

PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENCEGAHAN ANEMIA PADA AKSEPTOR KB IUD DI KOTA KUPANG

Maria Magdalena Mue Juwa*¹, Ummu Zakiah², Farida S Pay³ Arijanti S. Ulang⁴, Yeri D. Nenogasu⁵, Agustina Leu⁶, Brigita Natasia Mamo⁷, Dian Lestari kari boling⁸, Ikke Riski Sari Ulang⁹

^{1,2,3,4,5,6}Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Citra Bangsa Kupang

^{7,8,9,10}Mahasiswa, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Citra Bangsa Kupang

e-mail: *merlinjuwal@gmail.com,

Abstrak

Anemia merupakan masalah kesehatan global yang berdampak signifikan pada wanita usia subur, termasuk akseptor KB IUD. Salah satu efek samping penggunaan IUD adalah peningkatan volume dan durasi perdarahan menstruasi, yang dapat meningkatkan risiko anemia jika tidak diimbangi dengan asupan gizi yang memadai. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi gizi terhadap pencegahan anemia pada akseptor KB IUD di Kota Kupang. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu (quasi experiment) dengan pendekatan pre-test dan post-test pada kelompok eksperimen dan kontrol. Intervensi dilakukan melalui media leaflet dan pesan teks WhatsApp yang berisi informasi gizi terkait pencegahan anemia. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan pemeriksaan kadar hemoglobin, kemudian dianalisis menggunakan uji statistik yang sesuai. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan sikap akseptor KB IUD setelah diberikan edukasi gizi ($p < 0,05$). Media leaflet memberikan dampak yang lebih besar dibandingkan pesan teks dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap responden terhadap pencegahan anemia. Studi ini menegaskan bahwa edukasi gizi yang efektif dapat berkontribusi dalam menurunkan risiko anemia pada akseptor KB IUD. Oleh karena itu, pendekatan edukasi gizi yang lebih luas dan berkelanjutan perlu diterapkan dalam program kesehatan reproduksi untuk meningkatkan kualitas hidup wanita usia subur.

Kata kunci— Anemia, Edukasi Gizi, Akseptor KB IUD, Pencegahan Anemia, Kota Kupang.

Abstract

Anemia is a global health issue that significantly affects women of reproductive age, including IUD contraceptive users. One of the side effects of IUD use is an increase in menstrual bleeding volume and duration, which can elevate the risk of anemia if not balanced with adequate nutritional intake. This study aims to analyze the impact of nutrition education on anemia prevention among IUD users in Kupang City. The research employs a quasi-experimental design with a pre-test and post-test approach in both experimental and control groups. The intervention was conducted using leaflets and WhatsApp text messages containing nutritional information related to anemia prevention. Data were collected through questionnaires and hemoglobin level measurements and analyzed using appropriate statistical tests. The findings indicate a significant increase in knowledge and attitudes among IUD users after receiving nutrition education ($p < 0.05$). Leaflet media had a greater impact than text messages in enhancing respondents' knowledge and attitudes toward anemia prevention. This study confirms that effective nutrition education can contribute to reducing anemia risk among IUD users. Therefore, a broader and more sustainable nutrition education approach should be integrated into reproductive health programs to improve the quality of life for women of reproductive age.

Keywords— Anemia, Nutrition Education, IUD Users, Anemia Prevention, Kupang City

PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan global yang masih menjadi perhatian serius, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada wanita usia subur di Indonesia masih tinggi (Kemenkes RI, 2018). Wanita yang mengalami anemia cenderung merasa lemah, lelah, dan memiliki konsentrasi yang rendah, yang pada akhirnya dapat memengaruhi produktivitas dan kualitas hidup mereka. Selain itu, anemia pada wanita usia subur juga meningkatkan risiko komplikasi dalam kehamilan dan persalinan (Balarajan et al., 2011).

Penggunaan metode kontrasepsi Intrauterine Device (IUD) semakin populer karena efektif dan bersifat jangka panjang. Namun, salah satu efek samping dari penggunaan IUD adalah terjadinya peningkatan durasi dan volume perdarahan menstruasi, yang berpotensi meningkatkan risiko anemia, terutama jika tidak diimbangi dengan asupan gizi yang memadai (Speroff & Darney, 2019). Akseptor KB IUD, khususnya di wilayah dengan pengetahuan gizi yang rendah, rentan mengalami anemia karena pola makan tidak mencukupi kebutuhan zat besi (Maeyer, 2011).

Pencegahan anemia pada akseptor KB IUD perlu diprioritaskan dengan pendekatan edukasi gizi yang komprehensif. Edukasi gizi dapat membantu meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya pola makan seimbang dan konsumsi makanan yang kaya akan zat besi, asam folat, dan vitamin C, yang dapat membantu penyerapan zat besi (FAO/WHO, 2001). Selain itu, pemberian edukasi tentang sumber makanan lokal, seperti ikan, sayuran hijau, dan daging, penting untuk mendukung pencegahan anemia di Kota Kupang, di mana akses pangan mungkin terbatas (Kemenkes RI, 2021).

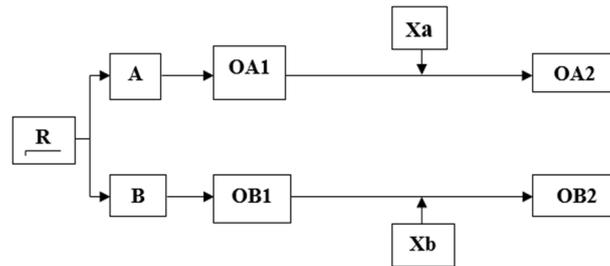
Penerapan edukasi gizi yang efektif tidak hanya berfokus pada pemberian informasi, tetapi juga pada upaya meningkatkan motivasi dan perubahan perilaku. Edukasi yang dilakukan melalui penyuluhan dan konsultasi gizi dapat membantu akseptor KB IUD memahami kebutuhan gizi harian mereka serta menyesuaikan pola makan untuk mencegah anemia (Ibrahim & Barakat, 2013). Selain itu, keterlibatan tenaga kesehatan yang kompeten dalam proses edukasi berperan penting untuk memastikan bahwa informasi disampaikan secara benar dan efektif (Speroff & Darney, 2019).

Studi-studi sebelumnya menunjukkan bahwa edukasi gizi berperan penting dalam meningkatkan status kesehatan masyarakat. Edukasi yang tepat dapat memperbaiki pengetahuan, sikap, dan praktik masyarakat dalam hal konsumsi makanan bergizi, sehingga berkontribusi pada penurunan prevalensi anemia (Mathur & Verma, 2018). Namun, di beberapa daerah, termasuk di Kupang, penerapan edukasi gizi sering kali belum optimal karena keterbatasan sumber daya dan akses layanan kesehatan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Kota Kupang sebagai ibu kota Provinsi Nusa Tenggara Timur memiliki tantangan dalam hal status gizi masyarakat dan akses informasi kesehatan. Faktor sosial-ekonomi, budaya, serta ketersediaan pangan menjadi faktor penting yang memengaruhi keberhasilan program edukasi gizi (World Health Organization, 2015). Oleh karena itu, diperlukan strategi edukasi yang tepat dan efektif, yang disesuaikan dengan kondisi lokal, untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang pentingnya pencegahan anemia pada akseptor KB IUD (Kemenkes RI, 2021).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain eksperimen semu (quasi experiment) dengan pendekatan pre-test dan post-test serta kelompok eksperimen dan kontrol. Tahap pertama melibatkan diskusi dengan Bidan di BKKBN Kota Kupang dan Puskesmas mengenai materi untuk leaflet dan pesan teks WhatsApp. Tahap kedua adalah pembuatan dan pengujian materi tersebut. Setelah dinyatakan layak, leaflet dan pesan teks tentang anemia pada akseptor KB IUD siap digunakan sebagai intervensi penelitian.



Gambar 1. Model Rancangan Penelitian

Pengolahan dan Analisis Data

A. Pengolahan Data

Pengolahan data merupakan bagian yang penting dalam penelitian. Tujuan pengolahan data adalah untuk mengubah data mentah dari hasil penelitian menjadi data yang lebih tertata sehingga mempermudah untuk pengkajian lebih lanjut. Tahapan dalam pengolahan data meliputi :

1. Editing
Editing dilakukan untuk meneliti setiap jawaban dan pertanyaan yang diisi oleh subjek. Editing meliputi kelengkapan pengisian, kesalahan pengisian dan konsistensi dari setiap jawaban. Editing dilakukan pada saat pengambilan data setelah subjek selesai mengisi kuesioner baik pada saat pretest maupun posttest. Manfaat dari proses editing adalah bila terjadi kekurangan atau kesalahan pengisian data dapat dengan mudah melakukan perbaikan.
2. Coding
Setelah data terkumpul dan telah melakukan proses editing, tahapan berikutnya adalah pemberian kode pada data yaitu dengan memberikan kode pada setiap jawaban untuk memudahkan pengolahan data.
3. Entry
Data yang sudah diedit dan dikode kemudian melalui proses entry dengan bantuan program computer.
4. Cleaning
Peneliti melakukan pengecekan data yang sudah dimasukkan ke dalam computer untuk mengetahui apakah ada kesalahan atau tidak. Hal ini dilakukan untuk mengetahui data missing dan relevansi data dengan tujuan penelitian.

B. Analisis Data

1. Analisis Univariabel
Analisis ini bertujuan untuk menampilkan karakteristik responden yang akan ditampilkan dalam bentuk kategorik yaitu usia dan budaya disajikan dengan menghitung frekuensi.
2. Analisis Bivariabel
 - 1) Sebelum dilakukan pengujian hasil, data dilakukan uji normalitas dengan menggunakan uji Shapiro-Wilk, data berdistribusi normal jika diperoleh nilai $p > 0,05$. Untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan sikap tentang edukasi anemia pada akseptor KB IUD pada kedua kelompok dan data tidak berpasangan digunakan uji t-test tidak berpasangan atau jika tidak terdistribusi normal digunakan uji nonparametrik dengan Uji-U Mann-Whitney.
 - 2) Untuk mengetahui perbedaan skor pengetahuan dan sikap antara sebelum dan sesudah perlakuan diberikan digunakan uji t berpasangan, atau uji Wilcoxon jika data tidak berdistribusi normal.

- 3) Untuk mengetahui efektifitas perlakuan yang diberikan dibuat tabel 2 x 2 dan diuji dengan uji Chi-square, dan besarnya pengaruh dihitung risiko relative (RR) dan interval kepercayaan 95%. Kemaknaan hasil uji ditentukan berdasarkan nilai $p < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengkaji pengaruh edukasi gizi terhadap pencegahan anemia pada akseptor KB IUD di Kota Kupang. Pemeriksaan kadar hemoglobin, pengetahuan, dan sikap dilakukan sebelum dan sesudah intervensi. Dari 117 akseptor, 85 mengalami anemia, dan 60 akseptor yang memenuhi kriteria inklusi dibagi menjadi dua kelompok. Hasil penelitian lengkap disajikan berikut ini.

1. Perbandingan Karakteristik Akseptor KB IUD Pada Kedua Kelompok Penelitian.

Berikut merupakan hasil perbandingan karakteristik subjek penelitian yang meliputi usia, Kadar Hemoglobin (g/dl), pantangan makanan, pernah mendapat informasi tentang anemia dan pernah mendapat edukasi dari tenaga kesehatan.

Tabel 1. menyajikan data karakteristik usia, kada Hb dan informasi tentang pantangan makanan, pernah mendapat informasi tentang anemia, dan pernah mendapat edukasi dari tenaga kesehatan sebelum intervensi diberikan. Dari tabel tersebut tampak data karakteristik pada kedua kelompok penelitian tidak menunjukkan ada perbedaan yang bermakna ($p > 0,05$). Dengan homogenitas karakteristik ini maka layak dapat diperbandingkan.

Tabel 1. Perbandingan karakteristik akseptor pada kedua kelompok Penelitian

Karakteristik	Kelompok		Nilai p ^{*)}
	Media Video (n = 30)	Media pesan teks (n = 30)	
1. Usia (tahun) :			1,0 ^{*)}
Rata-rata (SD)	16,0 (0,8)	16,0 (0,8)	
Median	16	16	
Rentang	18 – 20	18 – 20	
2. Kadar Hemoglobin (g/dl) :			0,355 ^{*)}
Rata-rata (SD)	10,46 (0,95)	10,68 (1,06)	
Median	10,45	11,0	
Rentang	8,4 – 11,9	8,1 – 11,9	
3. Pantangan makanan :			1,0 ^{**)}
Ada	2	2	
Tidak ada	28	28	
4. Pernah mendapat informasi tentang anemia :			0,796 ^{***)}
Pernah	15	14	
Tidak pernah	15	16	
5. Pernah mendapat edukasi dari tenaga kesehatan :			0,796 ^{***)}
Pernah	16	15	
Tidak pernah	14	15	

Keterangan : *) Uji Mann-Whitney; **) uji eksak Fisher; ***) uji Chi-square

2. Analisis Pengaruh Media Leaflet dan Media Pesan Teks serta Perbandingan Pengetahuan Akseptor KB IUD

Tabel 2. Analisis Pengaruh Media Leaflet dan Media Pesan Teks terhadap Pengetahuan Remaja Putri serta Perbandingan Pengetahuan Akseptor KB IUD Tentang Anemia Pada Kedua Kelompok Penelitian

Skor Pengetahuan (skala 100)	Kelompok		Nilai p
	Media Leaflet (n = 30)	Media pesan teks (n = 30)	
Data Pre :			0,197
Rata-rata (SD)	67,3 (16,1)	72,2 (12,8)	
Rentang	26,7 – 93,3	33,3 – 93,3	
Data Post :			0,220
Rata-rata (SD)	86,0 (10,7)	82,2 (12,8)	
Rentang	60,0 – 100,0	53,3 – 100,0	
Perbandingan pre vs post	p<0,001**)	p=0,007**)	
Kenaikan rata-rata :	18,7	10,0	0,046*)
Kenaikan persentase (rata-rata) :	38,78 %	18,95 %	0,047*)

Keterangan : nilai p dihitung berdasarkan uji t; *) Uji t satu pihak; **) Uji t berpasangan.

Tabel 2 menyajikan perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi diberikan. Dari tabel tampak sebelum intervensi diberikan skor pengetahuan pada kedua kelompok penelitian tidak menunjukkan ada perbedaan yang bermakna ($p=0,107$; $p>0,05$). Pada kedua kelompok penelitian skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi diberikan menunjukkan ada peningkatan yang bermakna ($p<0,05$), pada kelompok media Leaflet skor pengetahuan naik 18,7 atau sebesar 38,78%; sedangkan pada kelompok media pesan teks naik 10,0 atau sebesar 18,95%. Perbandingan kenaikan dan persentase kenaikan skor pengetahuan pada kedua kelompok penelitian menunjukkan ada perbedaan yang bermakna ($p<0,05$). Pada kelompok media video kenaikan atau persentase kenaikan skor pengetahuannya lebih tinggi bila dibandingkan dengan kelompok media pesan teks.

3. Analisis Pengaruh Media Leaflet dan Media Pesan Teks serta Perbandingan Sikap Akseptor KB IUD Tentang Anemia Pada Kedua Kelompok Penelitian

Tabel 3. Analisis Pengaruh Media Leaflet dan Media Pesan Teks terhadap Sikap Akseptor KB IUD serta Perbandingan Sikap Akseptor Tentang Anemia Pada Kedua Kelompok Penelitian

Skor Sikap (skala 100)	Kelompok		Nilai p ^{*)}
	Media Leaflet (n = 30)	Media pesan teks (n = 30)	
Data Pre :			0,118
Rata-rata (SD)	74,5 (14,5)	80,4 (8,7)	
Median	76,5	80,4	
Rentang	33,3 – 98,04	64,7 – 98,0	
Data Post :			0,025
Rata-rata (SD)	87,6 (9,6)	82,2 (10,1)	
Median	87,2	79,4	
Rentang	64,7 – 100,0	66,7 – 100,0	
Perbandingan pre vs post	p = 0,001**)	p = 0,571**)	
Kenaikan (Median) :	7,8	0,0	0,009
Kenaikan persentase (Median) :	10,8	0,0	0,009

Keterangan : *) Uji Mann-Whitney; **) Uji Wilcoxon.

Tabel 3. menyajikan perbedaan skor sikap sebelum dan sesudah intervensi diberikan. Dari tabel tampak sebelum intervensi diberikan skor sikap pada kedua kelompok penelitian tidak menunjukkan ada perbedaan yang bermakna ($p=0,118$; $p>0,05$), sedangkan setelah intervensi diberikan menunjukkan ada perbedaan yang bermakna ($p=0,025$; $p<0,05$). Pada kedua kelompok media leaflet skor sebelum dan sesudah intervensi diberikan menunjukkan ada peningkatan yang bermakna ($p<0,05$), sedangkan pada kelompok media pesan teks tidak menunjukkan ada perbedaan yang bermakna ($p=0,571$). Pada kelompok media Leaflet skor sikap naik 7,8 atau sebesar 10,8%; sedangkan pada kelompok media pesan teks tidak dan kenaikan (0%). Perbandingan kenaikan dan persentase kenaikan skor sikap pada kedua kelompok penelitian menunjukkan ada perbedaan yang bermakna ($p=0,009$; $p<0,05$). Pada kelompok media Leaflet kenaikan atau persentase kenaikan skor sikap lebih tinggi bila dibandingkan dengan kelompok media pesan teks.

4.Perbandingan Pemberian Informasi Tentang Anemia dan Edukasi Dari Tenaga Kesehatan Setelah Intervensi

Dari penelitian yang dilakukan ini ditanyakan pula setelah intervensi diberikan tentang apakah responden mendapatkan informasi tentang anemia dan edukasi dari tenaga kesehatan. Hasilnya terlihat pada tabel 4.4, Dari tabel tersebut pada kedua kelompok penelitian hasilnya tidak ada perbedaan yang bermakna ($p>0,05$); artinya intervensi lain yang diberikan yaitu pemberian edukasi tentang anemia pada kedua kelompok penelitian sama. Selanjutnya, dari perbedaan kenaikan skor pengetahuan dan sikap, dapat dibuat tabel 2 x 2 berdasarkan nilai rata-rata gabungan (untuk skor pengetahuan) dan median gabungan (untuk skor sikap) sebagai berikut.

Tabel 4. Pemberian informasi tentang anemia dan edukasi dari tenaga kesehatan setelah Intervensi

Post intervensi	Kelompok		Nilai p ^{*)}
	Media Leaflet (n = 30)	Media pesan teks (n = 30)	
1. Pernah mendapat informasi tentang anemia			0,184
Pernah	16	21	
Tidak pernah	14	9	
2. Pernah mendapat edukasi dari tenaga kesehatan :			-
Pernah	30	30	
Tidak pernah	0	0	

Keterangan : *) Uji Chi-square

5.Hubungan Intervensi dengan Kenaikan Skor Pengetahuan dan Sikap

Tabel 5 Hubungan antara intervensi yang diberikan dengan kenaikan skor pengetahuan dan sikap

Variabel	Kenaikan pengetahuan		Rasio kenaikan (IK 95%)	Kenaikan sikap		Rasio kenaikan (IK 95%)
	≥ 14,3	<14,3		≥ 3,92	<3,92	
Media Leaflet	15 (50,0%)	15 (50,0%)	1,50 (0,81 – 2,79)	22 (73,3%)	8 (26,7%)	2,20 (1,27 – 3,81)
Media pesan teks	10 (33,3%)	20 (66,7%)		10 (33,3%)	20 (66,7%)	

Keterangan : p dihitung berdasarkan uji Chi-square.

Dari tabel 5. tampak pengaruh media Leaflet dapat meningkatkan skor pengetahuan ($\geq 14,3$) sebesar 1,5 kali bila dibandingkan dengan media pesan teks; sedangkan pengaruh media Leaflet terhadap kenaikan sikap ($\geq 3,92$) sebesar 2,20 kali bila dibandingkan dengan media pesan teks.

Pengujian Hipotesis

Hipotesis 1 :

Edukasi anemia melalui media Leaflet menggunakan aplikasi whatsapp berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan akseptor KB IUD tentang anemia dibandingkan dengan pesan teks whatsapp.

Pengujian :

Berdasarkan hasil pengujian yang disajikan pada tabel 4.2 besarnya kenaikan skor pengetahuan pada kelompok media Leaflet rata-ratanya adalah 18,7 (naik 38,78%); sedangkan pada kelompok pesan teks rata-rata peningkatannya 10,0 (naik 18,95%). Hasil uji statistik dengan uji t diperoleh nilai $p = 0,046$ ($p < 0,05$) yang bermakna.

Simpulan :

Berdasarkan hasil pengujian tersebut maka hipotesis 1 **diterima (teruji)**.

Hipotesis 2 :

Edukasi anemia melalui media Leaflet animasi menggunakan aplikasi whatsapp berpengaruh terhadap peningkatan sikap akseptor KB IUD tentang anemia dibandingkan dengan pesan teks whatsapp.

Pengujian :

Dari tabel 4.3 pada kelompok media leaflet animasi median skor sikap antara sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan ada peningkatan yang bermakna ($p < 0,05$), dari 76,5 menjadi 87,2; sedangkan pada kelompok media pesan teks tidak menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna ($p > 0,05$); dari 80,4 menjadi 79,4. Besarnya kenaikan skor sikap pada kelompok media leaflet animasi mediannya 7,8 sedangkan pada kelompok media pesan teks mediannya 0. Perbedaan peningkatan skor sikap ini berdasarkan uji Mann-Whitney diperoleh nilai $p = 0,009$ ($p < 0,05$), yang bermakna.

Simpulan :

Berdasarkan hasil pengujian tersebut maka hipotesis 2 **diterima (teruji)**.

Hipotesis 3 :

Edukasi anemia melalui media leaflet animasi menggunakan aplikasi whatsapp efektif dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap akseptor KB IUD tentang anemia dibandingkan dengan pesan teks whatsapp.

Pengujian :

Untuk menilai efektifitas dari edukasi anemia melalui media leaflet dibandingkan dengan media pesan teks dibuat tabel 2 x 2, yaitu hubungan antara intervensi yang diberikan dengan kenaikan pengetahuan dan sikap. Dari tabel 4.5 tampak pengaruh media leaflet rasio kenaikan pengetahuan sebesar 1,50 kali (IK 95% : 0,81 – 2,79) bila dibandingkan dengan media pesan teks; sedangkan terhadap kenaikan sikap media leaflet rasio kenaikannya 2,20 kali (IK 95% : 1,27 – 3,81) bila dibandingkan dengan media pesan teks.

Simpulan :

Berdasarkan hasil pengujian tersebut maka hipotesis 3 **diterima (teruji)**.

Pembahasan

Pada bagian ini di uraian hasil uji penelitian dan keterkaitannya dengan teori serta hasil penelitian sebelumnya. Adapun uraian pembahasan di sajikan sebagai berikut :

Karakteristik Responden

Pada karakteristik usia, diketahui kedua kelompok penelitian memiliki rentang 15-17 dengan Kadar Hemoglobin (g/dl) pada akseptor KB IUD kelompok media leaflet memiliki rentang yang sedikit lebih tinggi di dibandingkan akseptor KB IUD kelompok media pesan teks namun tidak memiliki perbedaan yang signifikan. Selanjutnya jika dilihat dari pantangan makanan, kedua kelompok memiliki frekuensi yang sama sehingga tidak memiliki perbedaan yang signifikan. Selanjutnya dilihat dari pernah mendapat informasi tentang anemia dan pernah mendapat edukasi dari tenaga kesehatan, akseptor KB IUD kelompok media leaflet memiliki frekuensi yang lebih tinggi dari akseptor KB IUD kelompok media pesan teks, namun hal tersebut tidak memberikan perbedaan yang signifikan kepada kedua kelompok penelitian sehingga kedua kelompok ini dimungkinkan memiliki pengetahuan dan sikap yang sama mengenai anemia, karena usia sendiri di kaitkan dengan perubahan pada aspek fisik terjadi proses pematangan seksual dan pertumbuhan postur tubuh yang membuat akseptor KB IUD mulai memperhatikan penampilan fisik. Perubahan aspek psikis pada akseptor KB IUD menyebabkan mulai timbulnya keinginan untuk diakui dan menjadi yang terbaik diantara teman-temannya. Perubahan aspek kognitif pada akseptor KB IUD ditandai dengan dimulainya dominasi untuk berpikir secara konkret, masa akseptor KB IUD merupakan masa seorang individu mulai memahami dirinya sendiri dan menemukan cara berhubungan dengan dunia orang dewasa.

1.2.2 Analisis Pengaruh Media Leaflet dan Media Pesan Teks terhadap Pengetahuan Akseptor KB IUD serta Perbandingan Pengetahuan akseptor KB IUD Tentang Anemia Pada Kedua Kelompok Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi dengan menggunakan media leaflet dan media pesan teks terbukti dapat meningkatkan pengetahuan akseptor KB IUD mengenai anemia. Hal ini dapat dilihat dari tabel 4.2 yang menunjukkan media leaflet dan media pesan teks tidak memiliki perbedaan yang bermakna karena hasil uji *pretest* dan *posttest* memiliki nilai $p > 0,05$. Namun terbukti memiliki pengaruh yang bermakna karena media leaflet dan media pesan teks pada uji *pretest* dan *posttest* mengalami peningkatan yang bermakna dengan nilai $p < 0,05$. Berdasarkan peningkatan pengetahuan pada media leaflet 18,7 atau 38,78% dan media pesan teks 10 atau 18,95%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang menyebutkan bahwa media leaflet memiliki pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan karena lebih informasi yang di sampaikan menjadi lebih menarik dan di perhatikan.

Media leaflet mampu menjelaskan hal-hal yang abstrak dengan memberikan gambaran realistic dan konkrit.

Pada penelitian ini di ketahui pula jika subjek memiliki kesamaan dalam mendapat informasi tentang anemia dan mendapat edukasi dari tenaga kesehatan, namun subjek belum pernah mendapatkan edukasi tentang anemia melalui media leaflet dan media pesan teks, sehingga hal ini merupakan sesuatu yang baru bagi subjek. Meskipun demikian, edukasi mengenai anemia melalui media leaflet terbukti lebih baik dalam meningkatkan pengetahuan informasi, karena mendapat perhatian lebih dan berkesan, sehingga informasi akan diteruskan ke *working memory* dan membentuk ingatan yang permanen (*long term memory*).

4.2.3 Analisis Pengaruh Media Leaflet dan Media Pesan Teks terhadap Sikap Akseptor KB IUD serta Perbandingan Pengetahuan Akseptor KB IUD Tentang Anemia Pada Kedua Kelompok Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi dengan menggunakan media leaflet dan media pesan teks terbukti dapat meningkatkan sikap akseptor KB IUD mengenai anemia. Hal ini dapat dilihat dari tabel 4.3 yang menunjukkan media leaflet dan media pesan teks tidak memiliki

perbedaan bermakna pada *prettes* karena $p > 0,05$ namun memiliki perbedaan bermakna pada *posttes* dengan $p < 0,025$. Selanjutnya pada media leaflet mengalami peningkatan yang bermakna antara *pretest* dan *posttest* dengan nilai $p < 0,05$ dengan peningkatan perilaku sebesar 7,8 atau 10,8% sedangkan pada media pesan teks tidak mengalami peningkatan yang bermakna antara *pretest* dan *posttest* dengan nilai $p > 0,05$ serta tidak adanya kenaikan perilaku. Setelah seseorang mendapat stimulus (masalah kesehatan termasuk penyakit) proses selanjutnya akan menilai atau bersikap terhadap stimulus atau obyek kesehatan tersebut dan media leaflet merupakan stimulus yang dinilai efektif dalam memberikan dorongan sikap karena penyampaian informasi yang mudah dipahami serta cenderung akan mendapatkan perhatian yang lebih baik sehingga pengetahuan akan meningkat dan peningkatan pengetahuan tersebut merupakan indikator untuk sikap sehingga sikap kesehatan harus sejalan dengan pengetahuan kesehatan. Penggunaan media leaflet yang berpengaruh terhadap peningkatan sikap tidak terlepas dari pengaruh kebudayaan dan lingkungan (Lingkungan keluarga dan masyarakat) yang pada saat ini tidak dapat lepas dari perkembangan teknologi. Adanya *smartpone* yang memberikan mobilitas tinggi tentu menjadi peluang besar dalam upaya pemberian edukasi melalui digital tersebut. Salah satu faktor yang membuat media leaflet memberikan pengaruh terhadap perubahan sikap, karena adanya kemudahan dalam memberikan informasi secara berulang-ulang (*repeated exposure*) melalui pemanfaat *smartpone* tersebut

4.2.4 Efektivitas Media Leaflet dan Media Pesan Teks Dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Akseptor KB IUD Mengenai Anemia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kedua kelompok penelitian hasilnya tidak ada perbedaan yang bermakna ($p > 0,05$) artinya intervensi lain yang diberikan yaitu pemberian edukasi tentang anemia pada kedua kelompok penelitian sama. Selanjutnya dari hasil penelitian diketahui pula pengaruh media leaflet memiliki rasio kenaikan pengetahuan sebesar 1,50 kali (IK 95% : 0,81 – 2,79) bila dibandingkan dengan media pesan teks; sedangkan terhadap kenaikan sikap media leaflet rasio kenaikannya 2,20 kali (IK 95% : 1,27 – 3,81) bila dibandingkan dengan media pesan teks. Artinya media leaflet lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap akseptor KB IUD mengenai anemia.

Efektivitasnya penggunaan media leaflet dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap akseptor KB IUD mengenai karena media leaflet mampu menjelaskan hal-hal yang abstrak dengan memberikan gambaran realistic dan konkrit. Selain itu, sebagai media promosi kesehatan media leaflet telah mempertimbangkan daya jangkau media, perbandingan biaya, pengaruh media pada kelompok sasaran, tujuan program secara nasional, pengalaman kerjasama, keefektifan dalam pembelajaran masal (*mass instruction*) serta mengatasi keterbatasan jarak dan waktu

SIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh edukasi gizi terhadap pencegahan anemia pada akseptor KB IUD di Kota Kupang, dengan menggunakan media leaflet dan pesan teks sebagai sarana intervensi. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Edukasi melalui media leaflet terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan akseptor KB IUD tentang anemia dibandingkan dengan pesan teks WhatsApp. Rata-rata kenaikan skor pengetahuan pada kelompok media leaflet sebesar 38,78%, sementara pada kelompok pesan teks hanya 18,95%. Hal ini menunjukkan bahwa penyampaian informasi yang lebih visual dan terstruktur melalui leaflet memiliki dampak yang lebih signifikan terhadap pemahaman tentang anemia.
2. Edukasi melalui media leaflet juga menunjukkan pengaruh yang lebih besar terhadap perubahan sikap akseptor KB IUD terkait anemia. Peningkatan skor sikap pada kelompok media leaflet mencapai 10,8%, sedangkan pada kelompok pesan teks tidak terjadi

perubahan yang signifikan. Ini menunjukkan bahwa media leaflet dapat lebih efektif dalam membentuk sikap positif terhadap pencegahan anemia dibandingkan pesan teks.

3. Tidak terdapat perbedaan yang bermakna dalam pemberian informasi tentang anemia dan edukasi dari tenaga kesehatan setelah intervensi pada kedua kelompok penelitian. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun informasi diberikan melalui media yang berbeda, faktor lain seperti komunikasi langsung dari tenaga kesehatan tetap berperan penting.
4. Intervensi edukasi menggunakan media leaflet menunjukkan rasio peningkatan yang lebih besar dalam hal pengetahuan dan sikap dibandingkan dengan media pesan teks. Hal ini mengindikasikan bahwa penggunaan media leaflet sebagai sarana edukasi lebih efektif dalam mendorong perubahan positif di kalangan akseptor KB IUD.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, beberapa saran yang dapat diberikan untuk meningkatkan efektivitas edukasi tentang pencegahan anemia pada akseptor KB IUD adalah sebagai berikut:

1. Mengingat efektivitas media leaflet dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap akseptor KB IUD, disarankan agar tenaga kesehatan di puskesmas atau klinik KB lebih sering memanfaatkan media leaflet dalam penyuluhan kesehatan, terutama terkait dengan anemia. Leaflet dapat menjadi media yang mudah dipahami, dapat dibawa pulang, dan diakses kapan saja, sehingga mempermudah akseptor dalam memperoleh informasi yang dibutuhkan.
2. Meskipun edukasi lewat media leaflet terbukti efektif, komunikasi langsung dengan tenaga kesehatan tetap sangat penting. Oleh karena itu, disarankan agar tenaga kesehatan lebih aktif dalam memberikan edukasi secara langsung, baik melalui sesi konsultasi maupun melalui pesan pribadi, untuk mendalami pemahaman dan sikap akseptor terhadap anemia.
3. Mengingat bahwa aplikasi WhatsApp sudah menjadi platform komunikasi yang sangat umum, penggunaan media pesan teks dapat diperluas dengan pengiriman informasi yang lebih terstruktur dan disertai dengan gambar atau grafik yang lebih menarik. Hal ini dapat meningkatkan daya tarik dan pemahaman materi yang disampaikan melalui teks, sehingga dapat lebih memengaruhi perubahan sikap dan pengetahuan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018.
2. Balarajan, Y., Ramakrishnan, U., Özaltın, E., Shankar, A. H., & Subramanian, S. V. (2011). Anemia in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 378(9809), 2123-2135.
3. Speroff, L., & Darney, P. D. (2019). *A Clinical Guide for Contraception*. Lippincott Williams & Wilkins.
4. De Maeyer, E. M. (2011). *Prevention and Control of Nutritional Anemia: A Global Perspective*. The World Bank.
5. FAO/WHO. (2001). *Human Vitamin and Mineral Requirements*.
6. Kemenkes RI. (2021). *Edukasi Gizi untuk Masyarakat: Pedoman Praktis*.
7. Ibrahim, A. A., & Barakat, M. A. (2013). The Role of Nutrition in Preventing Anemia Among Women of Reproductive Age. *Journal of Nutrition and Food Security*, 2(3), 161-169.
8. Mathur, S. K., & Verma, S. (2018). Iron Deficiency Anemia in Women: A Review. *Journal of Women's Health*, 27(6), 695-701.
9. World Health Organization. (2015). *The Global Prevalence of Anemia in 2011*. WHO Press.