

Efektivitas Edukasi Gizi Pada Tenaga Kesehatan dalam Upaya Pencegahan Anemia Ibu Hamil di Kota Makassar

Dinda Tri Lestari¹, Masdalis², Reski Pebriani³

^{1,2,3}Institut Nani Hasanuddin

Email: dindatrillestari44@gmail.com

Abstrak

Pemerintah Indonesia saat ini telah berupaya memperbaiki masalah gizi melalui berbagai macam program khususnya program untuk ibu hamil. Program intervensi ibu hamil tidak terlepas dari peran tenaga kesehatan di wilayah Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas). Edukasi tenaga gizi memiliki peran penting dalam pencegahan anemia pada ibu hamil. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh pelatihan gizi tentang anemia terhadap pengetahuan tenaga kesehatan di Puskesmas Kota Makassar. Metode penelitian ini menggunakan desain penelitian eksperimen dengan *one group pre-post test*. Subjek dalam penelitian ini adalah 77 tenaga kesehatan yang melaksanakan program gizi di Puskesmas. Pelatihan dilaksanakan pada bulan Mei 2025 di Kota Makassar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan menunjukkan peningkatan setelah pelatihan. Hasil uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan bahwa pelatihan terkait anemia berpengaruh signifikan sebesar $< 0,001$ (nilai $p < 0,05$) terhadap perubahan pengetahuan tenaga kesehatan di Puskesmas wilayah Kota Makassar. Kesimpulan penelitian ini terdapat pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan tenaga kesehatan melalui pelatihan gizi tentang pencegahan anemia pada ibu hamil.

Kata kunci: Anemia, Tenaga Kesehatan, Pengetahuan, Pelatihan

Abstract

The Indonesian government has been working to improve nutrition issues through various programs, particularly programs for pregnant women. Intervention programs for pregnant women are inseparable from the role of health workers in the Community Health Center (Puskesmas). Nutrition education for workers plays a crucial role in preventing anemia in pregnant women. The purpose of this study was to analyze the effect of nutrition training on anemia on the knowledge of health workers in the Makassar City Community Health Center (Puskesmas). This research method used an experimental research design with a one-group pre-post test. The subjects in this study were 77 health workers who implemented the nutrition program at the Puskesmas. The training was conducted in May 2025 in Makassar City. The results showed that the average knowledge score showed an increase after the training. The results of the Paired Sample T-Test showed that training related to anemia had a significant effect of < 0.001 (p value < 0.05) on changes in the knowledge of health workers in the Makassar City Community Health Center. The conclusion of this study is that there is a significant effect on the knowledge of health workers through nutrition training on preventing anemia in pregnant women.

Keywords: Anemia, Health Workers, Knowledge, Training

1. PENDAHULUAN

Indonesia saat ini menghadapi tantangan yang semakin meningkat dalam mengatasi masalah gizi. Kebutuhan akan tenaga kesehatan yang kompeten pada pelayanan primer khususnya di Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas) semakin meningkat. Pengetahuan dan keterampilan gizi menjadi hal yang sangat penting dalam menjalankan tugas sebagai tenaga gizi di Puskesmas [1]. Puskesmas adalah sarana kesehatan yang memberikan pelayanan kesehatan termasuk gizi kepada masyarakat guna mempersiapkan, memelihara dan mempertahankan agar setiap orang mempunyai status gizi baik, dapat hidup sehat dan

produktif. Melalui intervensi gizi spesifik yang dilaksanakan petugas gizi di puskesmas merupakan kegiatan yang langsung mengatasi terjadinya masalah gizi seperti asupan makanan, infeksi, status gizi ibu, penyakit menular, dan kesehatan lingkungan yang dilakukan oleh tenaga gizi di Puskesmas [2].

Masalah gizi di Indonesia masih cukup tinggi, terutama anemia. Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan yang serius di Indonesia. Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023 menunjukkan prevalensi 4,3% anemia terjadi pada ibu hamil. Kondisi ini berdampak langsung terhadap risiko perdarahan postpartum, kelahiran prematur, dan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) pada bayi [3].

Pemerintah telah membuat program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) dan *Multiple Micronutrient Supplement* (MMS) khusus ibu hamil untuk mencegah terjadinya anemia serta mendukung kesehatan ibu dan janin, namun pada pelaksanaan di lapangan cakupan penerima dan konsumsi vitamin tersebut belum mencapai 73,2% [3]. Dirjen Kesehatan Masyarakat telah mengeluarkan beberapa buku sebagai media edukasi bagi ibu hamil. Pada Buku KIA ibu hamil terdapat upaya berupa contoh porsi makan dan menu untuk ibu hamil beserta jenis-jenis makanan yang baik bagi ibu hamil. Upaya ini merupakan bentuk edukasi melalui media buku agar ibu hamil mengonsumsi makanan yang cukup dan mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur karena di Buku KIA juga dicatat pemberian tablet tambah darah. Kemenkes RI juga telah mengeluarkan buku tentang Pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia untuk remaja dan Wanita Usia Subur (WUS) serta Buku Resep Makanan Lokal untuk Balita dan Ibu Hamil. Buku-buku tersebut bertujuan untuk meningkatkan pemahaman pada ibu hamil dalam upaya pencegahan anemia.

Edukasi gizi dapat mengubah pengetahuan, sikap, dan perilaku seseorang. Intervensi berupa edukasi gizi dan pengetahuan tentang anemia sangat efektif dan dibutuhkan bagi ibu hamil khususnya yang mengalami anemia. Pemberian edukasi ini harus diikuti dengan pemberian media yang memiliki manfaat sebagai media belajar dan pengingat bagi ibu hamil. Tenaga kesehatan, termasuk ahli gizi, bidan, serta perawat, memiliki peran penting dalam memberikan informasi dan dukungan kepada ibu hamil mengenai pentingnya gizi seimbang dan hal-hal yang menjadi pantangan ibu hamil sebagai pencegahan anemia [4].

Peningkatan kapasitas tenaga kesehatan melalui edukasi gizi yang efektif sangat penting dalam upaya pencegahan anemia pada ibu hamil. Alasan ini yang mendorong penulis untuk mengkaji efektivitas edukasi gizi pada tenaga kesehatan dalam upaya pencegahan anemia hamil di Kota Makassar.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan desain pra-eksperimen dengan rancangan *one group pre-test post-test*. Desain penelitian pra-eksperimen merupakan jenis penelitian yang menganalisis pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat tanpa adanya variabel kontrol, dan sampel tidak diambil secara acak. Sementara itu, rancangan *one group pre-test* dan *post-test* merupakan jenis penelitian yang memberikan perlakuan atau intervensi, serta mengukur variabel sebelum perlakuan atau *pre-test* dan setelah perlakuan atau *post-test*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh tenaga kesehatan yang datang ke posyandu dan ke masyarakat di Puskesmas Kota Makassar. Sampel penelitian ini adalah 77 petugas gizi di seluruh puskesmas di Kota Makassar. Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*. Sampel diambil dari seluruh tenaga gizi yang bekerja di Puskesmas dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian. Kriteria inklusi penelitian ini adalah:

- 1). Tenaga gizi di Puskesmas;
- 2). Mengisi karakteristik subjek pada kuesioner secara lengkap;
- 3). Menjawab pertanyaan terkait pengetahuan pada kuesioner secara lengkap;
- 4). Bersedia mengikuti pelatihan dari awal hingga akhir.

Data dalam penelitian ini merupakan data primer. Data primer meliputi karakteristik subjek dan pengetahuan tenaga kesehatan terkait anemia. Data primer dikumpulkan melalui kuesioner yang diisi sendiri oleh tenaga kesehatan. Pengetahuan diukur menggunakan instrumen kuesioner yang terdiri dari 16 pertanyaan. Jawaban benar diberi skor 1 dan jawaban salah diberi skor 0. Total skor kemudian dikalikan 4 untuk mendapatkan skor pada skala 100. Kategori pengetahuan gizi subjek dikelompokkan berdasarkan kriteria Khomsan et al 2000, yaitu pengetahuan kurang (< 60), sedang (60-79), dan baik (≥ 80).

Intervensi berupa materi tentang anemia dan pelayanan yang tepat di posyandu sesuai dengan peraturan Kementerian Kesehatan. Penilaian pengetahuan dilakukan menggunakan kuesioner yang diukur sebelum atau *pre-test* dengan tujuan memperoleh informasi awal tentang pengetahuan dan kemampuan peserta terkait materi, serta setelah atau *post-test* untuk mengukur pengetahuan peserta setelah menerima materi selama pelatihan gizi. Proses pelatihan dilaksanakan selama satu hari dari pagi hingga sore dengan beberapa sesi, yaitu pembukaan, materi, tanya jawab, demonstrasi, dan penutupan. Beberapa media informasi seperti buku, stiker informasi, dan leaflet juga dibagikan selama pelatihan.

Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat merupakan uji deskriptif untuk menggambarkan distribusi karakteristik tenaga gizi. Uji deskriptif dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi, rata-rata, standar deviasi, dan persentase. Analisis selanjutnya yang dilakukan adalah analisis bivariat. Analisis bivariat yang dilakukan adalah Uji *Paired Sample T-Test*. Uji *Paired Sample T-Test* digunakan untuk menguji perbedaan antara sebelum dan sesudah pelatihan. Terdapat pengaruh apabila nilai $p < 0,05$. Penelitian ini mendapatkan persetujuan dari Dinas Kesehatan Kota Makassar dengan memperhatikan etika penelitian, yaitu meningkatkan pengetahuan responden melalui edukasi kesehatan, menghormati kemanusiaan, yaitu memperlakukan responden secara adil tanpa membedakan suku, agama, status ekonomi, dan lainnya, keadilan, yaitu memaksimalkan manfaat bagi responden. Menghormati kerahasiaan data responden melalui persetujuan *informed consent*

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Analisis Univariat

Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini diuraikan pada tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Karakteristik Responden ($n = 77$)

	<i>n</i>	%
Bidang		
Bidan Koordinator	39	50,6
Tenaga Pelaksana Gizi (TPG)	38	49,4
Total	77	100.0
Riwayat Pelatihan Anemia		
Pernah	25	32,5
Belum Pernah	52	67,5
Total	77	100.0

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah bidan koordinator, yaitu 39 orang (50,6%). Lebih dari dua pertiga responden belum pernah mengikuti pelatihan anemia yaitu 52 orang (67,5%).

b. Analisis Bivariat

1). Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Pelatihan Gizi

Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan tenaga kesehatan tentang anemia sebelum dan sesudah pelatihan diuraikan pada tabel 2.

Tabel 2. Rata-rata skor sebelum dan sesudah intervensi pelatihan Gizi pada tenaga kesehatan di Puskesmas Kota Makassar.

Perlakuan	Mean skor \pm SD	Nilai P
Sebelum	3,04 \pm 1.63	< 0.001*
Sesudah	7.81 \pm 1.01	

*Uji T Berpasangan

Tabel 2, menunjukkan bahwa rata-rata skor sebelum intervensi adalah 3,04 \pm 1,63, tetapi setelah intervensi terjadi peningkatan skor menjadi 7,81 \pm 1,01. Hasil uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh intervensi pelatihan edukasi terhadap rata-rata skor pengetahuan tenaga kesehatan (nilai $p < 0,05$).

Pelatihan merupakan upaya untuk mengembangkan sumber daya manusia, khususnya untuk mengembangkan kemampuan intelektual dan kepribadian. Pelatihan memiliki manfaat jangka panjang yang membantu tenaga kesehatan memiliki tanggung jawab yang lebih besar di masa depan. Tenaga kesehatan harus dilatih dan dikembangkan dalam bidangnya masing-masing untuk mengurangi dan mempelajari keterampilan baru guna meningkatkan kinerja mereka [1].

Terdapat dua faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, yaitu faktor eksternal dan internal. Pendidikan, pekerjaan, dan usia merupakan faktor internal yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, sedangkan lingkungan dan budaya merupakan faktor eksternal yang mempengaruhi pengetahuan seseorang [5]. Usia memiliki pengaruh terhadap kemampuan berpikir, kreativitas, dan tingkat pemahaman seseorang. Terbukti pula bahwa tenaga gizi yang berusia lebih dari 60 tahun tidak dapat melanjutkan pekerjaannya atau pensiun [6].

Tingkat pendidikan seseorang juga sangat mempengaruhi pengetahuannya. Seseorang yang memiliki tingkat pendidikan tinggi cenderung lebih mudah menerima dan menerapkan informasi gizi dalam kehidupan sehari-hari dibandingkan seseorang yang memiliki pendidikan lebih rendah. Memiliki pengetahuan gizi yang baik akan mempengaruhi tindakan dan perilaku kearah yang lebih baik [7].

2). Pengaruh Pelatihan Gizi terhadap Pengetahuan Tenaga Kesehatan di Puskesmas Kota Makassar

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai (nilai $p < 0,05$) dan terdapat peningkatan pengetahuan yang terlihat dari rata-rata sebelum dan sesudah pelatihan gizi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa pelatihan gizi tentang anemia memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tenaga kesehatan di puskesmas Kota Makassar.

Seiring masyarakat Indonesia menghadapi tantangan yang semakin meningkat dalam menanggulangi masalah gizi pada semua kelompok usia, kebutuhan akan tenaga kesehatan yang kompeten di pelayanan primer, khususnya di Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas) semakin meningkat. Puskesmas merupakan institusi kesehatan masyarakat yang sangat bergantung pada kinerja tenaga kesehatan [8]. Menurut Notoatmojo, pengetahuan merupakan domain kognitif yang menjadi dasar terbentuknya sikap dan perilaku seseorang, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan yang menjadi salah satu syarat perbaikan praktik pelayanan kesehatan. Pengetahuan tentang gizi merupakan salah satu hal yang secara tidak langsung mempengaruhi status gizi dan menjadi dasar bagi seseorang dalam menentukan konsumsi makanan. Adanya pengetahuan gizi tentang anemia yang dimiliki tenaga kesehatan merupakan

salah satu faktor yang dapat membantu masyarakat dalam memilih konsumsi makanan sehari-hari yang dapat menjaga dan meningkatkan status gizi anak [9].

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adistie *et al.*, (2018)) yang menunjukkan adanya pengaruh terhadap pengetahuan sebelum dan sesudah pelatihan tenaga kesehatan [10]. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan Tarigan *et al.*, (2022) yang menunjukkan peningkatan yang signifikan pada pengetahuan tenaga kesehatan setelah pelatihan tentang stimulasi pertumbuhan dan perkembangan anak serta pelayanan di Posyandu [11]. Selain itu, Salamah dan Sulistyani (2018) menyatakan bahwa pelatihan kader Posyandu tenaga kesehatan di wilayah Nologaten dan Seturan Yogyakarta menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pelatihan [12].

Peningkatan pengetahuan bagi tenaga kesehatan memiliki implikasi yang besar dalam memberikan edukasi atau konseling kepada ibu hamil untuk mendukung pencegahan terjadinya anemia pada ibu hamil serta memperkuat edukasi penting konsumsi tablet tambah darah dan meningkatkan kapasitas pelayanan yang berpotensi memberikan dampak baik di wilayah kerja Puskesmas di Kota Makassar.

4. KESIMPULAN

Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian pelatihan gizi tentang anemia terhadap pengetahuan tenaga kesehatan di puskesmas dengan nilai $p < 0,05$. Pelatihan diperlukan untuk mendukung kinerja tenaga kesehatan di puskesmas. Dengan adanya pengetahuan gizi tentang anemia yang dimiliki tenaga kesehatan, hal ini merupakan salah satu faktor yang dapat membantu masyarakat dalam menurunkan dan mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1]. T. Wulandari and S. Fajrah, "Hubungan Pelatihan Tenaga Kesehatan dengan Kinerja Petugas di Puskesmas Lompe Ntodea Kecamatan Parigi Barat Kabupaten Parigi Moutong," *Jurnal Ilmiah Kesmas-IJ*, vol. 21, no. 2, pp. 56–61, 2021.
- [2]. N. T. Rullyni, Mardiah, U. Dewi, Rahmadona, V. Jayanti, W. E. Setyohari, and S. I. Putri, "Pelatihan Kader Posyandu dalam Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil," *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, vol. 4, no. 4, 2023. doi: 10.31004/cdj.v4i4.19156
- [3]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta, Indonesia: Kementerian Kesehatan RI, 2023.
- [4]. Dewi RK, Rahmy HA, Firdaus F, Symond D. Pelatihan Daring Emo Demo Pada Kader Kesehatan Puskesmas Pangkalan Dalam Rangka Penanggulangan Anemia Pada Ibu Hamil. *LOGISTA-Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*. 2020;4(2):298–304
- [5]. A. P. Ariani, *Ilmu Gizi*. Yogyakarta, Indonesia: Nuha Medika, 2017.
- [6]. D. Tri Lestari *et al.*, "Pengaruh Pelatihan Gizi terhadap Pengetahuan Tenaga Kesehatan di Puskesmas di Kabupaten Jeneponto," *Nursing Update: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, vol. 14, no. 4, pp. 331–337, 2023. Available: <https://stikes-nhm.e-journal.id/NU/index>
- [7]. L. R. Utami *et al.*, "Perbedaan pengetahuan gizi, status gizi, dan produktivitas kerja pada tenaga kesehatan dan non-kesehatan," *ARGIPA (Arsip Gizi dan Pangan)*, vol. 7, no. 1, pp. 9–20, 2022. doi: 10.22236/argipa.v7i1.7258
- [8]. L. L. Birch and A. E. Doub, "Learning to eat: Birth to age 2 y," *American Journal of Clinical Nutrition*, vol. 99, no. 3, pp. 723S–728S, 2014. doi: 10.3945/ajcn.113.069047
- [9]. Notoatmodjo, *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta, Indonesia: Rineka Cipta, 2021.

- [10]. F. Adistie, V. B. M. Lumbantobing, dan N. N. A. Maryam, “Pemberdayaan Kader Kesehatan Dalam Deteksi Dini Stunting dan Stimulasi Tumbuh Kembang pada Balita,” *Media Karya Kesehatan*, vol. 1, no. 2, pp. 173–184, 2018. doi: 10.24198/mkk.v1i2.18863
- [11]. N. Tarigan, S. Bangun, B. Doloksaribu, and U. Sihotang, “Pendidikan Gizi dengan Media Animasi dalam Upaya Memperbaiki Kadar Hemoglobin dan Asupan Gizi Ibu Hamil Anemia,” *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, vol. 18, no. 3, pp. 143–151, 2022. doi: 10.22146/ijcn.70224
- [12]. D. Biney, R. E. Wowor, and A. A. Rumayar, “Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap dengan Tindakan Pencegahan Covid-19 di Kelurahan Sagerat Kecamatan Matuari Kota Bitung,” *Jurnal KESMAS*, vol. 11, no. 2, pp. 1–8, 2022.