

PENGARUH KONSELING TERHADAP PERUBAHAN SIKAP DAN PERILAKU  
PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL TRIMESTER I  
DI PUSKESMAS SEMANU 1 GUNUNGGIDUL

Estiyani Wulandari<sup>1\*</sup>, Sri Nabawiyati Nurul Makiyah<sup>2</sup>, Anjarwati<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universitas Citra Bangsa

<sup>2</sup>Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

<sup>3</sup>Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Email Korespondensi: estyaniwulandari@gmail.com

Disubmit: 12 Juni 2023

Diterima: 25 Juni 2023

Diterbitkan: 01 Juli 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i7.10436>

**ABSTRACT**

*One of the maternal mortality causes in Indonesia is anemia. The higher number of anemia incidence in pregnant women signals a prevention such as by counselling for pregnant women. The study is to analyse the effect of counselling on attitude change and anemia prevention behaviour in trimester 1 pregnant women at Semanu 1 primary health centre of Gunungkidul in 2019. The type of the study was mixed method and the design was sequential explanatory and one group pre-test - post-test. The sampling technique was purposive sampling. The quantitative instrument was questionnaire on attitude and behaviour of anemia prevention and the data were analysed using paired t-test and linear regression. The qualitative instrument was interview guidelines. Counselling was given at Semanu 1 primary health centre by using elective counselling method through anemia feedback form for pregnant women. Pre-test on attitude and behaviour was given before counselling and post-test was given 1 week after counselling. The result of the study showed that attitude and anemia prevention behaviour in pregnant women was improving after counselling. The attitude mean value before and after counselling was 4.250 and the behaviour mean value improvement before and after counselling was 1.625. The conclusion of the study is that there is an effect of attitude and behaviour of anemia prevention in trimester 1 pregnant women after counselling. It is hoped that the results of this study can be used as a reference for the implementation of antenatal care (ANC), especially providing counselling in the management of anemia prevention in pregnant women.*

**Keywords :** *Counselling, Attitude, Behaviour, Anemia.*

**ABSTRAK**

Salah satu penyebab kematian ibu di Indonesia adalah anemia. Semakin meningkatnya kejadian anemia pada ibu hamil maka perlu dilakukan upaya pencegahan anemia salah satunya adalah pemberian konseling pada ibu hamil. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling terhadap perubahan sikap dan perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil Trimester I di Puskesmas Semanu 1 Gunungkidul tahun 2019. Jenis penelitian adalah *mixed*

*method* (campuran). Desain penelitian adalah *sequential explanatory*. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *one group pre test - post test*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Instrumen kuantitatif menggunakan kuesioner sikap dan perilaku pencegahan anemia, dianalisis menggunakan uji *pair t- test* dan uji regresi linear, instrumen kualitatif menggunakan pedoman wawancara. Konseling diberikan di Puskesmas Semanu I dengan metode *ellective counselling* menggunakan panduan lembar balik anemia pada ibu hamil. *Pre test* sikap dan perilaku diberikan sebelum konseling, dan *post tes* diberikan 1 minggu setelah konseling. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sikap dan perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil mengalami peningkatan setelah konseling, dengan peningkatan nilai rata-rata sikap sebelum dan setelah konseling sebesar 4.250, peningkatan nilai rata-rata perilaku sebelum dan setelah konseling sebesar 1.625. Simpulan dari penelitian ini adalah ada pengaruh sikap dan perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil trimester I setelah diberikan konseling. Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan pelaksanaan *antenatal care* (ANC) khususnya pemberian konseling dalam pengelolaan pencegahan anemia pada ibu hamil.

**Kata Kunci:** Konseling, Sikap, Perilaku, Anemia

## PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia, terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia. Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada remaja dan ibu hamil. Perubahan pada masa kehamilan dapat diperburuk oleh kekurangan gizi dalam kehamilan yang berdampak pada defisiensi gizi mikro seperti anemia yang dapat berakibat fatal pada ibu hamil dan bayi baru lahir (Kemenkes RI, 2018).

Di Indonesia prevalensi anemia pada ibu hamil tahun 2013 sebesar 37,1% dan mengalami peningkatan tahun 2018 sebesar 48,9 % (Kemenkes RI, 2018). Peningkatan prevalensi anemia masih terjadi di beberapa Kabupaten/Kota di Provinsi DIY antara lain Gunungkidul (24,86%), Kota Yogyakarta (22,78%), Bantul (19,91%), Kulon Progo (13%), Sleman (9%) (Dinkes, 2017). Permasalahan yang masih dijumpai di Puskesmas Semanu 1, yaitu beberapa ibu hamil yang kebiasaannya sering

mengonsumsi mie instan, memiliki pola hidup dan pola makan yang kurang baik dan belum bisa meninggalkan kebiasaannya mengonsumsi teh atau kopi setelah makan nasi. Sehingga dalam hal ini, kesadaran ibu hamil masih rendah dalam memperhatikan pentingnya pencegahan anemia dan bahaya kekurangan asupan zat besi pada kehamilan.

Konseling membantu ibu untuk memperoleh bukan saja kemampuan, minat dan kesempatan melainkan juga emosi, sikap dan perilaku yang bisa mempengaruhi dalam menentukan pilihan dan pengambilan keputusan. Konseling juga merupakan indikator penting dalam 10 T standar pelayanan antenatal yang ditetapkan oleh pemerintah yaitu (timbang berat badan dan ukur tinggi badan, ukur tekanan darah, nilai status gizi (ukur lingkar lengan atas/ LiLa), ukur tinggi fundus uteri, tentukan presentasi janin dan denyut jantung janin (DJJ), skrining status imunisasi tetanus dan pemberian imunisasi tetanus bila diperlukan, pemberian

tablet tambah darah, pemeriksaan laboratorium sederhana (rutin/khusus), tatalaksana/penanganan kasus, temu wicara/ konseling) (Dewi & Selanty, 2017).

Hasil penelitian (Girard & Olude, 2012) membuktikan bahwa konseling secara signifikan dapat mengurangi resiko anemia pada kehamilan lanjut serta memberikan efek positif terhadap asupan asam folat setiap minggu, sehingga berkontribusi pada tingkat kepatuhan ibu hamil.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Konseling terhadap Perubahan Sikap dan Perilaku Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Semanu 1 Gunungkidul.

#### KAJIAN PUSTAKA

Konseling adalah suatu pemberian informasi penting dalam membantu antara individu, yang bertujuan agar individu yang dibantu memperoleh pemahaman yang lebih terhadap masalahnya serta mau bertanggung jawab dan mampu mengambil keputusan yang efektif (Alderson, 2019).

Sikap adalah sesuatu bentuk evaluasi atau reaksi perasaan. Sikap seseorang terhadap sesuatu objek adalah perasaan mendukung atau memihak maupun perasaan tidak mendukung atau tidak memihak pada suatu derajat efek positif atau efek negatif terhadap suatu objek (Azwar, 2015).

Perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang terhadap stimulasi (rangsangan dari luar). Ilmu perilaku dijelaskan pada teori Health Belief Model (HBM) yaitu merupakan model keyakinan akan kesehatan yang didasarkan pada pemahaman bahwa seseorang akan mengambil tindakan yang akan berhubungan dengan kesehatan.

Teori HBM memfokuskan penerapannya pada tingkat pelayanan preventif (pencegahan) (Notoatmodjo., 2014).

Anemia pada kehamilan adalah anemia karena kekurangan zat besi, dengan ketetapan Hb 11 gr % sebagai batas normal. Hb 9 - 10 gr % disebut anemia ringan. Hb 7 - 8 gr % disebut anemia sedang. Hb < 7 gr % disebut anemia berat (Reni Yuli Astuti, 2018).

Dalam (Suryani, 2019) pemberian konseling dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku secara signifikan pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol.

Adapun rumusan penelitian dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh sikap dan perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil trimester I sebelum dan setelah diberikan konseling.

#### METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah mixed method (campuran). Desain penelitian kuantitatif menggunakan *quasi experimental* dengan *one group pretest-posttest* (Creswell, 2018). Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Semanu 1 Gunungkidul. Waktu dalam penelitian adalah 1 tahun yaitu mulai dari penyusunan, pengumpulan dan analisa data sampai hasil penelitian.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil Trimester I di Puskesmas Semanu 1 sebanyak 269 orang. Teknik pengambilan sampel kuantitatif yaitu 15% dari populasi yang ada yaitu sebanyak 40 orang. Teknik pengambilan sampel kualitatif dengan menggunakan *purposive sampling*.

Pada penelitian kuantitatif, pre tes diberikan pada ibu hamil

trimester I sebelum dilakukan perlakuan, selanjutnya perlakuan diberikan dalam bentuk konseling anemia, terakhir diberikan post tes, dengan jarak pemberian kuesioner *pre tes* dan *pos tes* selama 1 minggu. Konseling diberikan di Puskesmas Semanu I dengan metode *ellectivecounseling* menggunakan panduan lembar balik anemia pada ibu hamil. Penelitian kualitatif

menggunakan studi fenomenologi yaitu peneliti melakukan sebuah observasi kepada partisipan untuk mengetahui fenomena- fenomena yang terjadi dalam hidup participant tersebut (Creswell, 2018). Pengujian pengaruh konseling terhadap perubahan sikap dan perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil menggunakan uji bivariat yaitu uji *Paired T-Test*.

## HASIL PENELITIAN

### Kuantitatif :

**Tabel 1. Karakteristik Responden yaitu Ibu Hamil Trimester I yang Diberikan Konseling di Puskesmas Semanu 1 Gunung Kidul (n=40)**

Karakteristik	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
<b>Pendidikan</b>		
SD	10	25.0
SMP	9	22.5
SMA	18	44.0
Sarjana	3	7.5
Total	40	100.0
<b>Pekerjaan</b>		
IRT	33	82.5
Swasta	4	10.0
PNS	3	7.5
Total	40	100.0
<b>Paritas</b>		
Primipara	15	37.5
Multipara	22	55.0
Grandemultipara	3	7.5
Total	40	100.0

Berdasarkan Tabel 1. menunjukkan bahwa tingkat pendidikan yang ditamatkan responden mayoritas pendidikan SMA sebanyak 17 responden (42,5%). Karakteristik responden

berdasarkan pekerjaan mayoritas bekerja sebagai IRT sebanyak 33 responden (82,5%). Karakteristik responden berdasarkan paritas mayoritas multipara sebanyak 22 responden (55%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Sikap Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil Trimester I Sebelum dan Setelah diberikan Konseling di Puskesmas Semanu 1 Gunung Kidul.**

Sikap	N	Mean differences	95% Confidence Interval	Sig. (2-tailed)
-------	---	------------------	-------------------------	-----------------

			Lower	Upper	
Sebelum dan Setelah	40	4.250	3.566	4.944	0.000

Berdasarkan Tabel 2. diketahui secara *practice* perbedaan sikap pencegahan anemia pada ibu hamil trimester I sebelum dan setelah diberikan konseling rata-rata sebesar 4.250.

Hal ini berarti bahwa peningkatan nilai rata-rata sebelum dan setelah konseling sebesar 4.250. Selisih perbedaan sebelum dan setelah konseling antara 3.566 sampai dengan 4.944.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Perilaku Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil Trimester I Sebelum dan Setelah diberikan Konseling di Puskesmas Semanu 1 Gunung Kidul.**

Perilaku	N	Mean differences	95% Confidence Interval		Sig. (2-tailed)
			Lower	Upper	
Sebelum dan Setelah	40	1.625	1.296	1.954	0.000

Berdasarkan Tabel 3. diketahui secara *practice* perbedaan perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil trimester I sebelum dan setelah diberikan konseling rata-rata sebesar 1.625.

Hal ini berarti bahwa peningkatan nilai rata-rata sebelum dan setelah konseling sebesar 1.625. Selisih perbedaan sebelum dan setelah konseling antara 1.296 sampai dengan 1.954.

**Tabel 4. Model Hasil Analisis Regresi Sikap Ibu Hamil dengan Karakteristik Responden**

Variabel	Model I OR (95% CI)	Model II OR (95% CI)	Model III OR (95%CI)
Pendidikan	1.114 (0.550-1.678)	1.209 (0.513-1.906)	1.308 (0.609-2.008)
Pekerjaan		-0.268 (-1.391-0.855)	-0.243 (-1.339-0.852)
Paritas			0.762 (-0.126-1.651)
N	40	40	40
R <sup>2</sup>	0.296	0.301	0.355
Costanta	41.732	41.843	39.530

Berdasarkan Tabel 4. menunjukkan hasil uji statistik tersebut dapat disimpulkan bahwa pendidikan, pekerjaan dan paritas mempengaruhi sikap ibu hamil. Dari tiga model tersebut juga dapat diketahui model yang diambil yaitu

model III, hal ini dikarenakan mempunyai R Square yang lebih tinggi yaitu 0,355 yang berarti pendidikan, pekerjaan dan paritas mempunyai pengaruh terhadap sikap ibu hamil sebesar 35,5%.

**Tabel 5. Model Hasil Analisis Regresi Perilaku dengan Karakteristik Responden**

Variabel	Model I OR (95% CI)	Model II OR OR (95% CI)	Model III OR (95%CI)
Pendidikan	-0.033 (-0.179-0.113)	0.040 (-0.136-0.216)	0.062 (-0.112-0.237)
Pekerjaan		-0.203 (-0.487-0.080)	-0.198 (-0.476-0.080)
Paritas			0.181 (-0.045-0.406)
N	40	40	40
R <sup>2</sup>	0.005	0.059	0.123
Costanta	8.302	8.386	7.837

Berdasarkan Tabel 5. menunjukkan hasil uji statistik tersebut dapat disimpulkan bahwa pendidikan, pekerjaan dan paritas mempengaruhi perilaku ibu hamil. Dari tiga model tersebut juga dapat diketahui model yang diambil yaitu model III, hal ini dikarenakan mempunyai R Square yang lebih tinggi yaitu 0.123 yang berarti pendidikan, pekerjaan dan paritas mempunyai pengaruh terhadap perilaku ibu hamil sebesar 12.3%.

#### **Kualitatif : Sikap**

Dalam tema ini terdapat 2 sub tema yaitu “pemeliharaan kesehatan kehamilan” dan “pemenuhan kebutuhan nutrisi ibu hamil”. Sub tema “pemeliharaan kesehatan kehamilan” menggambarkan tentang sikap ibu dalam menjaga kebersihan diri,

makanan dan lingkungan, menjaga kesehatan, pola makan. Sub tema “pemenuhan kebutuhan nutrisi ibu hamil” menggambarkan tentang sikap ibu dalam memenuhi kebutuhan nutrisi selama hamil.

#### **Perilaku**

Dalam tema ini terdapat 5 sub tema yaitu “pengalaman ibu hamil dalam memelihara kehamilan setelah konseling”, “pemenuhan kebutuhan nutrisi”, “pengalaman

mengonsumsi vitamin selama hamil”, “dukungan suami, orang tua, mertua dan keluarga”, “pemenuhan kebutuhan istirahat”.

Sub tema “pengalaman ibu hamil dalam memelihara kehamilan setelah konseling” mendeskripsikan pengalaman ibu menjaga kehamilannya setelah diberikan konseling anemia.

Sub tema “pemenuhan kebutuhan nutrisi” menggambarkan tentang perilaku ibu hamil dalam memenuhi kebutuhan nutrisinya yaitu frekuensi makan, makanan apa saja yang dikonsumsi selama hamil.

Sub tema “pengalaman mengonsumsi vitamin selama hamil” mendeskripsikan pengalaman ibu dalam mengonsumsi vitamin yaitu dengan mengonsumsi zat besi dengan air putih saja/ dibarengi teh atau kopi, serta waktu konsumsi vitamin.

Sub tema “dukungan suami, orang tua, mertua dan keluarga” mendeskripsikan pengalaman ibu mendapatkan dukungan seperti diingatkan makan, minum obat, serta komunikasi yang baik dengan suami, orang tua, mertua dan keluarga.

Sub tema “pemenuhan kebutuhan istirahat” mendeskripsikan pengalaman ibu dalam memenuhi kebutuhan



istirahatnya sehari-hari mulai dari kebutuhan istirahat siang, tidur malam, maupun kebiasaan bergadang.

## PEMBAHASAN

### **Pengaruh Sikap Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil Sebelum dan Setelah diberikan Konseling**

Hasil uji statistik dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh sikap pencegahan anemia pada ibu hamil sebelum dan setelah diberikan konseling pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Semanu 1 Gunung Kidul. Perubahan sikap responden karena keberhasilan konseling yang diberikan. Keberhasilan konseling dipengaruhi seperti faktor konselor yang berkompeten akan memberikan pengaruh pada perubahan sikap seseorang. Selain faktor kompeten konselor harus memiliki kompetensi dalam berkomunikasi. Hal ini sesuai dengan teori (Harahap, 2019) bahwa komunikasi dikatakan efektif apabila ada sikap dan perilaku yang kompeten dari kedua belah pihak. Faktor lain yaitu cara pembawaan diri yang dibawakan oleh konselor dalam menyampaikan konseling.

Perubahan sikap responden dipengaruhi dengan adanya konseling yang diberikan kepada responden. Hal ini sejalan dengan penelitian (Nadia H.Ahamed et al., 2018) bahwa dijumpai sepertiga wanita mengalami anemia defisiensi besi dengan sikap dan pengetahuan rendah. Untuk mengatasi anemia defisiensi besi tersebut, maka dilakukan peningkatan pendidikan kesehatan dalam perawatan antenatal yang berfokus pada asupan makanan kaya zat besi untuk meningkatkan kesadaran ibu hamil tentang pencegahan anemia melalui media massa.

Pemberian konseling akan berpengaruh pada pengetahuan ibu hamil. Hal ini dikuatkan oleh penelitian (Egryani, Saktini., F, Susilaningsih., 2017) bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan pra dan pasca intervensi ibu hamil tentang anemia, artinya pemberian konseling mempengaruhi pengetahuan ibu hamil tentang anemia.

### **Pengaruh Perilaku Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil Sebelum dan Setelah diberikan Konseling**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil sebelum dan setelah diberikan konseling pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Semanu 1 Gunung Kidul. Perilaku responden mengalami peningkatan sesudah diberikan konseling. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku ibu hamil yaitu pendidikan, kebudayaan, lingkungan, social ekonomi dan peningkatan pengetahuan.

Konseling adalah proses pembelajaran melalui pertumbuhan, perkembangan, atau perubahan sikap dan perilaku kepada individu, kelompok, atau masyarakat yang lebih dewasa. Informasi yang didapatkan selama konseling digunakan sebagai dasar untuk memutuskan apa yang harus dilakukan dan memberikan dasar untuk mempertimbangkan pilihan positif dan negative (Nurul Hartini, 2016).

Menurut (Setiawan, 2018) mengungkapkan bahwa konseling membantu ibu untuk memperoleh bukan saja kemampuan minat dan kesempatan melainkan juga emosi dan sikap yang bisa mempengaruhi perilakunya dalam menentukan pilihan dan pengambilan keputusan.

### **Analisis Mendalam Faktor Perubahan Sikap dan Perilaku**

### **Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil Trimester I Setelah diberikan Konseling.**

Hasil analisis kualitatif didapatkan bahwa ada perubahan sikap dan perilaku ibu hamil trimester I terhadap pencegahan anemia setelah diberikan konseling. Berdasarkan hasil wawancara mendalam, selain faktor pendidikan, pekerjaan dan paritas, ada faktor lain yang mempengaruhi sikap dan perilaku ibu hamil yaitu faktor budaya minum teh, asupan nutrisi, dukungan dari suami, orangtua, keluarga serta kesadaran diri akan pentingnya menjaga kesehatan selama kehamilan.

#### **Budaya Minum Teh pada Ibu Hamil**

Hasil wawancara mendalam didapatkan bahwa masih adanya budaya minum teh pada ibu hamil setiap hari, sebelum tidur bahkan setelah minum tablet zat besi, namun setelah diberikan konseling ibu sudah mulai tidak mengkonsumsi teh maupun kopi karena sudah mengetahui dampak buruknya bagi kesehatan ibu hamil. Hal ini sejalan dengan penelitian (Rosita et al., 2019) bahwa memperlihatkan hubungan antara kebiasaan minum teh dengan kejadian anemia. Hasil penelitiannya mengungkapkan bahwa dari 38 responden ibu hamil terdapat 16 ibu hamil yang mengkonsumsi teh setelah makan dan ada 13 ibu hamil yang mengalami anemia, sedangkan responden yang tidak mengkonsumsi teh terdapat 22 orang dan yang mengalami anemia sebanyak 9 orang, yang berarti adanya hubungan antara kebiasaan minum teh setelah makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Semakin terbiasa minum teh setelah makan maka semakin besar peluang terjadinya Anemia.

Menurut Leininger dalam (McFarland & Wehbe-Alamah,

2019), nilai-nilai budaya dan gaya hidup (*cultural and life ways*) dapat mempengaruhi terjadinya anemia pada ibu hamil, yaitu dengan kebiasaan makan yang kurang baik, serta mengkonsumsi makanan-makanan pantangan selama hamil.

#### **Asupan Nutrisi Ibu Hamil**

Hasil wawancara mendalam didapatkan bahwa sebagian besar ibu hamil lebih banyak mengkonsumsi sumber makanan nabati dari pada hewani. Selain itu, konsumsi jenis makanan terlihat kurang bervariasi antara sayuran, lauk, maupun buah-buahan. Lauk-pauk yang dikonsumsi sehari-hari banyak dari tahu dan tempe yang memiliki daya serap zat besi rendah. Untuk jenis makanan dengan daya serap zat besi tinggi seperti ikan, ayam, dan daging jarang dikonsumsi. Sebagian besar ibu hamil juga mengkonsumsi teh setiap pagi dan malam. Hal ini dijumpai karena dipengaruhi oleh masalah ekonomi dan budaya ibu hamil di wilayah Puskesmas Semanu 1.

Menurut (Yuliati et al., 2017) mengungkapkan bahwa protein hewani dan protein nabati merupakan suatu zat yang sangat penting bagi tubuh karena merupakan sumber protein dan berfungsi sebagai bahan bakar dalam tubuh dan sebagai zat pembangun.

Kekurangane keragaman menu dan jumlah makanan yang dikonsumsi sehari-hari cukup memberi pengaruh pada keadaan gizi seseorang dan juga status anemia.

Hal ini sesuai dengan penelitian (Zerfu et al., 2016) yang mengungkapkan bahwa kelompok wanita yang mengonsumsi susu, makanan yang mengandung protein hewani, buah-buahan, dan sayuran termasuk yang kaya vitamin A lebih tinggi angka kecukupan gizinya dibandingkan pada kelompok yang



tidak mengonsumsi susu, protein hewani, buah-buahan, dan sayuran.

### **Dukungan Suami, Orang Tua, dan Keluarga**

Pada penelitian ini didapatkan hasil wawancara mendalam tentang dukungan suami dan orang tua yaitu ada ibu hamil yang mengungkapkan bahwa suaminya cuek dengan kehamilannya, jika ngomong hanya masalah yang penting saja.

Menurut (Wiradnyani et al., 2016) dalam penelitiannya bahwa adanya pengaruh dukungan anggota keluarga khususnya suami terhadap pengetahuan tentang resiko kehamilan dan kepatuhan mengonsumsi zat besi pada ibu hamil, terutama di kalangan ibu hamil yang berpendidikan rendah. Anggota keluarga harus didorong untuk terlibat secara aktif sebagai mitra perempuan saat hamil serta untuk diskusi tentang kehamilan dan masalah persalinan juga sebagai pengingat untuk konsumsi tablet tambah darah. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian (Ratnasari, 2017) yang mengatakan bahwa suami merupakan pendukung utama (*main supporter*) pada masa kehamilan. Dukungan suami, orang tua dan keluarga pada masa kehamilan telah terbukti dapat meningkatkan kesiapan ibu dalam menghadapi kehamilan dan proses persalinan.

### **Kesadaran Diri Ibu Hamil terhadap Pentingnya Menjaga Kesehatan Selama Kehamilan.**

Hasil wawancara mendalam didapatkan bahwa sebagian besar ibu hamil setelah diberi konseling lebih menjaga kesehatan kehamilannya antara lainnya merubah kebiasaan buruk seperti kebiasaan minum teh, bergadang makan makanan yang bergizi.

Penelitian (Jose et al., 2016) mengatakan bahwa tingkat pengetahuan ibu dapat mempengaruhi kesadaran diri ibu

hamil terhadap pentingnya menjaga kesehatan kehamilan yang ditandai dengan adanya perubahan sikap dan perilaku yang lebih positif dalam mengatasi anemia pada kehamilan. Hal ini didukung oleh penelitian (Anitasari B. Tandiana A, 2018) mengungkapkan bahwa memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu hamil, dapat mempengaruhi sikap dan perilakunya yaitu dengan merubah gaya hidupnya menjadi lebih positif, baik dari pemenuhan kebutuhan nutrisi maupun aktifitas fisik ibu hamil.

### **KESIMPULAN**

Ada pengaruh sikap dan perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil trimester I sebelum dan setelah diberikan konseling. Diharapkan peneliti selanjutnya untuk mengkaji variabel lain antara lain faktor lingkungan, sosial ekonomi, agama, media masa yang mempengaruhi sikap dan perilaku ibu hamil lebih dalam.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Alderson, K. G. (2019). *Addictions Counseling Today: Substances and Addictive Behaviors*. SAGE Publications.
- Anitasari B. Tandiana A. (2018). The Influence of Health Education on Knowledge and Attitudes of Pregnant Women About Fulfilling Nutritional Needs During Pregnancy in the Work Area of the South Wara Health Center in Palopo City. *Journal Article, 01*, 99-106.
- Azwar. (2015). *Sikap Manusia: teori dan Pengukurannya*. Pustaka Pelajar.
- Creswell, J. W. (2018). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran* (Keempat). Pustaka Pelajar.

- Dewi, M. D. H., & Selanty, N. (2017). *Konseling nutrisi untuk ibu hamil anemia*. Departemen Kardiologi dan Kedokteran Vaskular Fakultas Kedokteran UNPAD.
- Dinkes, P. D. (2017). Profil Kesehatan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. *Profil Kesehatan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta*.
- Egryani, Saktini., F, Susilaningih., N. (2017). The Effect of One-to-one Counseling to Pregnant Women's Knowledge about Anemia in Semarang. *Journal of Physics: Conference Series*, 755(1), 0-7. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/755/1/011001>
- Girard, A. W., & Olude, O. (2012). Nutrition education and counselling provided during pregnancy: Effects on maternal, neonatal and child health outcomes. *Paediatric and Perinatal Epidemiology*, 26(SUPPL. 1), 191-204. <https://doi.org/10.1111/j.1365-3016.2012.01278.x>
- Harahap, R. A. (2019). *Buku Ajar Komunikasi Kesehatan* (F. E. Putra (ed.)). Prenada Media.
- Jose, S., Antony, S. C., & Isaac, B. R. (2016). Impact of knowledge, attitude and practice on anemia status among women in coastal Kochi, Kerala. *International Journal of Multidisciplinary and Current Research*, 4(April), 295-298. <http://ijmcr.com>
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689-1699.
- McFarland, M. R., & Wehbe-Alamah, H. B. (2019). Leininger's Theory of Culture Care Diversity and Universality: An Overview With a Historical Retrospective and a View Toward the Future. *Journal of Transcultural Nursing*, 30(6), 540-557. <https://doi.org/10.1177/1043659619867134>
- Nadia H.Ahamed, Safaa A.M. Kotb, & Rabaa. H Hassanen. (2018). Knowledge and Attitude of Pregnant Women about IDA. *IOSR Journal of Nursing and Health Science*, 7(3), 49-58. <https://doi.org/10.9790/1959-0703064958>
- Notoatmodjo., S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurul Hartini, A. D. A. (2016). *Psikologi Konseling (Perkembangan dan Penerapan Konseling dalam Psikologi)*. Airlangga University Press.
- Ratnasari, P. (2017). *Hubungan Dukungan Suami dalam Mengonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sanden*. Yogyakarta.
- Reni Yuli Astuti, D. E. (2018). *Anemia dalam Kehamilan*. Pustaka Abadi.
- Rosita, Sumarni, & H, R. J. (2019). Hubungan Kebiasaan Minum Teh Setelah Makan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Pallangga. *Sains, Seminar Nasional Penelitian, Lembaga Pengabdian, D A N Uit, Masyarakat*, 4-12.
- Setiawan, M. A. (2018). *Pendekatan-Pendekatan Konseling (Teori Dan Aplikasi)* (Ngalimun (ed.)). Deepublish.
- Suryani, D. (2019). The Effect of Counseling in Efforts to Prevent and Control Non-Communicable Diseases. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(3), 297-302.
- Wiradnyani, L. A. A., Khusun, H., Achadi, E. L., Ocviyanti, D., &

- Shankar, A. H. (2016). Role of family support and women's knowledge on pregnancy-related risks in adherence to maternal iron-folic acid supplementation in Indonesia. *Public Health Nutrition*, 19(15), 2818-2828. <https://doi.org/10.1017/S1368980016001002>
- Yuliati, H., Widajanti, L., & Aruben, R. (2017). Hubungan Tingkat Kecukupan Energi, Protein, Besi, Vitamin C dan Suplemen Tablet Besi dengan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester II dan III (di Wilayah Kerja Puskesmas Purwanegara 2 Kabupaten Banjarnegara). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(4), 675-683. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Zerfu, T. A., Umeta, M., & Baye, K. (2016). Dietary diversity during pregnancy is associated with reduced risk of maternal anemia, preterm delivery, and low birth weight in a prospective cohort study in rural Ethiopia. *American Journal of Clinical Nutrition*, 103(6), 1482-1488. <https://doi.org/10.3945/ajcn.115.116798>