

BAB II

TINJUAN PUSTAKA

A. Anemia

1. Definisi Anemia

Anemia adalah kondisi dimana berkurangnya sel darah merah (eritrosit) dalam sirkulasi darah atau massa hemoglobin sehingga tidak mampu memenuhi fungsinya sebagai pembawa oksigen keseluruh jaringan. Menurut Kementrian Kesehatan, anemia merupakan keadaan tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari keadaan normal. Kondisi normal kadar hemoglobin (Hb) pada laki – laki yaitu 14 g/dL jika kadar hemoglobin <14 g/dL dan <41%, maka laki – laki tersebut dinyatakan anemia. Demikian juga pada wanita, yang memiliki kadar hemoglobin <12 g/dL dan eritrosit <37%, maka wanita itu dinyatakan anemia (Priyanti et al., 2020).

Hemoglobin adalah salah satu komponen yang ada di dalam sel darah merah yang berfungsi untuk mengikat oksigen (O₂) dan menyalurkan ke seluruh sel jaringan tubuh. Oksigen ini memiliki fungsi untuk membantu menghasilkan energi yang dibutuhkan oleh tubuh sehingga jika kekurangan oksigen di dalam jaringan otak dan otot akan menimbulkan gejala seperti penurunan konsentrasi dan penurunan kekuatan fisik pada saat melakukan aktivitas (Mustika Dewi et al., 2021).

2. Kriteria Anemia

Tabel 2. 1 Klasifikasi Anemia Menurut Kelompok Umur

Populasi	Non Anemia (g/dL)	Anemia (g/dL)		
		Ringan	Sedang	Berat
Anak 6 – 59 bulan	11	10,0 – 10,9	7,0 – 9,9	< 7,0
Anak 5 – 11 tahun	11,5	11,0 – 11,4	8,0 – 10,9	< 8,0
Anak 12 – 14 tahun	12	11,0 – 11,9	8,0 – 10,9	< 8,0
WUS ($\geq$ 15 tahun)	12	11,0 – 11,9	8,0 – 10,9	< 8,0
Ibu Hamil	11	10,0 – 10,9	7,0 – 9,9	< 7,0
Laki – laki $\geq$ 15 tahun	13	11,0 – 12,9	8,0 – 10,9	< 8,0

Sumber: WHO 2011 dalam Mustika Dewi et al., 2021

B. Anemia Pada Masa Kehamilan

1. Definisi Anemia Pada Masa Kehamilan

Anemia pada masa kehamilan adalah keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) pada ibu hamil di < 11g/dl. Sedangkan menurut Rosyidah et al 2019, anemia dalam kehamilan yaitu keadaan ibu yang memiliki kadar haemoglobin <11 gr% pada trimester I dan III atau kadar < 10,5 gr% pada trimester II. Anemia ini bisa terjadi pada balita, remaja, wus, dan ibu hamil. Menurut World Health Organization, anemia pada kehamilan ditegakkan apabila kadar hemoglobin (Hb) <11 g/dL. Sedangkan menurut *center of disease control and prevention* mendefinisikan anemia sebagai kondisi dengan kadar Hb <11 g/dL para trimester pertama dan ketiga, Hb

<10,5 g/dL pada trimester kedua, serta <10 g/dL pada pasca persalinan (Kemenkes, 2022).

Selama masa kehamilan, terjadi proses pembentukan jaringan tubuh janin, pembentukan organ tubuh janin, dan proses produksi energi agar ibu hamil tetap bisa beraktifitas normal sehari-hari. Oleh karena itu, ibu hamil membutuhkan lebih banyak membutuhkan zat besi dibandingkan ibu tidak hamil. Jika kebutuhan zat besi tidak terpenuhi maka akan mengakibatkan anemia pada masa kehamilan.

Anemia yang paling sering dijumpai pada kehamilan yaitu anemia akibat kekurangan zat besi yang disebabkan karena kurangnya asupan unsur besi dalam makanan, gangguan penyerapan, peningkatan kebutuhan zat besi atau karena banyaknya zat besi yang keluar dari tubuh, misalnya perdarahan. Wanita hamil membutuhkan zat besi sekitar 27 mg perhari atau 2 kali lipat dari kebutuhan wanita dewasa lainnya. Jarak kehamilan pun berpengaruh terhadap kejadian anemia pada saat kehamilan. Kehamilan yang berulang dalam waktu singkat akan menguras cadangan zat besi ibu. Pengaturan jarak kehamilan yang baik minimal dua tahun sekali, maka penting untuk diperhatikan sehingga badan ibu siap untuk menerima janin kembali tanpa harus menghabiskan cadangan zat besinya (Priyanti et al., 2020).

2. Klasifikasi Anemia Pada Kehamilan

Menurut Ikhsan 2009 dalam Priyanti et al (2020), klasifikasi anemia pada kehamilan terbagi menjadi beberapa macam yaitu sebagai berikut:

a. Anemia Defisiensi Zat Besi

1) Pengertian

Anemia defisiensi zat besi adalah anemia yang terjadi akibat kekurangan zat besi dalam darah. Anemia ini terjadi pada sekitar 62,3% pada kehamilan, maka anemia defisiensi zat besi ini yang paling sering dijumpai pada masa kehamilan.

Pada keadaan normal, kebutuhan besi harian tubuh berguna untuk menggantikan besi yang hilang lewat keringat, air mata, urin, serta yang telah digunakan untuk pertumbuhan. Kebutuhan besi harian berbeda pada setiap kehidupan manusia. Berikut kebutuhan harian menurut kelompok umur:

Tabel 2. 2 Kebutuhan Besi Harian

Kelompok Umur	Laki - laki	Perempuan	Hamil	Menyusui
0-5 bulan	0,3 mg	0,3 mg		
6-11 bulan	11 mg	11 mg		
1-3 tahun	7 mg	7 mg		
4-9 tahun	10 mg	10 mg		
10-12 tahun	8 mg	8 mg		
13-18 tahun	11 mg	15 mg		
19-49 tahun	9 mg	18 mg	27 mg	18 mg
50-80 tahun	9 mg	8 mg		

Sumber: (Prof. Dr. dr. Wibowo Noroyono et al., 2021)

Pada wanita usia reproduktif, kebutuhan besi meningkat karena menstruasi. Pada ibu hamil ini memerlukan zat besi sebanyak 27 mg/hari karena pada kehamilan, peningkatan kebutuhan besi sangat tinggi yang disebabkan oleh:

- a) pertumbuhan janin dan plasenta;
- b) meningkatnya volume darah ibu, serta;
- c) perdarahan yang dialami saat melahirkan. Walaupun begitu, kebutuhan besi akan berbeda tergantung dari fase kehamilan itu sendiri.

2) Tanda dan Gejala

- a) Rambut rapuh dan halus;
- b) kuku tipis, rata, dan mudah patah;
- c) Lidah tampak pucat, licin, dan mengkilat, berwarna merah daging, stomatitis angularis, pecah-pecah disertai kemerahan;
- d) Nyeri disudut mulut.

b. Anemia Megaloblastik

1) Pengertian

Anemia Megaloblastik merupakan anemia ini yang disebabkan oleh defisiensi asam folat atau defisiensi vitamin B12. Namun lebih rentan terjadi karena defisiensi asam folat

dibandingkan dengan B12. Anemia ini terjadi sekitar 29% pada masa kehamilan.

2) Tanda dan Gejala

- a) Malnutrisi;
- b) Glositis berat (lidah meradang, nyeri);
- c) Diare;
- d) Kehilangan nafsu makan;

c. Anemia Hipoplastik/Aplastik

1) Pengertian

Anemia Hipoplastik merupakan anemia yang terjadi akibat ketidakmampuan sumsum tulang membentuk sel-sel darah. Kegagalan tersebut disebabkan kerusakan primer system sel mengakibatkan anemia, leukopenia dan trombositopenia (pansitopenia). Anemia ini terjadi pada sekitar 8% pada masa kehamilan, anemia hipoplastik di masa kehamilan, akan sembuh dengan sendirinya jika masa nifas telah selesai.

d. Anemia Hemolitik

1) Pengertian

Anemia hemolitik terjadi dimana terjadi peningkatan hemolysis dari eritrosit, sehingga usianya lebih pendek. Anemia ini biasa terjadi 5% dari jenis anemia, bersifat

herediter, hemoglobin abnormal, membrane eritrosit rusak, thalassemia, terjadi infeksi.

2) Tanda dan Gejala

Anemia, demam, gangguan neurologi, thalassemia, kelemahan, pucat, hepatomegaly, kekuningan, defisiensi folat.

3. Faktor Penyebab Anemia dalam Kehamilan

Menurut Kementerian Kesehatan RI, 2023 faktor penyebab anemia dalam kehamilan itu ada 3 yaitu:

- a. Pada ibu hamil, akan terjadi pembesaran organ tertentu seperti pada payudara, uterus, pembentukan plasenta, dan peningkatan jumlah darah;
- b. Pertumbuhan janin yang ada di dalam kandungan semakin besar, pada keadaan ini menyebabkan peningkatan kebutuhan gizi khususnya zat besi;
- c. Pendarahan akibat melahirkan.

Faktor penyebab anemia pada kehamilan ini umumnya karena kekurangan kebutuhan zat besi pada ibu, namun selain itu ada beberapa faktor yang mempengaruhinya. Berdasarkan Priyanti et al (2020) terdapat 3 faktor penyebab anemia pada kehamilan yaitu:

a. Faktor Langsung

1) Kecukupan Zat Besi

Kekurangan zat besi di dalam tubuh disebabkan karena kurangnya mengkonsumsi sumber makanan yang mengandung tinggi akan zat besi. Meskipun makanan tercukupi namun makanan tersebut bioavailabilitas besinya rendah sehingga penyerapan zat besi oleh tubuh lebih sedikit, dan makanan yang dimakan mengandung zat penghambat penyerapan zat besi.

2) Kebutuhan Asupan Gizi

Pada kondisi tertentu seperti pada remaja, wanita usia subur (WUS), ibu hamil, dan ibu menyusui membutuhkan asupan gizi yang cukup tinggi terutama zat besi. Karena pada kondisi tersebut terjadi peningkatan kebutuhan gizi.

3) Infeksi Penyakit

Ada beberapa infeksi penyakit yang dapat menimbulkan resiko anemia yaitu cacing dan malaria.

b. Faktor Tidak Langsung

1) Usia

Usia ibu hamil yang tergolong masih muda (< 20 tahun) kurang siap dalam mempersiapkan kebutuhan yang diperlukan untuk tumbuh kembang janin. Selain usia ibu yang terlalu muda, pada ibu hamil dengan usia cukup tua ($>$

30 tahun) kemungkinan besar akan mengalami anemia karena cadangan zat besi yang tersimpan di dalam tubuhnya mulai mengalami penurunan.

2) Paritas

Paritas merupakan jumlah kehamilan yang dapat menghasilkan janin hidup diluar rahim. Paritas dengan jumlah ≥ 3 akan menjadi faktor penyebab terjadinya anemia karena jarak kehamilan yang terlalu dekat yaitu < 2 tahun dapat mengurangi cadangan zat besi yang ada di dalam tubuh.

3) Kunjungan *Antenatal Care*

Antenatal care merupakan pemantauan janin sebelum lahir (persalinan) terutama mengenai pertumbuhan dan perkembangan janin di dalam kandungan (Manuaba, 1998). Menurut Arisman 2004, kasus anemia defisiensi gizi umumnya disertai dengan malnutrisi dan infestasi parasit, hal ini disebabkan karena ibu tidak mau menjalani pemantauan kehamilan. Jika ibu rutin melaksanakan *antenatal care*, maka kemungkinan besar kejadian anemia dapat terdeteksi sejak awal, karena gejala anemia pada tahap awal ini tidak menimbulkan gejala yang signifikan dan mulai terlihat dan terasa pada stadium lanjut.

c. Faktor Mendasar

1) Pengetahuan

Seseorang biasanya mendapatkan pengetahuan atau informasi dari pengalaman yang berasal dari berbagai sumber misalnya media masa, media elektronik, buku petunjuk kesehatan, kerabat dekat dan sebagainya (Istiarti, 2000). Ibu hamil dengan pengetahuan rendah mengenai kebutuhan gizi terutama zat besi akan mempengaruhi konsumsi tablet tambah darah dan juga pemilihan makanan dengan sumber zat besi yang rendah. Sebaliknya ibu dengan pengetahuan yang cukup baik akan memiliki pola makan yang baik pula dalam pemenuhan zat besi (Arisman, 2004).

Pengetahuan sangat berkaitan dengan tingkat pendidikan seseorang, semakin tinggi pendidikan yang dicapai maka ilmu pengetahuan akan semakin banyak didapat oleh seseorang, maka ibu dengan pendidikan yang rendah umumnya akan kurang memahami apa itu anemia dengan faktor penyebabnya, kurang mempunyai atau *mengeksplore* informasi mengenai anemia dan penanggulangannya, kurang bisa memilih bahan makanan yang bergizi, khususnya makanan yang mengandung tinggi akan zat besi, dan kurang menggunakan pelayanan kesehatan yang tersedia.

2) Ekonomi

Perilaku seseorang pada bidang kesehatan sangat dipengaruhi oleh latar belakang sosial ekonomi. Di negara berkembang, sekitar 2/3 ibu hamil diperkirakan menderita anemia (Priyanti et al., 2020).

Dengan ekonomi yang rendah maka akan mengakibatkan:

- a) Kurang mampu membeli makanan yang bergizi sehingga berpengaruh terhadap pola konsumsi ibu terhadap makanan yang tinggi zat besi maupun makanan yang dapat membantu penyerapan zat besi;
- b) Kurang mempunyai akses terhadap pelayanan kesehatan yang tersedia.

4. Dampak Anemia pada Kehamilan

Risiko pada masa antenatal yaitu berat badan kurang, plasenta previa, eklamsia, ketuban pecah dini. Anemia pada masa intranatal dapat terjadi tenaga untuk mengedan lemah, perdarahan intranatal, shock, dan masa pascanatal dapat terjadi subinvolusi. Sedangkan komplikasi yang dapat terjadi pada neonatus yaitu premature, apgar scor rendah, gawat janin. Bahaya anemia pada ibu hamil saat persalinan, dapat menyebabkan gangguan his primer, sekunder, janin lahir dengan anemia, persalinan dengan tindakan – tindakan tinggi karena ibu cepat lelah dan gangguan perjalanan persalinan perlu tindakan operatif. Anemia kehamilan dapat

menyebabkan kelemahan dan kelelahan sehingga akan mempengaruhi ibu saat mengedan untuk melahirkan bayi. Bahaya pada Trimester II dan trimester III, anemia dapat menyebabkan terjadinya partus premature, perdarahan ante partum, gangguan pertumbuhan janin dalam rahim, asfiksia intra partum sampai kematian, gestosis dan mudah terkena infeksi, dan dekomposisi kordis hingga kematian ibu. Pada saat nifas terjadi subinvolution uteri yang menimbulkan perdarahan postpartum, memudahkan infeksi puerperium, pengeluaran ASI berkurang, dekomposisi kordis mendadak setelah persalinan, anemia kala nifas, mudah terjadi infeksi mammae (Mustika Dewi et al., 2021).

Berdasarkan Kementerian Kesehatan tahun 2023, anemia defisiensi zat besi pada masa kehamilan dapat berdampak pada:

- a. Risiko terjadinya komplikasi pendarahan pada saat melahirkan sehingga dapat meningkatkan risiko kematian ibu;
- b. Menurunnya kekebalan daya tahan tubuh yang dapat menyebabkan mudah terkena penyakit infeksi;
- c. Dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan janin seperti:
 - 1) Bayi lahir premature;
 - 2) Berat badan lahir rendah (BBLR);
 - 3) Panjang badan lahir rendah (PBLR);

- 4) Risiko mudah terkena penyakit dan anemia pada bayi sehingga menyebabkan kematian bayi;
- 5) Risiko stunting pada bayi dan anak usia <2 tahun (1000 HPK);
- 6) Dalam jangka panjang akan berdampak terhadap penurunan kecerdasan dan meningkatkan penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes, dan stroke yang berdampak kepada 3 generasi dari ibu sampai ke cucunya.

5. Tanda dan Gejala Anemia Pada Masa Kehamilan

Berikut adalah tanda dan gejala anemia pada kehamilan menurut Priyanti et al 2020, yaitu mudah lelah, sering pusing, mata berkunang – kunang, malaise, luka pada lidah, nafsu makan berkurang (anoreksia), konsentrasi menurun, napas menjadi pendek (terjadi pada anemia berat) dan mual muntah lebih parah daripada kehamilan muda. Tanda tanda anemia pada kehamilan:

- a. Peningkatan kecepatan denyut jantung karena tubuh berusaha memberi oksigen lebih banyak ke jaringan;
- b. Peningkatan kecepatan pernapasan karena tubuh berusaha menyediakan lebih banyak oksigen kepada darah;
- c. Pusing, akibat berkurangnya darah ke otak;
- d. Terasa lelah karena meningkatnya oksigenasi berbagai organ termasuk otot jantung dan rangka;
- e. Kulit pucat karena berkurangnya oksigenasi;

- f. Mual akibat penurunan aliran darah saluran cerna dan susunan saraf pusat;
- g. Penurunan kualitas rambut dan kulit;
- h. Apabila sel darah putih dan trombosit juga terkena, maka gejala – gejala akan bertambah dengan adanya perdarahan dan mudah timbul memar, infeksi berulang, luka kulit dan selaput lendir yang sulit sembuh.

Gejala anemia pada umumnya disebabkan oleh kurangnya pengangkutan oksigen ke dalam jaringan tubuh akibat rendahnya kadar hemoglobin dalam darah sehingga jaringan yang kekurangan oksigen tidak akan berfungsi dengan optimal. Berikut gejala anemia menurut Kementerian Kesehatan tahun 2023:

- a. Pada Anemia Ringan
 - 1) 5 L (Lemah, lelah, letih, lesu, dan lalai) setelah beraktivitas sehari – hari.
- b. Pada Anemia Sedang
 - 1) Jantung sering berdebar;
 - 2) Lebih sering merasa lelah
 - 3) Timbul sesak nafas;
 - 4) Bibir terlihat pucat.
- c. Anemia Berat
 - 1) Lelah yang berkepanjangan;
 - 2) Menggigil;

- 3) Jantung berdebar lebih cepat;
- 4) Tampak pucat;
- 5) Sesak nafas;
- 6) Nyeri dibagian dada;
- 7) Adanya gangguan fungsi pada organ lainnya.

6. Pencegahan Anemia Pada Masa Kehamilan

Menurut Priyanti et al (2020), pencegahan anemia pada ibu hamil harus dilakukan sedini mungkin dengan cara:

- a. Mengonsumsi pangan lebih banyak dan beragam, contoh sayuran warna hijau, kacang – kacangan, protein hewani, terutama hati.
- b. Mengonsumsi makanan yang kaya akan vitamin C seperti jeruk, tomat, mangga dan lain–lain yang dapat meningkatkan penyerapan zat besi.
- c. Suplemen zat besi atau disebut tablet tambah darah (TTD) yang memang diperlukan pada kondisi tertentu, contohnya pada wanita hamil dan anemia berat. Manfaat zat besi selama kehamilan bukan untuk meningkatkan atau menjaga konsentrasi hemoglobin ibu, atau untuk mencegah kekurangan zat besi pada ibu. Ibu yang mengalami kekurangan zat besi pada awal kehamilan dan tidak mendapatkan suplemen memerlukan sekitar 2 tahun untuk mengisi kembali simpanan zat besi dari sumber-

sumber makanan sehingga suplemen zat besi direkomendasikan sebagai dasar yang rutin (Depkes, 2008).

- d. Penderita anemia ringan sebaliknya tidak menggunakan suplemen zat besi. Lebih cepat penanggulannya dengan mengupayakan perbaikan menu makanan. Misalnya dengan konsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi seperti telur, susu, hati, ikan, daging, kacang – kacangan (tahu, oncom, kedelai, kacang hijau, sayuran berwarna hijau, sayuran berwarna hijau tua (kangkung, bayam) dan buah-buahan (jeruk, jambu biji dan pisang). Selain itu tambahkan substansi yang memudahkan penyerapan zat besi seperti vitamin C, air jeruk, daging ayam dan ikan. Sebaliknya substansi penghambat penyerapan zat besi seperti teh dan kopi patut dihindari.

Ibu hamil juga harus menerapkan diet sehat dan mengkonsumsi makanan yang tinggi akan zat besi dan asam folat seperti:

- 1) Daging sapi, ikan, dan ayam
- 2) Produk susu
- 3) Telur
- 4) Hati ayam
- 5) Kacang-kacangan dan
- 6) Sayuran yang berdaun hijau tua seperti bayam dan brokoli

Ibu hamil juga dapat mengoptimalkan tubuh untuk menyerap zat besi serta asam folat dengan cara mengonsumsi

makanan yang tinggi vitamin C seperti Jeruk, Stroberi, Tomat
Supaya lebih maksimal dan sebaiknya mengkonsumsi sumber zat besi dengan sumber vitamin C itu di waktu yang berdekatan. Misalnya, setelah makan daging sapi atau ayam, sebagai menu penutup lebih baik memakan jeruk. Dengan begitu, zat besi akan diserap lebih baik oleh tubuh karena bantuan vitamin C.

C. Pengetahuan

1. Definisi Pengetahuan

Menurut Nursalam dalam Chusniah Rachmawati (2019), pengetahuan merupakan hasil tahu seseorang terhadap suatu objek yang diperoleh melalui indera yang dimilikinya. Penginderaan dapat terjadi melalui alat panca indera manusia yaitu penglihatan (mata), pendengaran (telinga), penciuman (hidung), rasa (lidah), dan indera peraba (kulit).

2. Tingkat Pengetahuan

Menurut Irwan dalam Pakpahan Martina et al (2021), pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan yaitu:

a. Tahu (*know*)

Pengetahuan yang dimiliki baru sebatas mengingat kembali apa yang telah dipelajari sebelumnya. Kemampuan pengetahuan pada tingkatan ini seperti menguraikan, menyebutkan, mendefinisikan, dan menyatakan suatu objek. Contoh tahapan

ini antara lain: menyebutkan definisi pengetahuan, menyebutkan definisi rekam medis, atau menguraikan tanda dan gejala suatu penyakit.

b. Memahami (*comprehension*)

Pengetahuan pada tahap ini diartikan sebagai suatu kemampuan menjelaskan tentang objek atau sesuatu dengan benar. Artinya seseorang telah memahami materi yang sudah diberikan sehingga mampu menjelaskan, menyimpulkan, dan menginterpretasikan objek atau sesuatu yang telah dipelajarinya tersebut. Contohnya dapat menjelaskan tentang pentingnya zat besi dalam kehamilan.

c. Aplikasi (*application*)

Pengetahuan yang dimiliki pada tahap ini yaitu keadaan dimana seseorang dapat menerapkan materi yang telah dipelajarinya pada situasi yang nyata atau sebenarnya (*real*). Misalnya dapat menggunakan rumus statistik dalam perhitungan-perhitungan hasil penelitian, dapat menggunakan prinsip-prinsip siklus pemecahan masalah/problem solving cycle di dalam pemecahan masalah dari kasus yang diberikan

d. Analisis (*analysis*)

Kemampuan seseorang untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen yang ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari

penggunaan kata-kata kerja: dapat menggambarkan atau membuat bagan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

e. Sintesis (*synthesis*)

Kemampuan seseorang dalam mengaitkan berbagai elemen atau unsur pengetahuan yang ada menjadi suatu pola baru yang lebih menyeluruh. Kemampuan sintesis ini seperti menyusun, merencanakan, mengkategorikan, mendesain, dan menciptakan hal baru. Misalnya : dapat menyusun, dapat merencanakan, dapat meringkaskan, dapat menyesuaikan, dan sebagainya terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Evaluasi dapat digambarkan sebagai proses merencanakan, memperoleh, dan menyediakan informasi yang sangat diperlukan untuk membuat alternatif keputusan.

Menurut Arikunto dalam Chusniah Rachawati (2019), pengetahuan dapat dibedakan menjadi tiga kategori yaitu baik, cukup dan kurang. Berikut skala pengetahuan yaitu:

- a. Baik jika hasil presentase 76%-100%
- b. Cukup jika hasil presentase 56%-75%
- c. Kurang jika hasil presentase 40-50%

3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Sudarminta dalam Chusniah Rachmawati (2019), faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah ingatan, kesaksian, minat, rasa ingin tahu, pikiran dan penalaran, logika, bahasa dan kebutuhan manusia Sedangkan menurut Notoatmodjo dalam Rachmawati 2019 memaparkan bahwa faktor - faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah tingkat pendidikan, informasi, budaya, dan pengalaman.

Menurut teori Lawrence Green yaitu ‘Precede dan Proceed’ dalam Pakpahan et al., 2021, menyebutkan bahwa kesehatan seseorang dipengaruhi oleh 3 faktor yaitu:

a. Faktor – Faktor Predisposisi

Faktor – faktor yang mempermudah terjadinya perilaku seseorang. Faktor-faktor ini terwujud dalam pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai, norma sosial, budaya, dan faktor sosiodemografi.

b. Faktor – Faktor Enabling

Faktor – faktor yang memfasilitasi suatu perilaku. Yang termasuk kedalam faktor pendukung adalah sarana dan prasarana kesehatan.

c. Faktor-Faktor Reinforcing

Faktor – faktor yang mendorong atau memperkuat terjadinya suatu perilaku. Faktor-faktor ini terwujud dalam sikap

dan perilaku petugas kesehatan atau petugas lain yang merupakan kelompok referensi perilaku masyarakat.

Dari teori Precede dan Proceed diketahui bahwa salah satu cara untuk mengubah perilaku adalah dengan melakukan intervensi terhadap faktor predisposisi yaitu mengubah pengetahuan, sikap dan persepsi terhadap masalah kesehatan melalui kegiatan pendidikan kesehatan.

4. Pengetahuan Ibu Hamil Mengenai Anemia

Penelitian Wulandari I tahun 2018 mengatakan bahwa ibu dengan pengetahuan baik juga mengalami anemia sebanyak 5 (12.5%) dan ibu pengetahuan baik tetapi tidak mengalami anemia sebanyak 13 (32.5%) sedangkan ibu dengan pengetahuan kurang baik juga mengalami anemia sebanyak 15 (37.5%) dan yang tidak mengalami anemia sebanyak 7 (17.5%). Maka tingkat pengetahuan ibu memiliki hubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil dengan nilai $P = (0,026)$, dimana $P < \alpha = (0,05)$ artinya H_0 ditolak dan H_a di terima. Kesimpulan variabel diatas yaitu terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Jongaya Makassar 2018.

Penelitian lain yang menunjukkan pengaruh pengetahuan ibu mengenai anemia yaitu penelitian Rizka Angrainy tahun 2017 yang menunjukkan didapatkan mayoritas responden yang berpengetahuan kurang dan tidak melakukan sikap pencegahan

anemia sebanyak 28 orang (51,9%), responden dengan pengetahuan baik tetapi tidak melakukan sikap pencegahan anemia sebanyak 1 orang (1,85%), responden dengan pengetahuan kurang tetapi melakukan sikap pencegahan anemia sebanyak 4 (7,40%), dan 21 responden (38,90%) dengan pengetahuan baik juga melakukan sikap pencegahan anemia. Berdasarkan pengolahan data antara hubungan pengetahuan dengan sikap pencegahan anemia didapatkan hasil chi square dengan nilai $P \text{ value} = 0,014 < 0,05$ hal ini menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara kedua variabel.

Adapun penelitian oleh Ulfa Rahmi tahun 2019 yaitu mengenai Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Langsa Barat Kota Langsa Tahun 2019, menunjukkan hasil bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan anemia dengan hasil uji statistik didapatkan ($p\text{-value } 0,002$) hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian anemia.

D. Promosi Kesehatan

1. Definisi Promosi Kesehatan

Promosi kesehatan merupakan suatu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dari, melalui, dan bersama masyarakat untuk membantu masyarakat memecahkan masalah kesehatan bagi dirinya sendiri. Menurut World Health Organization, promosi kesehatan adalah proses yang bisa membuat

seseorang mampu meningkatkan kontrol terhadap, dan memperbaiki kesehatan mereka. Sedangkan berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan No. 74 tahun 2015 tentang Upaya Peningkatan Kesehatan dan Pencegahan Penyakit, mendefinisikan bahwa promosi kesehatan merupakan proses untuk memberdayakan masyarakat melalui kegiatan menginformasikan, memengaruhi dan membantu masyarakat berperan aktif untuk mendukung perubahan perilaku dan lingkungan serta menjaga dan meningkatkan kesehatan menuju derajat kesehatan yang optimal (Pakpahan Martina et al., 2021).

2. Tujuan Promosi Kesehatan

Menurut Lawrence Green dalam Pakpahan Martina et al., 2021, menyebutkan bahwa tujuan promosi kesehatan terdiri dari 4 tingkatan tujuan, yaitu:

a. Tujuan Program

Merupakan pernyataan tentang apa yang akan dicapai dalam periode waktu tertentu yang berhubungan dengan status kesehatan.

b. Tujuan Pendidikan

Merupakan deskripsi perilaku yang akan dicapai dapat mengatasi masalah kesehatan yang ada.

- c. Tujuan Perilaku
 - d. Merupakan pendidikan atau pembelajaran ditujukan untuk mencapai perilaku yang diinginkan, hal ini berhubungan dengan pengetahuan dan sikap.
 - e. Tujuan Intervensi Perilaku dalam promosi kesehatan
 - 1) Mengurangi perilaku negatif bagi kesehatan.
 - 2) Mencegah meningkatnya perilaku negatif bagi kesehatan
 - 3) Meningkatkan perilaku positif bagi kesehatan
 - 4) Mencegah menurunnya perilaku positif bagi kesehatan
3. Metode Promosi Kesehatan

Menurut Apriadi Siregar (2020), salah satu faktor yang berpengaruh terhadap keberhasilan suatu pendidikan kesehatan adalah pemilihan metode pelatihan yang tepat. Pemilihan metode belajar dapat diidentifikasi melalui besarnya kelompok peserta. Membagi metode pendidikan menjadi tiga yakni metode pendidikan individu, kelompok, dan masa. Berikut ini beberapa metode pendidikan atau promosi kesehatan:

a. Metode Individual (Perorangan)

Dalam promosi kesehatan metode individual ini digunakan untuk membina seseorang yang mulai tertarik pada suatu perubahan perilaku. Perorangan ini bermaksud tidak hanya harus kepada ibu yang bersangkutan, tetapi bisa juga kepada suami

atau keluarga ibu yang bersangkutan. Dalam metode perorangan ini terdapat beberapa bentuk pendekatannya antara lain:

1) Bimbingan dan penyuluhan (*Guidance and Counseling*)

Dengan cara ini kontak antara klien dengan petugas lebih intensif. Setiap masalah yang dihadapi oleh klien dapat diteliti dan dibantu penyelesaiannya.

2) Wawancara (*Interview*)

Bentuk wawancara merupakan bagian dari bimbingan dan penyuluhan. Wawancara dilakukan antara petugas kesehatan dengan klien untuk menggali informasi alasan klien tidak mau atau belum menerima perubahan.

b. Metode Kelompok

Dalam memilih metode pendidikan kelompok ini, harus diingat seberapa besar kelompok sasaran serta tingkat pendidikan formal dan sasaran. Untuk kelompok yang besar, metodenya akan lain dengan kelompok kecil.

1) Kelompok Besar

Pada kelompok besar ini peserta penyuluhan itu >15 orang. Metode yang baik untuk kelompok besar ini antara lain ceramah dan seminar.

a) Ceramah

Ceramah adalah pidato yang disampaikan oleh seorang komunikator atau narasumber di depan sekelompok

pengunjung atau pendengar. Metode ini cocok digunakan untuk sasaran dengan pendidikan rendah ataupun tinggi.

b) Seminar

Seminar adalah suatu penyajian materi (presentasi) oleh satu ahli atau beberapa ahli tentang suatu topik yang dianggap hangat atau viral di masyarakat. Metode ini hanya cocok untuk sasaran kelompok besar dengan sasaran yang berpendidikan menengah ke atas.

2) Kelompok Kecil

Pada kelompok kecil ini peserta kegiatan itu <15 orang. Metode – metode yang cocok untuk kelompok kecil ini antara lain:

a) Diskusi kelompok

Diskusi antara komunikator dengan sasaran dengan cara duduk berbaur dalam taraf yang sama, sehingga tiap anggota kelompok mempunyai kebebasan keterbukaan untuk mengeluarkan pendapat.

b) Curah pendapat (*Brain Storming*)

Brainstorming adalah suatu cara mengajar yang dilaksanakan oleh pemateri di dalam tempat promosi kesehatan, dengan cara melontarkan suatu masalah oleh pemateri, kemudian kelompok sasaran menjawab atau menyatakan pendapat, atau komentar sehingga mungkin

masalah tersebut berkembang menjadi masalah baru atau dapat diartikan pula sebagai satu cara untuk mendapatkan ide dari sekelompok manusia dalam waktu singkat.

c) Bola salju (*Snow Balling*)

Kelompok dibagi menjadi pasangan – pasangan (1 pasang terdiri 2 orang) kemudian dilontarkan suatu pertanyaan atau masalah. Setelah lebih kurang 5 menit maka tiap 2 pasang bergabung menjadi satu. Mereka tetap mendiskusikan masalah tersebut dan mencari kesimpulannya.

d) Kelompok – kelompok kecil (*Buzz Group*)

Kelompok langsung dibagi menjadi kelompok – kelompok kecil (*buzz group*) yang kemudian diberi suatu permasalahan yang sama atau tidak sama dengan kelompok lain. Selanjutnya hasil dari tiap kelompok didiskusikan kembali dan dicari kesimpulannya.

e) Bermain Peran (*Role-Play*)

Bermain peran merupakan teknik untuk ‘menghadirkan’ peran-peran yang ada dalam dunia nyata ke dalam suatu ‘pertunjukan peran’ di dalam kelas/pertemuan, yang kemudian dijadikan sebagai bahan refleksi agar peserta memberikan penilaian terhadap peran tersebut.

f) Demonstrasi

Demonstrasi merupakan praktek yang diperagakan kepada peserta. demonstrasi dapat dibagi menjadi dua tujuan yaitu demonstrasi proses untuk memahami langkah demi langkah dan demonstrasi hasil untuk memperlihatkan atau memperagakan hasil dari sebuah proses.

g) Bermain peran (*Role Play*)

Dalam metode ini beberapa anggota kelompok ditunjuk sebagai pemegang peran tertentu untuk memainkan peranannya, misalnya sebagai dokter puskesmas, sebagai perawat atau bidan dan sebagainya, sedangkan anggota yang lain sebagai pasien atau anggota masyarakat.

h) Permainan (*Games*)

Metode permainan pada umumnya dipergunakan untuk tujuan belajar agar menjadi efisien dan efektif dalam suasana gembira meskipun sedang membahas tema yang sulit atau berat.

i) Permainan simulasi (*Simulation Game*)

Metode ini gabungan antara *role play* dengan diskusi kelompok. Pesan – pesan kesehatan yang disampaikan disajikan dalam beberapa bentuk permainan seperti permainan monopoli.

c. Metode Masa

Metode masa cocok digunakan untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat. Karena pada metode ini tidak membedakan kelompok umur, jenis kelamin, pekerjaan, status sosial ekonomi, tingkat pendidikan, dan lain-lain, sehingga pesan – pesan kesehatan yang akan disampaikan harus dirancang sebaik – baiknya agar mudah dipahami oleh masyarakat. Contoh metode masa yaitu ceramah umum, berbincang – bincang (*talk show*), Simulasi atau dialog antara pasien dengan dokter, *Billboard*, dan lainnya.

E. Media Promosi Kesehatan

1. Definisi Media Promosi Kesehatan

Kata ‘media’ berasal dari bahasa latin yang merupakan bentuk jamak dari kata medium. Secara harfiah, media yaitu perantara yang berarti perantara antara sumber pesan (*a source*) dengan penerima pesan (*a receiver*). Media promosi kesehatan merupakan sarana yang digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh narasumber atau komunikator, baik melalui media cetak, elektronika (berupa radio, TV, komputer dan sebagainya) dan media luar ruang, sehingga sasaran dapat meningkatkan pengetahuannya yang diharapkan agar terjadi perubahan pada perilaku ke arah positif di bidang kesehatan (Apriadi Siregar, 2020).

Menurut Dr. Shoffa et al (2024) menjelaskan bahwa media adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyampaikan pesan (materi pembelajaran) sehingga dapat merangsang perhatian, minat, pikiran, dan emosi siswa dalam kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran. Semua media pembelajaran merupakan sarana untuk mencapai tujuan pembelajaran, berisi informasi dari Internet, buku, film, televisi, dll.

2. Tujuan Media Promosi Kesehatan

Menurut Notoatmodjo dalam Emma Dwi Jatnika et al (2019) tujuan dari penggunaan media promosi kesehatan adalah:

- a) Media dapat mempermudah penyampaian informasi
- b) Media dapat menghindari kesalahan persepsi
- c) Media dapat memperjelas informasi yang disampaikan
- d) Media dapat mempermudah pengertian
- e) Media dapat mengurangi komunikasi yang verbalistic
- f) Media dapat menampilkan objek yang dapat ditangkap dengan mata
- g) Media dapat memperlancar komunikasi, dan lain-lain.

3. Pembagian Media Promosi Kesehatan

a. Media cetak

Media cetak adalah sarana atau media yang berasal dari barang cetak. Pembelajaran berbasis teks ini mulai dikenal sejak tahun 1960-an. Berbagai cara digunakan untuk menarik

perhatian pada media cetak ini seperti pada bagian warna, huruf dan kotak. Media cetak digunakan sebagai alat bantu atau sarana untuk menyampaikan pesan – pesan kesehatan dari komunikator kepada sasaran. Ada beberapa contoh media cetak yaitu:

1) Booklet

Booklet, ialah suatu media berbentuk buku yang digunakan untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk buku, baik berupa tulisan maupun gambar.

Kelebihan dari menggunakan media booklet adalah

- a) Biaya produksi yang digunakan terjangkau;
- b) Informasi yang dicantumkan lengkap dan mudah dipahami;
- c) Desain lebih menarik sehingga dapat membuat seseorang tertarik dan tidak bosan untuk membaca;
- d) Mudah dibawa kemanapun dan dimanapun.

Kekurangan dari menggunakan media booklet adalah

- a) Membutuhkan tempat penyimpanan yang khusus;
- b) Membutuhkan keterampilan dan kreatifitas untuk membuatnya;
- c) Membutuhkan keahlian mendesain atau menggambar.

2) Leaflet

Leaflet adalah media cetak berbentuk selebaran yang memiliki fungsi untuk penyampaian informasi atau pesan-

pesan kesehatan melalui lembaran yang dilipat. Isi informasi dapat dalam kalimat maupun gambar, atau kombinasi. Leaflet biasanya terdiri dari tiga sampai empat lipatan dalam selembarannya.

Kelebihan dari menggunakan media leaflet adalah

- a) Mudah dibawa kemanapun dan dimanapun;
- b) Biaya produksi relatif terjangkau;
- c) Dapat disimpan lama;
- d) Media promosi yang memiliki desain yang menarik dan unik.

Kekurangan dari menggunakan media leaflet adalah

- a) Membutuhkan tempat penyimpanan yang khusus;
- b) Membutuhkan keterampilan untuk membuatnya;
- c) Membutuhkan keahlian mendesain atau menggambar.

3) Flyer

Flyer adalah media yang berupa selembaran, memiliki bentuk seperti leaflet, tetapi tidak berlipat. Flyer lebih umum disebut selebaran oleh masyarakat, biasanya sering ditemukan di jalan atau tempat-tempat umum untuk mempromosikan acara, pelayanan, produk atau ide. Karena kegunaan flyer sebagai media promosi praktis yang digunakan secara manual, maka tidak banyak masyarakat yang menyimpannya. Ada beberapa pembaca yang

kemudian membuang flyer setelah membacanya. Hal ini yang menyebabkan selebaran tersebut disebut fly-er yang berarti terbang atau beterbangan.

Kelebihan dari menggunakan media flyer adalah

- a) Mudah dibawa kemanapun dan dimanapun;
- b) Biaya produksi relatif terjangkau;
- c) Informasi singkat dan mudah dipahami

Kekurangan dari menggunakan media flyer adalah

- a) Cakupan khalayak terbatas;
- b) Media terbuat dari bahan yang tidak tahan lama atau membutuhkan tempat penyimpanan khusus.

4) Flip chart

Flip chart adalah (lembar balik), media penyimpanan pesan atau informasi kesehatan dalam bentuk lembar balik. Biasanya dalam bentuk buku dimana tiap lembar (halaman) berisi gambar peragaan dan lembaran baliknya berisi kalimat sebagai pesan atau informasi yang berkaitan dengan gambar tersebut. Pesan-pesan di dalam flip chart disusun dengan urutan dan baik.

Kelebihan dari menggunakan media flip chart adalah

- a) Mudah dipahami;
- b) Memiliki tata letak desain yang sederhana, dengan perbedaan antara lay out depan dan belakang;

- c) Mudah dibawa kemanapun;
- d) Biaya produksi relatif murah.

Kekurangan dari menggunakan media flip chart adalah

- a) Cakupan khalayak terbatas;
- b) Membutuhkan tempat penyimpanan yang khusus;
- c) Membutuhkan keterampilan dan kreatifitas untuk membuatnya;
- d) Membutuhkan keahlian mendesain atau menggambar.

5) Poster

Poster adalah bentuk media cetak yang berisi pesan atau informasi kesehatan, yang biasanya ditempel ditembok-tembok, di tempat-tempat umum, atau dikendaraan umum. Poster memiliki fungsi yang menarik ditengah-tengah media komunikasi visual. Tujuan utama poster yaitu membangkitkan motivasi, minat, ingatan hingga media iklan.

Kelebihan dari media poster adalah

- a) Biaya produksi relatif murah;
- b) Memiliki desain yang menarik hingga mudah dipahami;
- c) Mudah ditemukan di tempat-tempat umum.

Kekurangan dari media poster adalah

- a) Cakupan khalayak terbatas;
- b) Membutuhkan tempat penyimpanan yang khusus;

c) Membutuhkan keterampilan dan kreatifitas untuk membuatnya;

d) Membutuhkan keahlian mendesain atau menggambar.

b. Media Elektronika atau AVA (Audio Visual Aids)

Audio visual adalah media yang dapat dilihat dan didengar, yang berguna dalam membantu menstimulasi indera penglihatan (mata) dan indera dengar (telinga) pada waktu terjadinya proses penerimaan pesan. Menurut Anwar et al., 2022 menyebutkan bahwa media audio visual adalah suatu media yang didalamnya terdapat perpaduan antara unsur gambar dan juga unsur suara yang berarti pada media ini memanfaatkan indera penglihatan dan pendengaran. Segala sesuatu yang yang ditangkap oleh indra mata untuk melihat dan telinga untuk mendengarkan akan lebih mudah dipahami dan diingat dibandingkan hanya mengandalkan indra pendengaran saja. Melalui pemanfaatan media audio visual berupa film dan lainnya sangat membantu dan berpengaruh terhadap proses pembelajaran yang lebih efektif. Adapun jenis audio visual ini ciri-cirinya:

- 1) Diam artinya yang ditampilkan adalah suara dan gambar
- 2) Bergerak yang tampilannya berupa gambar yang bergerak dan suara.

Berikut media yang termasuk pada audio visual yaitu:

1) Televisi

Televisi banyak menampilkan berbagai program, salah satunya adalah iklan layanan masyarakat. Iklan adalah salah satu strategi pemasaran yang masih sangat populer digunakan untuk mengkomunikasikan produk atau nilai. Iklan berfungsi untuk memberikan informasi agar membuat konsumen atau khalayak sadar akan nilai yang disampaikan. Misalnya nilai tentang kesehatan pencegahan demam berdarah pada iklan layanan masyarakat.

Kelebihan dari televisi sebagai media komunikasi adalah

- a) Memiliki sifat audio visual;
- b) Memiliki kemampuan untuk menyebarkan informasinya secara langsung;
- c) Pesan yang disampaikan konkret;
- d) Cepat dan tepat dalam menyampaikan informasi secara langsung.

Kelemahan televisi yaitu

- a) Komunikasi yang terjadi hanya komunikasi satu arah, sehingga penonton menjadi pasif;
- b) Informasi yang disampaikan tidak dapat diulang, kecuali menggunakan alat perekam;
- c) Membutuhkan biaya untuk memilikinya;

d) Memiliki ruang penyimpanan pesan yang terbatas.

2) Video

Video merupakan media untuk menyampaikan pesan atau informasi yang mengarah kesosialisasi program dalam bidang kesehatan, mengutamakan pendidikan dan penerangan serta komunikasi kesehatan yang bersifat persuasiv. Kemampuan video dalam memvisualisasikan sebuah pesan menjadi gerakan motorik, ekspresi wajah, dan suasana lingkungan tertentu, merupakan suatu kelebihan dari video. Menurut Nurdiansyah dalam Tri Candra et al (2022) menjelaskan bahwa durasi waktu yang efektif dalam penggunaan media video sebagai media pembelajaran tidak lebih dari 10 menit pada setiap pertemuan (tatap muka) karena jika durasi lebih dari 10 menit maka penonton akan merasa bosan dan tidak dapat memahami materi pembelajaran dengan baik. Pernyataan tersebut sejalan dengan Susanti & Halimah (2018) yang menyebutkan bahwa durasi waktu video pembelajaran idealnya 5 – 10 menit saja karena selain membuat penonton/siswa dapat fokus saat menonton juga agar pematiri tidak terlalu cepat dalam penyampaian materi yang akan disampaikan. Berikut kelebihan dan kekurangan dari media video yaitu:

Kelebihan dari video adalah

- a) Pesan yang disampaikan dikemas secara menarik sehingga akan mudah diingat oleh penonton;
- b) Tidak terbatas jarak dan waktu;
- c) Dapat di ulang-ulang;
- d) Format dapat disajikan dengan berbagai bentuk, seperti kaset, CD dan DVD.

Kekurangan dari video adalah

- a) Pada proses pembuatannya membutuhkan biaya yang tidak sedikit;
- b) Membutuhkan peralatan – peralatan lain, seperti vidioplayer, LCD dan lain-lain;
- c) Lebih menekan isi materi daripada proses dari materi tersebut;
- d) Tidak dapat menampilkan objek dengan ukuran yang sebenarnya;
- e) Pengambilan gambar yang kurang tepat akan mengakibatkan salah penafsiran oleh penonton.

3) Film

Film merupakan media audio visual, yang ditampilkan di publik. Film memiliki daya tarik universal dan meluas yang dikuasai oleh gambar fiksi. Kini film memiliki karakter internasional yang regulasinya ditentukan oleh publik. Pada

film, karakter ideologis sangat kuat sehingga diharapkan pesan yang ditampilkan akan dapat diterima oleh penonton.

Kelebihan dari film adalah

- a) Tidak terbatas ruang dan waktu;
- b) Dapat mempengaruhi emosional penontonnya, sehingga tanpa disadari dapat mempengaruhi pola pikir penontonnya;
- c) Pesan dikemas secara menarik dengan latar belakang.

Kekurangan dari film sebagai media komunikasi adalah

- a) Pada proses pembuatannya membutuhkan biaya yang tidak sedikit;
- b) Membutuhkan peralatan – peralatan lain, seperti vidioplayer, LCD dan lain-lain;
- c) Memiliki durasi yang panjang.

c. Media Luar Ruangan

Media luar ruangan yaitu media yang menyampaikan pesannya diluar ruangan secara umum melalui media cetak dan elektronika secara statis, misalnya papan reklame, spanduk, pameran, banner dan TV layar lebar. Papan reklame adalah poster dalam ukuran besar yang dapat dilihat secara umum di pekerjaan. Spanduk adalah suatu pesan dalam bentuk tulisan dan disertai gambar yang dibuat pada secarik kain dengan ukuran yang sudah ditentukan.

Kelebihan Media Luar Ruangan

- 1) Lebih mudah dipahami
- 2) Lebih menarik sebagai informasi umum dan hiburan, bertatap muka, mengikut sertakan seluruh panca indera, penyajian dapat dikendalikan dan jangkauannya relatif besar

Kekurangan Media Luar Ruangan

- 1) Biaya lebih tinggi
- 2) Sedikit rumit perlu alat canggih untuk produksinya
- 3) Persiapan matang
- 4) Peralatan selalu berkembang dan berubah
- 5) Memerlukan keterampilan penyimpanan dan keterampilan untuk mengoperasikannya

F. Teori Dasar Penggunaan Media Promosi Kesehatan AVA dan Leaflet

Promosi kesehatan tidak terlepas dari media seperti video, poster, leaflet dan lainnya. Media suatu alat yang digunakan untuk menyampaikan pesan yang dapat memicu pola pikir, perasaan, dan kemauan seseorang sehingga mampu mendorong terjadinya proses belajar. Media pembelajaran ini mempunyai ruang lingkup berupa alat, bahan, peraga, dan sarana prasarana yang dimanfaatkan dalam proses belajar. Edgar Dale, membuat jenjang konkrit-abstrak dalam penggunaan media pembelajaran. Jenjang konkrit – abstrak ini ditunjukkan dengan gambar dalam bentuk kerucut pengalaman (*cone of experiment*) di bawah ini:



Gambar 2. 1 Kerucut Pengalaman Edgar Dale

Sumber: Arsyad, 2014

Kerucut Pengalaman Edgar Dale ini memiliki arti dalam penggunaan media pembelajaran bermula dari media yang paling konkret yaitu pengalaman langsung, kenyataan yang ada di lingkungan kehidupan seseorang, benda tiruan, dan yang paling terakhir yaitu lambang verbal atau abstrak (Arsyad, 2014). Teori yang dikemukakan oleh Edgar Dale hampir sama dengan Petter Shea. Menurut Petter Shea dalam pengalaman belajar dapat diringkas pada sebuah piramida seperti yang pada Gambar 2.2



Gambar 2. 2 Pengalaman Belajar Menurut Peter Shea

Sumber: Anwar et al., 2022

Pada piramida diatas menjelaskan bahwa dalam melakukan pengalaman belajar sekitar 10% siswa mampu menyerap pembelajaran yang diberikan dengan membaca, 20% pembelajaran dapat diserap dengan mendengar, 30% pembelajaran dapat diperoleh dengan melihat, 50% pembelajaran dapat diterima dengan melihat dan mendengar (dilakukan bersamaan), 70% pembelajaran dapat diterima jika siswa mengatakan kembali (presentasi) pembelajaran yang diterima, dan 90% pembelajaran lebih optimal jika dikatakan dan dilakukan artinya jika siswa melakukan praktik atau membuat produk/proyek maka pengalaman belajar siswa akan lebih optimal (Anwar et al., 2022). Hal ini sejalan dengan pendapat para ahli yang menyebutkan bahwa panca indera yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah mata ($\leq 75\%$ - 87%), sedangkan 13-25% pengetahuan manusia diperoleh atau disalurkan melalui indera lainnya sehingga semakin banyak panca indera yang digunakan maka semakin jelas pengetahuan yang diperoleh (Apriadi Siregar, 2020). Salah satu media yang melibatkan 1 indera saja diantaranya leaflet, namun pada leaflet ini bisa ditambahkan gambar untuk menunjang penyampaian pesan kepada sasaran dan juga bisa dibawa ke rumah. Selain itu ada media yang langsung melibatkan 2 indera sekaligus yaitu media audio visual. Media audio visual adalah suatu media yang dapat dilihat dan didengar oleh audiens/sasaran yang digunakan untuk membantu menstimulasi mata dan telinga pada

waktu terjadinya proses penerimaan pesan Emma Dwi Jatmika et al., 2019).

Menurut Notoatmodjo dalam Cahyaningrum Pratiwi (2022) menyebutkan bahwa secara umum terdapat 3 macam alat bantu atau media pendidikan yaitu:

1. Alat bantu lihat (visual) yang berguna dalam membantu menstimulasi indra mata.
2. Alat bantu dengar (audio) yang berguna dalam membantu menstimulasi indra pendengaran.
3. Alat bantu lihat-dengar (AVA) yang berguna dalam membantu menstimulasi indra mata dan pendengaran, misalnya video dan televisi

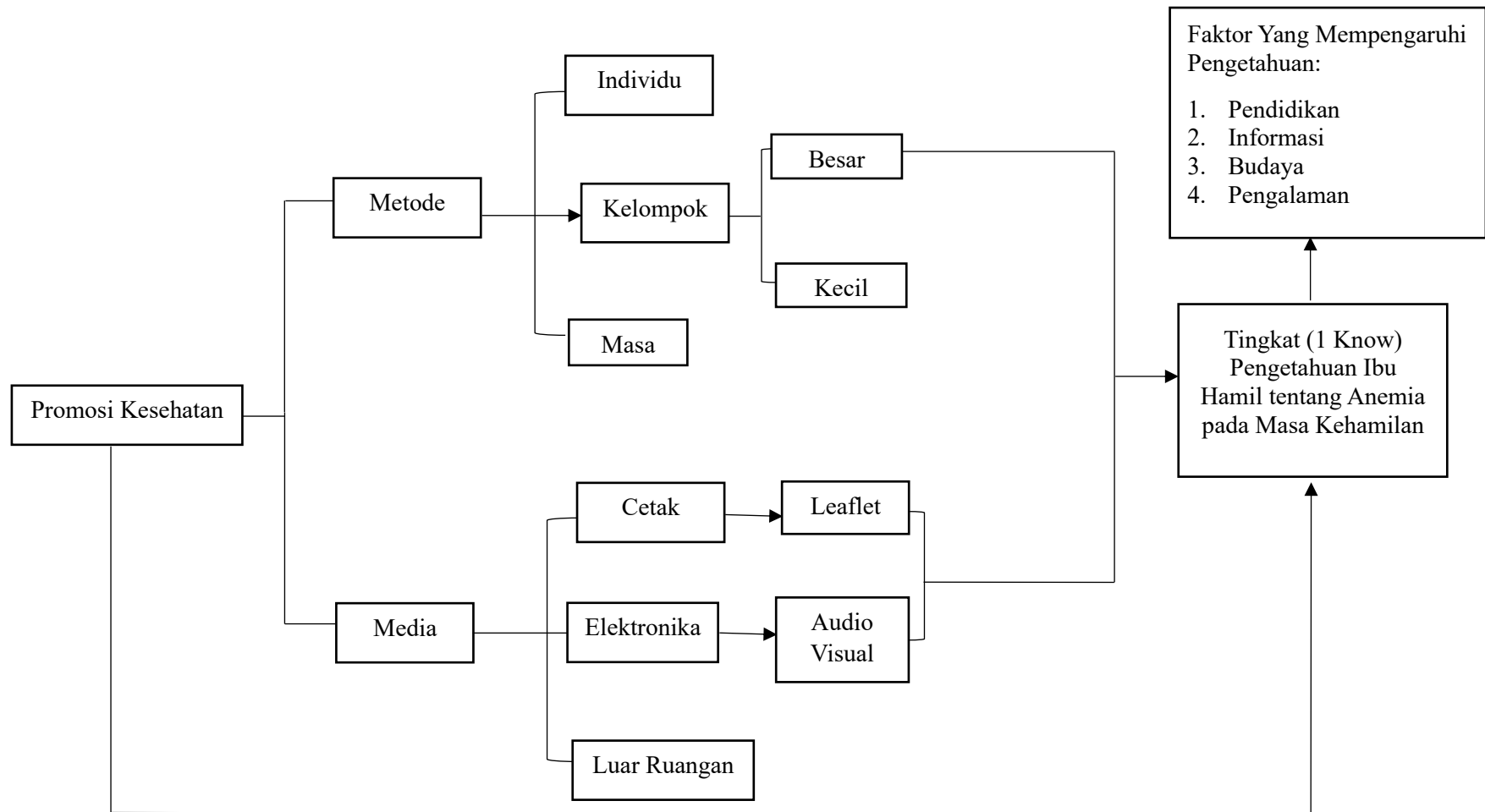
G. Pengaruh Media AVA dan Leaflet dalam Meningkatkan Pengetahuan

Berdasarkan teori diatas dijelaskan bahwa pembelajaran atau penerimaan pesan melalui media cetak salah satunya yaitu leaflet, tergolong pada urutan paling kerucut yaitu abstrak karena pada media ini hanya mengandalkan 1 indera saja meskipun hanya dengan 1 indera saja namun media ini dapat efektif apabila diberikan kepada sasaran yang sesuai. Hal ini sejalan dengan teori petter shea yang menyebutkan bahwa dari media yang hanya didapat melalui indera penglihatan saja maka penyerapan materi hanya 10%. Sedangkan pada media audio visual yang berbentuk video tergolong pada tingkatan ke 4 karena pada media ini langsung melibatkan 2 indera sekaligus yaitu penglihatan dan

pendengaran sehingga untuk penerimaan pesan bisa lebih efektif karena semakin banyak indera yang terlibat maka semakin mudah seseorang dapat menyerap dan menerima pesan tersebut. Hal ini sejalan dengan pendapat Petter Shea yang menyebutkan bahwa penyampaian pesan yang diterima melalui dilihat dan didengar maka dapat menyerap sebesar 50% dari pembelajaran yang diterima.

H. Kerangka Teori/Berpikir

Kerangka pemikiran sangatlah penting karena dapat membantu peneliti dalam menjelaskan konsep-konsep dasar dalam penelitiannya. Hal ini disebabkan kerangka pemikiran dijadikan sebagai pedoman dalam melaksanakan penelitian, sehingga dalam pembahasan penelitian tersebut akan lebih mampu menjawab atau menerangkan masalah yang telah diidentifikasi tersebut. Menurut Sekaran dalam Sugiyono (2022:60) mengatakan bahwa ‘kerangka berfikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasikan sebagai masalah yang penting’. Pada sub-bab ini peneliti akan menggambarkan kerangka pemikiran yang bertujuan memudahkan pembaca dalam memahami hubungan antar variabel penelitian yaitu media audio visual dan leaflet terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil tentang anemia pada kehamilan.



Gambar 2. 3 Kerangka Teori

Sumber : Modifikasi Teori Edgar Dale dalam Arsyad (2014), Notoatmojo