

PENGARUH BUKU SAKU GIZI KESEHATAN REPRODUKSI TERHADAP MINAT PENCEGAHAN ANEMIA PADA WANITA PEKERJA

*The Effect of Reproductive Health Nutrition Pocket Book
on Anemia Prevention Interest of Worker Women*

Mamat,^{1*} Mardianti¹

¹Program Studi Kebidanan Karawang Poltekkes Kemenkes Bandung

*mamat.muhammad.mamat@mail.com

Abstract

Pocketbook media is one of the information media tools that can be useful in shaping a person's knowledge and psychology so that they can behave better. The purpose of this study was to determine the effect of the reproductive health nutrition pocketbook on perceptions of behavior, subjective norms, attitudes, and behavioral interest in anemia prevention in female workers. The design used was an experimental questionnaire with a control group. The sample is female workers taken by purposive random sampling. The sample size of 119 was divided into 2 groups, namely the intervention group 54 samples, and the control group 65 samples. The data was processed using the SPSS program and then analyzed using the independent t-test. The results showed that there was a pocketbook influence on perceptions of behavioral control, subjective norms, and attitudes, which illustrated that the difference in the mean value of perceived behavioral control was greater in the intervention group 1.56 points, subjective norms of 2, 2 points and an attitude score of 3.0 points compared to the control group where all three have a p-value of 0.01. There was a pocketbook effect on interest with a difference in the average interest of 1.33 points, greater in the intervention group than in the control group with a p-value of 0.001. Referring to the results of media development, it needs to be improved in online forms such as e-books and other information media and there needs to be collaboration and coordination with related agencies

Keywords: *Reproductive Health Nutrition Pocket Book, Anemia Prevention*

Abstrak

Penyebab terjadinya kasus anemia terjadinya karena kurang pengetahuan. Media buku saku merupakan salah satu alternatif memenuhi kebutuhan kekurangan pengetahuan. Tujuan penelitian ini mengetahui pengaruh buku saku gizi kesehatan reproduksi terhadap persepsi perilaku, norma subyektif, sikap dan minat perilaku pencegahan anemia pada wanita pekerja. Desain yang digunakan adalah *quasi eksperimen* dengan *control grup*. Sampel nya wanita pekerja diambil secara *purposive random sampling*. Besar sampel sebanyak 119 terbagi dalam 2 kelompok yaitu kelompok intervensi (54 sampel) dan 65 sampel sebagai kelompok kontrol. Buku saku yang digunakan untuk intervensi telah disusun dan dikaji berdasarkan kebutuhan serta kajian ahli. Data yang dikumpulkan mengacu pada teori *Theory of Planed Behavior* (TPB), diambil secara online meliputi per pesi kendali perilaku, norma subyektif dan sikap serta minat perilaku pencegahan anemia. Data diolah dengan program SPSS lalu dianalisis dengan *uji t independent* hasilnya menunjukkan terdapat pengaruh buku saku terhadap persepsi kendali perilaku, norma subyektif dan sikap, yang tergambar beda nilai rata-rata persepsi kendali perilaku lebih besar pada kelompok intervensi 1,56 poin, norma subyektif sebesar 2,2 poin dan skor sikap sebesar 3,0 poin dibanding kelompok kontrol dimana ketiganya memiliki nilai *p* 0,01. Terdapat pengaruh buku saku terhadap minat dengan perbedaan rata-rata minat sebesar 1,33 poin lebih besar kelompok intervensi dibanding kelompok kontrol dengan nilai *p* sebesar 0,001. mengacu

pada hasil pengembangan media perlu ditingkatkan dalam bentuk online seperti E-book dan media informasi lainnya serta perlu ada kolaborasi dan koordinasi dengan instansi terkait

Kata Kunci: Buku Saku Kesehatan Reproduksi, Pencegahan Anemia

PENDAHULUAN

Peran serta wanita dalam kegiatan ekonomi bukan merupakan hal yang baru di Indonesia. Menurut statistik pada tahun 2018 pekerjaan wanita > 15 tahun mencapai 47.945 498 jiwa dari Angkatan kerja 131.005 641 jiwa (BPS 2019).

Kurang produktivitasnya pekerja dianggap akibat kurangnya motivasi kerja, tanpa diselidiki adakah faktor lainnya yang mempengaruhi seperti gizi pekerja. Produktivitas kerja setiap orang berbeda, diantaranya juga tergantung dari tersedianya zat gizi di dalam tubuh mereka.

Kurangnya konsumsi zat-zat gizi tertentu bagi seseorang dari standar minimum maka akan berpengaruh terhadap kondisi kesehatan, aktivitas, dan produktivitas kerja, yang pada akhirnya banyak yang mengalami anemia sehingga berpengaruh terhadap produktivitas kerja. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan anemia sebagai kadar hemoglobin di bawah 12 gr / dl pada wanita dan di bawah 13 gr / dl pada pria¹. Anemia banyak terjadinya pada wanita pekerja, sebagaimana dilaporkan bahwa status anemia pada wanita pekerja di wilayah sekitar pegunungan sebesar 58% mengalami anemia sedangkan di wilayah pesisir pantai sebesar 56%². dan hal ini berpengaruh terhadap kinerja sebagaimana dijelaskan dalam sebuah penelitian terhadap pekerja wanita di Sumatera Utara menunjukkan ada hubungan yang positif antara kadar hemoglobin dengan produktivitas kerja dan juga terdapat hubungan antara tingkat kesegaran jasmani dengan produktivitas kerja³. Menurut hasil penelitian lain menyimpulkan bahwa peningkatan kadar Hb meningkat sejalan dengan di tingkatnya asupan protein

selain itu zat besi berpengaruh kuat terhadap peningkatan kadar Hb, yaitu semakin meningkat asupan protein dan zat besi maka kadar Hb pada wanita⁴

Berdasarkan hasil penelitian sebanyak 85 % pekerja wanita mengalami anemia dan sebanyak 51,7% memiliki pola makan yang kurang, dari hasil analisis menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara pola makan dengan anemia pada pekerja wanita⁵. Hasil penelitian Desri Suryani, Riska Hafiani, (2016) diketahui sebanyak 43 % di kota Bengkulu mengalami anemia gizi besi dimana hal ini menunjukkan ada peningkatan dari sebelumnya. Selain itu menunjukkan kadar Hb wanita pekerja yang mengalami anemia dipengaruhi pemberian zat besi hem dan non hem pada diet harian terhadap⁷. Hasil penelitian lain menyimpulkan bahwa semakin baik status gizi seseorang maka semakin meningkat produktivitasnya tetapi hasil analisis menunjukkan tidak ada hubungan antara kadar Hb dengan produktivitas kerja. Dan menganjurkan agar pekerja wanita yang bekerja di sebuah perusahaan menyadari status gizinya⁸.

Berbagai alternatif pemecahan masalah gizi pekerja wanita di kabupaten Karawang telah dilakukan oleh pemerintah maupun perusahaan melalui peraturan dan kebijakan tentang gizi pekerja melalui pemenuhan standar gizi. Tetapi berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap wanita pekerja diperoleh sebanyak 71,8% wanita pekerja berpersepsi masih lemahnya tingkat keseriusan dalam menerapkan kebijakan dalam melindungi kaum wanita dan pelayanan kesehatan reproduksi pada pekerja wanita, dimana diketahui sebanyak 70,4 % para pekerja berpersepsi adanya hambatan yang kuat

serta adanya kelemahan penerapan 71,4%⁹. Pendekatan pendidikan yang efektif dan focus pada sasaran dengan media buku saku yang mudah dibawa dan mudah dipahami serta aplikatif diharapkan mampu merubah perilaku para pekerja wanita dalam pencegahan anemia. Menurut hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara pemberian pengetahuan gizi tentang makanan jajanan sehat dalam media buku saku terhadap pengetahuan¹⁰.

Walaupun mereka bekerja dan juga aktif dalam kegiatan sosial dan rumah tangganya tetapi masih memiliki waktu luang dan memiliki tingkat keinginan atau minat untuk membacanya sebagaimana tergambar dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan melalui survey menunjukkan dari 10 responden diperoleh 70 % wanita pekerja minat membacanya cukup tinggi dengan 50 % menyatakan memiliki waktu luang untuk membaca dan setuju adanya buku saku gizi pekerja.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan sebuah kajian dengan judul penelitian yang berkaitan dengan efek buku saku gizi kesehatan reproduksi terhadap minat untuk berperilaku dalam pencegahan anemia pada wanita pekerja

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan rancangan *quasi eksperimen* dimana responden dibagi 2 kelompok yaitu kelompok intervensi (pemberian buku saku gizi kesehatan reproduksi) dan kelompok kontrol (diberi buku saku setelah selesai penelitian). Waktu penelitian bulan Maret sampai dengan Juli 2020, dengan lokasi di Perusahaan Manufacturing Kabupaten Karawang. Sampel nya adalah wanita pekerja usia 18 – 45 tahun, dengan cara pengambilan sampel nya dilakukan teknik *purposive sampling* yaitu sampel yang didasarkan tujuan penelitian dengan kriteria inklusi nya terpenuhi. Besar sampel terpilih sebesar 119 yang terbagi 55 kelompok perlakuan dan 64 kelompok kontrol.

Instrument untuk intervensi adalah buku saku kesehatan reproduksi yang telah sebelumnya melalui proses uji pengembangan materi, minat serta telah mendapatkan persetujuan dan mendapatkan nomor ISBN: 978-623 93428-4-5. *Questioner* diambil dari penelitian yang pernah dilakukan dengan cara merubah isi pernyataan yang sesuai dengan kontrak yang telah dilakukan uji validitas dan reabilitas. Pengumpulan data terhadap 2 kelompok dilakukan secara online. *Inform concern* tertulis dalam aplikasi google form. Link kelompok perlakuan : <https://forms.gle/64gXDqyg7FFuUtBT9> dan link kelompok Kontrol : <https://forms.gle/GXjetfx4HF8JJMrU6> . Monitoring melalui grup media sosial (WA. Grup : <https://chat.whatsapp.com/KsnMpjeC4SiGTNswi9BF3i>

Analisa data yang dilakukan dengan program SPSS. Yang meliputi analisa univariate untuk 1 data dan bivariate (menguji hubungan 2 buah variabel) dengan uji t independent.

HASIL

Simpangan Persepsi, Norma subyektif, Sikap dan Minat Pencegahan Anemia Pada wanita Pekerja pada kelompok intervensi

Tabel 1. Nilai simpangan Persepsi, Norma subyektif, Sikap dan Minat Pencegahan Anemia Pada wanita Pekerja pada kelompok intervensi (n=54) dan kelompok kontrol (n=65)

Kategori	Mean	Kelompok	
		Interven si	Kontr ol
Persepsi	25,57	24,01	
SD	2,03	2,55	

perilaku terkontr ol	Varian	4,13	6,54
	Minimal	20	13
	Maksimal	28	28
Norma subyekt if	Mean	24,92	23,06
	SD	1,91	3,12
	Varian	3,65	9,77
	Minimal	20	12
	Maksimal	28	16
Sikap	Mean	24,77	21,70
	SD	1,58	2,26
	Varian	2,51	5,11
	Minimal	22	15
	Maksimal	28	28
Minat	Mean	25,00	24,15
	SD	1,49	2,24
	Varian	2,22	5,03
	Minimal	21	17
	Maksimal	28	18

Dari hasil analisis univariate (table 1) menunjukkan terdapat perbedaan nilai persepsi pekerja wanita dengan nilai mean (1,5) SD (-0,5) Varian (-2,5) dan nilai minimal 7 point lebih besar pada kelompok intervensi, begitu juga pada nilai norma terdapat perbedaan nilai mean (1,86) SD (-1,21) varian (-6.12) dan yang lebih mencolok perbedaannya pada nilai maksimal (12 point) lebih besar pada kelompok intervensi. sedangkan pada nilai sikap terdapat perbedaan nilai mean (3,07), SD (-,68) varian (-2,6) serta nilai minimal sebesar 7 point lebih besar kelompok intervensi.

Analisis Pengaruh Buku Saku Terhadap Persepsi, Norma subyektif dan Sikap Pada Wanita Pekerja

Tabel : 2. Pengaruh Buku Saku Terhadap Persepsi, Norma subyektif dan Sikap

Variabel	Kelompok	n	Mean	SD	t	Sig(2-tailed)
Persepsi	Intervensi	54	25.5741	2.03370	3,70	0,001
	Kontrol	65	24.0154	2.55864		
Norma subyektif	Intervensi	54	24.9259	1.91175	4,06	0,001
	Kontrol	65	22.7077	3.60868		
Sikap	Intervensi	54	24.7778	1.58610	8,40	0,001
	Kontrol	65	21.7077	2.26193		

Hasil analisis bivariate (Tabel 2) menunjukkan rata-rata nilai persepsi pada kelompok perlakuan diperoleh sebesar 25,57 sementara pada kelompok kontrol sebesar 24,01 artinya terdapat perbedaan 1,56. Sedangkan perbedaan nilai rata-rata norma subyektif diperoleh sebesar 24,92 dan kelompok kontrol 22,70, yang menunjukkan ada perbedaan 2,2 poin lebih besar pada kelompok intervensi. Adapun p nilai rata-rata sikap menunjukkan lebih besar 3,0 pada kelompok intervensi yaitu 24,77 sementara pada kelompok kontrol 21,70. Hasil analisis uji t menunjukkan nilai persepsi nilai sebesar 3,70 dan nilai sikap nilai t sebesar 8,40 dan nilai norma subyektif 4,01. Hasil uji signifikansi 2-

tailed semuanya variabel baik persepsi, sikap maupun norma subyektif menunjukkan nilai p hitungan < 0,05 yang menunjukkan H0 di tolak artinya ada perbedaan nilai yang signifikan antara kelompok intervensi (pemberian buku saku) dengan kelompok kontrol baik persepsi, norma subyektif maupun sikap. menggambarkan buku saku gizi kesehatan reproduksi mempengaruhi persepsi, norma subyektif dan sikap dalam pengambilan keputusan perilaku pencegahan anemia pada wanita pekerja.

Analisis Pengaruh Persepsi perilaku, Norma subyektif dan Sikap Terhadap Minat pencegahan Anemia Pada Wanita Pekerja

Tabel 3 : Pengaruh Buku Saku Terhadap Minat Pencegahan anemia pada wanita pekerja

Variabel	Kelompok	n	Mean	SD	t	Sig(2-tailed)
	Intervensi	54	25.00	1,49	3,51	0,001
	Kontrol	65	23,67	2.55		

Hasil analisis uji t independent menunjukkan nilai 3,51 dan ada perbedaan rata rata skor minat sebesar 1,33 poin antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol yang tergambar dengan nilai p sebesar 0,001 (< 0,05) dengan perbedaan simpangan rata-rata

nya (SD) sebesar 1,06 lebih dibanding kelompok kontrol

PEMBAHASAN

Minat Pencegahan Anemia Pada Wanita Pekerja

Anemia pada pekerja merupakan ancaman bagi pengusaha, mengingat produktivitas sangat berhubungan erat dengan kesehatan pekerja termasuk motivasi para pekerja¹¹. Asupan nutrisi para pekerja baik selama bekerja maupun di luar pekerjaan perlu diperhatikan, berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara asupan energi, IMT, lemak persen tubuh dan kadar Hb dengan produktivitas kerja ($p= 0,016$; $p= 0,013$; $p= 0,043$; $p= 0,000$). Sedangkan, hasil analisis multivariate tergambar kadar Hemoglobin merupakan variabel yang paling berpengaruh terhadap produktivitas kerja (Adjusted R² = 0,348)¹².

Membangun minat bagi para pekerja agar mau dan melakukan upaya pencegahan anemia dengan cara mengkonsumsi makanan yang bergizi baik selama bekerja maupun di rumah sangat penting. Dengan adanya minat serta memiliki perilaku konsumsi yang baik akan berdampak kepada kesehatan para pekerja terutama dalam pencegahan anemia. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan ada efek antara pola makan dengan kejadian anemia⁵. Selain itu mengacu pada hasil review yang dilakukan oleh D. Taylor dkk, disimpulkan bahwa predictor niat sikap, norma subyektif dan persepsi yang harus terbangun pada diri seseorang sebelum seseorang itu berperilaku¹³.

Pengaruh buku saku kesehatan reproduksi terhadap persepsi kontrol perilaku, norma subyek dan sikap dalam pencegahan anemia

Buku saku gizi kesehatan reproduksi telah dirancang melalui proses kajian kontrak (isi), kebutuhan melalui survey serta kepakaran bidang media sehingga diharapkan bisa memiliki efek edukasi bagi pembacanya. Seperti halnya hasil riset pengembangan sebuah media informasi buku saku pada siswa sekolah dasar yang menyatakan bahwa buku saku mampu mengembangkan kegiatan siswa yang menunjukkan kategori perilakunya sangat baik¹⁰.

Mengacu pada hasil analisis penelitian pemberian buku saku rata-rata menunjukkan rata-rata nilai persepsi pada kelompok intervensi terdapat perbedaan 1,56. Nilai rata-rata norma berbeda 2,2 poin dan nilai rata-rata sikap menunjukkan lebih besar 3,0 pada kelompok intervensi dan menunjukkan ada pengaruh buku terhadap persepsi kendali perilaku, norma subyektif dan sikap dalam pencegahan anemia pada wanita pekerja.

Sikap, persepsi dan norma subyektif yang terbentuk dalam diri seseorang tidak semata berdiri tanpa ada respon atau rangsangan tertentu. Rangsangan dapat berbentuk informasi suara, sentuhan termasuk media. Banyak media yang dikembangkan dalam rangka menyentuh pengetahuan dan sikap seseorang. Dengan adanya rangsangan dari sebuah media maka akan berkembang ke dalam bentuk tindakan atau perilaku yang sesuai dengan tujuan media itu disampaikan. Menurut St. Armando bahwa perilaku adalah segala bentuk aktivitas atau respon manusia yang disebabkan oleh karena adanya dorongan organisme nyata yang terlihat dari kebiasaan, keinginan, nilai-nilai, kekuatan pendorong dan kekuatan penahan sebagai reaksi atau respon orang tersebut yang muncul karena adanya pengalaman proses dalam pembelajaran dan juga karena ada rangsangan dari lingkungannya. Adapun cirinya adalah respon terhadap lingkungan, hasil proses belajar mengajar, ekspresi kongkret berupa sikap dan kata-kata, serta perbuatan¹⁴.

Pengaruh Sikap, Persepsi Perilaku dan Norma Subyektif Terhadap Minat Pencegahan Anemia Pada Pekerja Wanita

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi $< 0,05$ yang artinya baik kelompok intervensi maupun kelompok kontrol semua variabel (persepsi, norma dan sikap) berpengaruh terhadap minat perilaku pencegahan anemia pada wanita pekerja dengan keeratan hubungan 54 (cukup kuat/ sedang) pada kelompok intervensi.

Mengacu pada hasil penelitian yang dilakukan terhadap sekelompok remaja menunjukkan bahwa sikap remaja terhadap pola makan sehat dan persepsi kendali perilaku berpengaruh positif dan signifikan terhadap minat perilaku remaja dalam menerima masukan pola makan sehat sedangkan norma subjektif tidak memberi pengaruh yang bermakna terhadap intensi perilaku remaja dalam menerima masukan tentang pola makan sehat remaja¹⁵.

Selain itu mengacu pada hasil review yang dilakukan oleh D. Taylor dkk, disimpulkan bahwa predictor niat sikap, norma subyektif dan persepsi yang harus terbangun pada diri seseorang sebelum seseorang itu berperilaku¹³.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Buku saku kesehatan reproduksi yang disampaikan secara online mampu mempengaruhi persepsi, norma subyektif dan sikap terhadap pencegahan anemia wanita pekerja, begitu juga terhadap minat dalam melakukan pencegahan anemia. Perlu ada penelitian lanjutan terkait besaran pengaruh penyebaran informasi pencegahan anemia melalui media online oleh perusahaan dan instansi terkait.

DAFTAR PUSTAKA

1. Cappellini MD MI. Anemia in clinical practice—definition and classification: does hemoglobin change with aging. 2015;(4):261–269. doi:org/10.1053/
2. Aulia GY, Udiyono A, Saraswati LD, Adi MS, Epidemiologi B, Masyarakat FK. Gambaran status anemia pada remaja putri di wilayah pegunungan dan pesisir pantai. *J Keehatan Masy*. 2017;5:193-200.
3. Anggia D, Putri D, Hartanti RI, Dewi A, Sujoso P. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Produktivitas Kerja Pekerja Wanita Penyadap Karet di PDP Gunung Pasang Kabupaten Jember Factors Related with Work Productivity of Women Rubber Tapper Workers at PDP Gunung Pasang Jember Regency. *Univ Jember*. 2016.
4. Al Rahmad AH. Pengaruh Asupan Protein dan Zat Besi (Fe) terhadap Kadar Hemoglobin pada Wanita Bekerja. *J Kesehat*. 2017;8(3):321. doi:10.26630/jk.v8i3.509
5. Fitri L. Hubungan Pola Makan Dengan Anemia Pada Pekerja Wanita di PT. Indah Kita Pulp And Paper (IKPP) Tbk. Perawang. *J Endur*. 2016;1(3):152. doi:10.22216/jen.v1i3.1579
6. Desri Suryani, Riska Hafiani R. Analisis pola makan dan anemia gizi besi pada remaja putri Kota Bengkulu. *J Kesehat dan Masy Andalas*. 2016:11-18.
7. Yeni Tutu Rohimah DSH. Pengeruh pemberian zat besi Hem dan Non Hem pada Diet Harian terhadap Kadar Hemoglobin padaremaja putri yang mengalami anemia. 2006:150-154.
8. Khasanah U, Nindya TS. Hubungan Antara Kadar Hemoglobin dan Status Gizi dengan Produktivitas Pekerja Wanita di Bagian Percetakan dan Pengemasan di UD X Sidoarjo Correlation between Hemoglobin Level , Nutritional Status and Women Employee Productivity in Stamping and Packaging S. *Amerta Nutr*. 2018;2(1):84. doi:10.20473/amnt.v2.i1.2018.83-89
9. Utara US, Utara US, Utara US. Persepsi Pekerja Wanita terhadap Implementasi Kebijakan Perlindungan Maternitas dan Pelayanan Kesehatan Reproduksi di PT . Indah Glorymas Indonesia Tahun 2018. 2018.
10. Tena FULE, Guru P, Dasar S, Pendidikan FI, Semarang UN. Pengembangan Buku Saku Sebagai Media Ringkasan Siswa

- Kelas V Sd Negeri Skripsi. 2016.
11. Enni Nuraeni. Analisis motivasi, status gizi pekerja.pdf.
 12. Penelitian A, Widiastuti S, Fithra Dieny F. Faktor Determinan Produktivitas Kerja Pada Pekerja Wanita Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang 2011 Derminant Factors of Work Productivity in Female Workers. 2011.
 13. Taylor D, Bury M, Campling N. A Review of the use of the Health Belief Model (HBM), the Theory of Reasoned Action (TRA), the Theory of Planned Behaviour (TPB) and the Trans-Theoretical. *London, UK Natl* 2006; (June):1-215.
http://nice.org.uk/nicemedia/pdf/Behaviour_Change-Taylor_et_al-models_review_tables_appendices.pdf.
 14. Dra. Siti M. Armando M. Hubungan Antara Sikap, Minat dan Perilaku Manusia. *Region*. 2011;1(3):Psikologi Komunikasi.
 15. Shaliha T. Prediksi Perilaku Pola Makan Sehat Remaja Melalui Theory of Planned Behavior. *Fak Ekoomi UI*. 2013.