonesia Tahun
2017. Jakarta: Kemenatrian
Republik Indonesia

Aristo, (2022) Pengaruh Penyuluhan
Asupan Gizi Terhadap
Pengetahuan Dan Sikap Ibu
Hamil Di Desa Nanga Mau
Kabupaten Sintang. Jurnal
Kesehatan Masyarakat. Vol 1
No 2 April 2023.

Yunita, Eva. (2021) Pengaruh
Pendidikan Kesehatan Tentang
Gizi Ibu Hamil Terhadap
Pengetahuan Ibu Hamil di
Wilayah Kerja Puskesmas
Gadingrejo Pringsewu
Lampung. *Journal of current
health sciences*.2021;1(2):69-
74

Bestfy, A., & Alfriska, T., (2018).
Pengaruh Pendidikan
Kesehatan Terhadap
Pengetahuan Dan Sikap Ibu
Hamil Tentang
PemenuhanKebutuhan Nutrisi
Masa Kehamilan Di Wilayah
Kerja Puskesmas Wara Selatan
Kota Palopo Tahun 2017.
Artikel Penelitian Volume 01

Fina, F P, et Al. (2020).Hubungan
Pendidikan Dan Pengetahuan
Gizi Dengan Status Gizi Ibu
Hamil Pada Keluarga Dengan
Pendapatan Rendah Di Kota
Bandar Lampung.

Medula|Volume 8|Nomor
2|Februari 2019|225.

Badung, Bali. Gema
Kesehatan, 12(1), 20–29.

Florence, Agnes. (2017). Hubungan
Pengetahuan Gizi dan Pola
Konsumsi dengan Status Gizi
pada Mahasiswa TPB Sekolah
Bisnis dan Manajemen Institut
Teknologi Bandung. (Skripsi).
Institut Teknologi Bandung.

Kementrian kesehatan republik
Indonesia (2022). Laporan
kinerja kementerian
kesehatan.kementerian.[https://
ppid.kemkes.go.id/uploads/img
_62f0d4c9e9f34.pdf](https://ppid.kemkes.go.id/uploads/img_62f0d4c9e9f34.pdf)

Kusuma, D. R., Aryawangsa, P. D.,
Satyarsa, A. B. S., & Aryani, P.
(2020). Pengetahuan, Sikap
Dan Perilaku Ibu Hamil
Terhadap Nutrisi Selama
Kehamilan Di Wilayah Kerja
Upt Puskesmas Mengwi I,

Nadrah, et Al. (2021). Analisis
Pengetahuan Dengan Sikap
Tentang Kebutuhan Gizi
Seimbang Pada Ibu Hamil Di
Desa Klumpang Kampung
Kab. Deli Serdang. MIRACLE
JOURNAL ISSN Xxxx-Xxxx
(Media Online) Vol 1, No 1,

Januari 2021 Hal 14-20
Napitupulu. (2020). Hubungan
Pengetahuan Ibu Hamil
Tentang Gizi Dengan Kenaikan
Berat Badan Pada Masa
Kehamilan Di Klinik Roslena
Medan Tahun 2019. Journal Of
Midwifery Senior e-ISSN
2621-2627 Volume 3 Nomor1:
Agustus 2020.

- Notoatmojo, S. (2018) Metodeologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta: Jakarta
- Nuraeni, haniarti, & umar, f. (2021). Pengaruh status sosial ekonomi dan pola makan terhadap status gizi ibu hamil di kecamatan mattiro sompe kabupaten pinrang. Jurnal ilmiah manusia dan kesehatan, 4(2), 201–217.
- Simbolon, d., rahmadi, a., & jumiayati, j. (2019). Pengaruh pendampingan gizi terhadap perubahan perilaku pemenuhan gizi ibu hamil kurang energi kronik (kek). Jurnal kesehatan, 10(2), 269. <https://doi.org/10.26630/jk.v10i2.1366>
- Simatupang.,M.,ABD,. (2018). Pengaruh Konseling Gizi Prakonsepsi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Wanita Pranikah Di Kecamatan Batang Kuis. Poltenik Kesehatan Meda
- Supariasa.,I Nyoman (2019). Pendidikan dan Konsultasi Gizi. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Suyati., (2020).Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Wara Selatan Kota Palopo Tahun 2019.Vol.7 No.1 Juli 2020 p-ISSN: 2356-198X.
- Utami, LP. (2015). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Nutrisi Ibu Hamil Terhadap Sikap Ibu Hamil Dalam Pemenuhan Nutrisi Kehamilan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan I Bantul Yogyakarta. Abstrak tesis dipublikasikan. Program

Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran dan Ilmu
Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Yogyakarta

Pengetahuan Ibu Dengan Balita
Usia 6-24 Bulan Di Wilayah
Kerja Puskesmas Karya Mulya
Kota Pontianak.

World Health Organization
(2020).Regional Nutrition
Strategy: Addressing
Malnutrition and Micronutrient
Deficiencies (2011-2015).
Retrieved from [serial online]
[disitasi pada 26 Oktober 2018].

Yunitasari, E, et Al. (2020). *Factor
Analysis of Third Trimester
Pregnant Women Readiness in
Preparing for Childbirth: A
Cross-Sectional Study.*
International Journal of
Pharmaceutical Research | Oct
- Dec 2020 | Vol 12 | Issue 4

Yuvita, A., et Al. (2020). Pengaruh
Pendidikan Kesehatan Gizi
Seimbang Terhadap Tingkat

Z A Nuzul Raudhatun, Rahmayani
dan Raisah. 2020. Pengaruh
Penyuluhan Kesehatan Tentang
Gizi Ibu Hamil Dengan
Kehamilan Berisiko Tinggi Di
Uptd Puskesmas Durian Kawan
Kabupaten Aceh Selatan.
Journal of Healthcare
Technology and Medicine. Vol
6. No 2 Universitas Ubudiyah
Indonesia E-ISSN2615-109X