PENGARUH VIDEO EDUKASI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG PROTEIN HEWANI DI KELURAHAN KUNDURAN, KECAMATAN KUNDURAN, KABUPATEN BLORA

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan untuk memenuhi persyaratan

Memperoleh gelar Sarjana Kebidanan

Program Pendidikan Sarjana Kebidanan

Disusun Oleh :

FIRA DEANANTA SAFITRI

NIM. 32102100058

PROGRAM STUDI SARJANA DAN PENDIDIKAN PROFESI BIDAN

FAKULTAS FARMASI

UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG

2025

PERSETUJUAN PEMBIMBING KARYA TULIS ILMIAH

PENGARUH VIDEO EDUKASI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG PROTEIN HEWANI DI KELURAHAN KUNDURAN, KECAMATAN KUNDURAN, KABUPATEN BLORA

Disusun oleh :

FIRA DEANANTA SAFITRI

NIM. 32102100058

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

8 Mei 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama,	Pembimbing Pendamping,
Alfiah Rahmawati, S.SiT.,M.Keb	Muliatul Jannah, S.ST., M.Biomed.
NIDN. 0609048703	NIDN. 0616068305

HALAMAN PENGESAHAN PROPOSAL KARYA TULIS ILMIAH

PENGARUH VIDEO EDUKASI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG PROTEIN HEWANI DI KELURAHAN KUNDURAN, KECAMATAN KUNDURAN, KABUPATEN BLORA

Disusun oleh :

FIRA DEANANTA SAFITRI
NIM. 32102100058

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 8 Januari 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb.
NIDN. 0603058705 (.....)

Anggota,
Alfiah Rahmawati, S.SiT.,M.Keb
NIDN. 0609048703 (.....)

Anggota,
Muliatul Jannah, S.ST., M.Biomed.
NIDN. 0616068305 (.....)

Mengetahui,

Semarang, 14 Januari 2025

Ketua Program Studi
Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan

Rr. Catur Leny Wulandari, S.SiT., M.Keb.
NIDN. 0626067801

HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH

PENGARUH VIDEO EDUKASI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG PROTEIN HEWANI DI KELURAHAN KUNDURAN, KECAMATAN KUNDURAN, KABUPATEN BLORA

Disusun oleh :

FIRA DEANANTA SAFITRI
NIM. 32102100058

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 22 Mei 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb.
NIDN. 0603058705 (.....)

Anggota,
Alfiah Rahmawati, S.SiT.,M.Keb
NIDN. 0609048703 (.....)

Anggota,
Muliatul Jannah, S.ST., M.Biomed.
NIDN. 0616068305 (.....)

Mengetahui,

Dekan Fakultas Farmasi UNISSULA Semarang,	Ka. Prodi Sarjana Kebidanan UNISSULA Semarang,
Dr. Apt. Rina Wijayanti, M.Sc.	Rr. Catur Leny Wulandari, S.Si.T., M.Keb.
NIDN. 0618018201	NIDN. 0626067801

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis ilmiah ini asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana) baik dari universitas Islam Agung Semarang maupun perguruan tinggi lain

2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing

3. Dalam Karya Tulis Ilmiah ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan naskah pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Semarang, 22 November 2024

Pembuat Pernyataan

Fira Deananta Safitri

NIM. 32102100058

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan hidayah-Nya sehingga pembuatan Proposal Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Pengaruh Video Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Protein Hewani Di Kelurahan Kunduran, Kecamatan Kunduran, Kabupaten Blora” ini dapat selesai sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Karya Tulis Ilmiah ini diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Kebidanan (S.Keb.) dari Prodi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Fakultas Farmasi Unissula Semarang.

Penulis menyadari bahwa selesainya pembuatan Karya Tulis Ilmiah ini adalah berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Gunarto, SH., SE., Akt., M.Hum selaku Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Dr. Apt. Rina Wijayanti, M.Sc, selaku Dekan Fakultas Farmasi Unissula Semarang.
3. Rr. Catur Leny Wulandari, S.Si.T, M.Keb., selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
4. Alfiah Rahmawati S.Si.T., M.Keb. dan Muliatul Jannah, S.S.T, M. Biomed selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan hingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini selesai.
5. Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb. selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan hingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini selesai.
6. Bapak Dwi Erwanto, SE selaku Kepala kelurahan Kunduran yang sudah mengizinkan peneliti melakukan penelitian di Kelurahan Kunduran.
7. Seluruh Dosen dan Karyawan Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Fakultas Farmasi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
8. Kedua orang tua penulis bapak Sunarko dan ibu Suwarni yang selalu mendoakan, mendidik, memberikan dukungan moril dan materiil sehingga penulis dapat menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.

9. Kakak dan adek penulis yang selalu memberikan motivasi dan dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.
10. Semua pihak yang terkait yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis menyadari bahwa hasil Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca guna perbaikan dan penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Semarang, 16 Mei 2025

Penulis

Fira Deananta Safitri

NIM. 32102100058

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

”Setetes keringat orang tuaku yang keluar, ada seribu langkahku untuk maju”

PERSEMBAHAN

Segala perjuangan saya hingga titik ini, saya persembahkan teruntuk orang-orang hebat yang selalu menjadi penyemangat, menjadi saya kuat sehingga bisa menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik. Penulis menyadari bahwa selesainya pembuatan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini adalah berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Cinta pertamaku dan panutanku Bapak Sunarko. Terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan penulis, beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, memberikan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
2. Pintu surgaku ibundaku tercinta Ibu Suwarni. Terima kasih atas cinta yang tak pernah putus, atas doa yang terucap di setiap sujud malam, dan atas pelukan yang selalu membuat penulis merasa cukup dan kuat hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
3. Kakak & Adikku tersayang, Wahyu Priyagung Budhi, Jhohan Mariana, Monica Tri Wahyuningtyas. Terimahkasih telah memberikan semangat yang tersirat dan selalu membela penulis dalam mengahadapi kondisi apapun.
4. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Fito Ervandianto. Terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis serta menjadi pendamping dalam segala hal dan menemani, mendukung ataupun

menghibur dalam kesedihan, mendengar keluh kesah dan memberi semangat untuk pantang menyerah sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

5. Sahabat tercinta Siti Rohmayani. Terima kasih selalu mendukung, memberi semangat, menemani di setiap langkah baik saat suka maupun duka dan banyak berkonstribusi dalam proses penulis menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Sahabat kuliahku yang luar biasa Arda, Farikha, Fiska, Shinta, Nabila dan Resti. Terima kasih yang selalu membersamai dalam empat tahun ini yang banyak membantu dalam mengerjakan skripsi dan tak pernah henti saling menyemangati. *See you on top, guys*.
7. Terakhir, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada sosok yang telah diam-diam berjuang tanpa henti yakni diri penulis sendiri, Fira Deananta Safitri. Seorang anak perempuan yang tengah melangkah menuju usia 22 tahun, dengan segala kekuatan, keraguan, dan karakter yang unik. Terima kasih telah bertahan sejauh ini, tetap berjalan meski banyak tantangan, dan terus berani menjadi diri sendiri. Penulis bangga atas setiap langkah kecil yang telah diambil, atas setiap pencapaian yang mungkin tidak selalu terlihat atau dirayakan. Meski tidak semua harapan berjalan sesuai keinginan, semoga hati ini tetap mampu belajar menerima dan bersyukur. Teruslah berusaha, berbahagia, dan bersinar di manapun berada. Semoga setiap langkah selalu dikuatkan, dikelilingi oleh orang-orang baik, dan impian satu per satu menjadi nyata. Aamiin...

DAFTAR ISI

KARYA TULIS ILMIAH i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING KARYA TULIS ILMIAH ii
HALAMAN PENGESAHAN PROPOSAL KARYA TULIS ILMIAH iii
HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI vi
KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS vi
PRAKATA vii
PERSEMBAHAN ix
DAFTAR ISI xi
DAFTAR TABEL xiv
DAFTAR GAMBAR xv
DAFTAR LAMPIRAN xvi
DAFTAR SINGKATAN xvii
ABSTRAK xviii
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan Penelitian 4
D. Manfaat Penelitian 5
E. Keaslian Penelitian 7
BAB II TINJAUAN TEORI 8
A. Landasan Teori 8
1. Media 8
2. Video edukasi 9
3. Pengetahuan 12
4. Anemia Kehamilan 22
5. Protein Hewani 23
B. Kerangka Teori 41
C. Kerangka Konsep 42
D. Hipotesis/Pernyataan Penelitian 42

BAB III METODE PENELITIAN 43
A. Jenis dan Rancangan Penelitian 43
B. Subjek Penelitian 44
1. Populasi 44
2. Sampel 44
3. Teknik Sampling 45
C. Waktu dan Tempat 46
1. Waktu 46
2. Tempat 46
D. Prosedur Penelitian 47
1. Tahapan awal 48
2. Tahap perlakuan 48
3. Tahap akhir 48
E. Variabel Penelitian 49
1. Variabel bebas 49
2. Variabel terikat 49
3. Variabel perancu 49
F. Definisi Operasional Penelitian 50
G. Metode Pengumpulan Data 51
1. Data 51
2. Teknik pengumpulan data 51
3. Alat ukur 52
H. Metode Pengolahan Data 57
1. Editing 57
2. Coding 57
3. Tabulating 58
I. Analisis Data 58
1. Analisis univariat 58
2. Analisis bivariat 58
J. Etika Penelitian 59
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 61
A. Gambaran Penelitian 61
1. Gambaran Lokasi Penelitian 61
2. Proses Penelitian 62

B. Hasil Penelitian 64
1. Karakteristik Responden 64
2. Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Melalui Media Video 65
3. Pengaruh Media Video Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil tentang Protein Hewani 68
4. Pengaruh Tingkat Pendidikan terhadap Pengetahuan Ibu Hamil tentang Protein Hewani 69
C. Pembahasan 69
1. Karakteristik Responden 69
2. Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Melalui Media Video 71
3. Pengaruh Media Video Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil tentang Protein Hewani 73
4. Pengaruh Tingkat Pendidikan terhadap Pengetahuan Ibu Hamil tentang Protein Hewani 74
D. Keterbatasan Penelitian 76
BAB V SIMPULAN DAN SARAN 77
A. Simpulan 77
B. Saran 78
DAFTAR PUSTAKA 80
LAMPIRAN 84

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian 7

Tabel 2. 1 Nilai Gizi Hati Ayam 27

Tabel 2. 2 Nilai Gizi Hati Ayam 28

Tabel 2. 3 Nilai Gizi Daging Ayam 29

Tabel 2. 4 Nilai Gizi Ikan 30

Tabel 2. 5 Nilai Gizi Telur 30

Tabel 2. 6 Kebutuhan Harian Protein Hewani 31

Tabel 3. 1 Definisi Operasional 50

Tabel 3. 2 Kriteria Skor Uji Validitas 52

Tabel 3. 3 Skala Persentase 52

Tabel 3. 4 Kisi Kisi Instrumen 54

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Karakteristik Ibu Hamil Berdasarkan usia dan tingkat pendidikan di Kelurahan Kunduran 64

Tabel 4. 2 Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Melalui Media Video 65

Tabel 4. 3 Tabel Distribusi Pengetahuan Pretest dan Posttest Responden 66

Tabel 4. 4 Pengaruh Media Video Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Protein Hewani 68

Tabel 4. 5 Pengaruh Tingkat Pendidikan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Protein Hewani 69

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 kerangka teori 41

Gambar 2. 2 Kerangka Konsep..... 42

Gambar 3. 1 Prosedur Penelitian..... 47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penelitian 85
Lampiran 2. Surat Kesediaan Pembimbing 1 86
Lampiran 3. Satuan Acara Penyuluhan 88
Lampiran 4. Lembar Informed Consent 92
Lampiran 5. Lembar Kisi Kisi Kuesioner 93
Lampiran 6. Lembar Kuesioner 94
Lampiran 7. Kuesioner Peneltian 95
Lampiran 8. Instrumen Validasi Ahli Materi 97
Lampiran 9. Instrumen Validasi Ahli Bahasa 99
Lampiran 10. Instrumen Validasi Ahli Media 102
Lampiran 11. Instrumen Validasi Responden 104
Lampiran 12. Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah 105
Lampiran 13. Lembar Konsultasi Pasca Proposal 111
Lampiran 14. Lembar Konsultasi Pasca Hasil 111
Lampiran 15. Hasil Uji Validitas & Reabilitas Kuesioner Penelitian Validitas 115
Lampiran 16. Uji statistika 118
Lampiran 17. Surat Layak Etik 120
Lampiran 18. Surat Balasan Penelitian 121
Lampiran 19. Dokumentasi Penelitian 122

DAFTAR SINGKATAN

AECT : *Association for Educational Communications and Technology*

NEA : *National Education Association*

WHO : *World Health Organization*

HB : Hemoglobin

SPSS : *Statistical Package for the Social Sciences*

ABSTRAK

Latar Belakang : Pengetahuan yang rendah merupakan salah satu penyebab terjadinya anemia kehamilan, Upaya preventif pencegahan anemia kehamilan adalah dengan memberikan edukasi tentang protein hewani untuk mencegah anemia melalui media video. Media video memiliki keunggulan dapat diputar berkali-kali dan mudah diingat. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh video edukasi terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang protein. **Metode :** Studi *Pre-experimental* dengan rancangan *One Group Pretest-Posttest.* Subjek penelitian terdiri dari 36 ibu hamil yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan menggunakan rumus Isaac dan Michael. Pengumpulan data melalui kuesioner *preposttest* dengan intervensi penayangan video edukasi tentang protein hewani selama 1x 6 menit. Analisis data menggunakan uji *Chi-Square*. **Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah diberikan edukasi melalui video, dengan p-value < 0,009 yang menunjukkan bahwa video edukasi memiliki pengaruh signifikan terhadap pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani. tetapi tidak ada pengaruh pendidikan terhadap pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani.

Kata Kunci : Anemia, Ibu Hamil, Protein hewani, Media Video, Pengetahuan

Background*: Low knowledge is one of the causes of anemia in pregnancy. Preventive efforts to prevent anemia in pregnancy are by providing education about animal protein to prevent anemia through video media. Video media has the advantage of being able to be played repeatedly and is easy to remember.* ***Objective****: This study aims to determine the effect of educational videos on increasing pregnant women's knowledge about protein.* ***Method****: Pre-experimental study with a One Group Pretest-Posttest design. The subjects of the study consisted of 36 pregnant women selected using purposive sampling techniques using the Isaac and Michael formula. Data collection through pre-posttest questionnaires with interventions of showing educational videos about animal protein for 1x 6 minutes. Data analysis using the Chi-Square test.* ***Results****: The results of the study showed an increase in the knowledge of pregnant women after being given education through videos, with a p-value <0.009 which indicates that educational videos have a significant effect on pregnant women's knowledge about animal protein. but there is no effect of education on pregnant women's knowledge about animal protein.*

Keywords: Anemia, Pregnant Women, Animal Protein, Video Media, Knowledge

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Depkes RI (2016), kehamilan merupakan proses selama sembilan bulan atau lebih dimana seseorang perempuan membawa embrio dan janin yang sedang berkembang di dalam rahimnya, Pada kehamilan, penurunan kadar hemoglobin sering terjadi karena peningkatan volume plasma darah yang lebih cepat dibandingkan dengan peningkatan produksi sel darah merah, yang dapat menyebabkan anemia. Anemia kehamilan terjadi jika kondisi kadar hemoglobin ibu hamil di bawah 11 gr % saat trimester I serta dibawah 10,5 gr% pada kehamilan trimester II dan II. Penyebabnya adalah karena adanya pengenceran darah (hemodelusi) dengan volume sel darah merah yang meningkat dari 30% sampai 40% pada usia kehamilan 32 minggu hingga 34 minggu (Syarif, 2022).

Menurut WHO (*World Health Organization*) prevalensi ibu-ibu hamil diseluruh dunia yang mengalami anemia sebesar 41,8%. Prevalensi anemia pada ibu hamil di Amerika Sebesar 24,1%, Eropa 25,1%, Pasifik barat 30,7%, Negara-negara di Afrika Sebesar 57,1% dan di Asia Tenggara sebesar 48,2%. Anemia pada masa kehamilan yang sering terjadi adalah anemia difisiensi zat besi. Hasil persalinan pada wanita hamil yang menderita anemia defisiensi besi adalah 12-28% angka kematian janin, 30% kematian perinatal, dan 7-10% angka kematian neonatal. (Malaka, Irwan and Ahmad, 2023)

Kekurangan zat besi dalam tubuh pada masa kehamilan merupakan penyebab utama terjadinya anemia difisiensi zat besi pada ibu hamil. Hal ini

dapat terjadi karena konsumsi zat besi dalam bentuk sayuran, makanan atau suplemen tambahan yang kurang tercukupi pada masa kehamilan. Defisiensi zat besi pada wanita hamil dapat beresiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah dan persalinan premature. (Harna *et al.*, 2020)

Faktor yang dapat mempengaruhi kejadian anemia pada kehamilan diantaranya adalah pendidikan, pengetahuan, paritas, dan sosial ekonomi yang juga dipengaruhi oleh pendapatan keluarga, serta aspek yang lain yaitu kepatuhan dalam mengkonsumsi suplementasi tablet zat besi selama kehamilan. Salah satu faktor penyebab anemia pada ibu hamil yang sering terjadi adalah karena adanya mitos pantangan selama masa kehamilan. (Fitriyani, Mudigdo and Lanti, 2016)

Upaya pencegahan anemia defisiensi zat besi saat kehamilan, dibutuhkan gizi yang baik dari makanan dan supleman tambahan seperti konsumsi tablet FE. Gizi yang baik dapat dikonsumsi dari makanan yang mengandung protein hewani. Kandungan protein hewani sangat dibutuhkan oleh ibu hamil agar pertumbuhan janin tidak mengalami hambatan serta dapat melahirkan bayi dengan berat badan lahir normal. (Triwidiasti, Hardian and Mumpuni, 2023).

Makanan sumber hewani mengandung zat gizi yang baik dan diperlukan oleh manusia, termasuk zat gizi mikro seperti zat besi (Fe). 40% zat besi heme berasal dari pangan hewani, dengan ketersediaan biologis yang baik yakni sekitar 23%, sehingga zat gizi lebih mudah diserap dan dimanfaatkan oleh tubuh. Kandungan zat besi pada bahan makanan tersebut sangat diperlukan terutama untuk ibu hamil, karena pada masa kehamilan

kebutuhan akan zat besi mengalami peningkatan (Amalia Yunia Rahmawati, 2020).

Ibu hamil dianjurkan untuk mengkonsumsi makanan sumber protein hewani seperti hati ayam, daging sapi, daging ayam, ikan dan telur untuk memenuhi kebutuhan zat besi dalam tubuh (Inayah, Pratikwo and Anonim, 2023).

Bidan mempunyai peran menjadi pendidik yaitu memberikan pendidikan pada individu, keluarga dan masyarakat dalam masa prakonsepsi, kehamilan, persalinan, nifas, masa laktasi, KB, pertumbuhan/perkembangan bayi/anak, gizi, pemeliharaan kesehatan dan masalah kesehatan masyarakat. Salah satu media untuk memberikan pendidikan kesehatan yaitu dengan menggunakan media video (Aini R.N, 2021)

Video adalah media yang digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi yang mengarah pada program sosialisasi di bidang kesehatan, yang mengutamakan pendidikan dan informasi serta komunikasi kesehatan. Keunggulan media video dapat memudahkan penonton dalam mengingat informasi yang diberikan. Video dapat dilihat berulang-ulang, format yang digunakan dapat disajikan dengan berbagai bentuk, seperti , DVD, kaset dan softfile flashdisk. Media edukasi video mampu merebut 94% saluran masuknya informasi atau pesan kedalam jiwa manusia melalui mata dan telinga dan secara umum dapat membuat seseorang mengingat 50% dari apa yang dilihat dan didengar dalam sebuah video. (Supriani, 2021)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Kelurahan Kunduran dengan 8 ibu hamil. Setelah melakukan wawancara didapatkan hasil seluruh ibu hamil mengetahui tentang batas kadar HB normal namun ibu belum

mengetahui tentang manfaat protein hewani untuk mencegah anemia. Ibu menganggap anemia merupakan hal yang biasa terjadi sehingga mereka menganggap remeh tantang anemia dan dampaknya. Tujuh dari delapan ibu hamil mengatakan mereka lebih mudah menerima informasi melalui audiovisual seperti video dibandingkan metode ceramah (Aini R.N, 2021).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka perumusan masalah dalam penelitian sebagai berikut “Apakah ada pengaruh video edukasi terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani di kelurahan Kunduran?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

   Untuk mengetahui Pengaruh Video Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Protein Hewani Di Kelurahan Kunduran, Kecamatan Kunduran, Kabupaten Blora

2. Tujuan khusus
   a. Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan usia dan pendidikan ibu hamil di Kelurahan Kunduran, Kecamatan Kunduran, Kabupaten Blora.
   b. Mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dan setelah diberikan edukasi melalui penayangan video di Kelurahan Kunduran, Kecamatan Kunduran, Kabupaten Blora.

c. Mengetahui pengaruh media video terhadap pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani Di Kelurahan Kunduran, Kecamatan Kunduran, Kabupaten Blora.

d. Mengetahui pengaruh tingkat pendidikan terhadap pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani Di Kelurahan Kunduran, Kecamatan Kunduran, Kabupaten Blora.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

   Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dan memperkaya khazanah ilmiah serta sebagai bahan untuk mengevaluasi apakah adanya pengaruh pemberian edukasi dalam peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani.

2. Manfaat praktis

   a. Bagi Prodi Kebidanan Unissula

      Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dalam pengembangan materi pembelajaran yang lebih inovatif bagi mahasiswa kebidanan, terutama terkait dengan pentingnya protein hewani pada ibu hamil.

   b. Bagi Peneliti

      Dengan penelitian ini diharapkan peneliti dapat mengetahui apakah terdapat pengaruh media video terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani.

   c. Bagi Peneliti selanjutnya

      Penelitian ini dapat menjadi referensi teoritis bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji topik serupa, serta hasil penelitian memberikan dasar

yang dapat digunakan untuk mengembangkan kajian lebih lanjut atau sebagai pembanding dalam penelitian yang relevan.

d. Bagi Ibu Hamil

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan ibu hamil bahwa anemia selama kehamilan dapat dicegah dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung protein hewani.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No.	Judul	Peneliti/Tahun	Desain studi	Sample	Hasil	persamaan	perbedaan
1.	Hubungan konsumsi makanan protein hewani, konsumsi tablet zat besi dan pendapatan keluarga dengan kadar HB ibu hamil	(Fitriyani, Mudigdo and Lanti, 2019)	*cross sectional.*	60 ibu hamil TM III	Terdapat hubungan antara konsumsi makanan protein hewani dengan kadar hemoglobin ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Tirto Kabupaten Pekalongan.	subjek ibu hamil, protein hewani	Lokasi penelitian, tempat dan waktu, variabel
2.	Hubungan Asupan Protein, Vitamin C, Vitamin B12 Dan Sosial Ekonomi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Beringin Raya Tahun 2022	(Yelvita, 2022)	*Cross Sectional*	59 ibu hamil	Ada hubungan yang signifikan antara asupan Protein dengan Kadar Hemoglobin pada ibu hamil	Subjek ibu hamil, variabel terkait asupan protein hewani	Jenis penelitian, variabel, waktu dan tempat penelitian
3.	Pengaruh Media Video Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia Di Puskesmas Bangetayu	(Rahmawati, 2024)	semieksperimen	31 ibu hamil	Terdapat pengaruh edukasi melalui media video terhadap pengetahuan ibu hamil tentang anemia di Puskesmas Bangetayu	Jenis penelitian, Pengaruh/efektivitas media video	Variabel pengetahuan tentang anemia kehamilan, waktu dan lokasi penelitian,
4.	The Effect Of Media Video Influence On Knowledge And Attitude Of Pregnant Women In The Work Of Anemia Health District Nanggulan Kulon Progo	(Febrianta *et al.*, 2019)	Semieksperimen yang melibatkan desain predan post dengan kontrol.	20 ibu hamil	Penggunaan media video berdampak lebih besar dari pada PowerPoint.	Penggunaan media video	Variabel terikat, variabel bebas, populasi dan sampel, waktu dan lokasi penelitian.

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Media

a. Definisi media

Kata media berasal dari bahasa Latin dan merupakan bentuk jamak dari kata medium yang secara harfiah berarti perantara atau pengantar media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima pesan (Puspitasari and Sunarsih, 2021).

Pengertian media menurut Asosiasi Komunikasi dan Teknologi Pendidikan *AECT (Association for Educational Communications and Technology)* di Amerika dalam Sanaki, media adalah segala bentuk dan saluran yang digunakan orang untuk menyalurkan pesan atau informasi. Pendapat yang lain menurut NEA (*National Education Association*) bahwa media adalah bentuk-bentuk komunikasi baik cetak maupun audio-visual serta peralatannya. Berdasarkan beberapa pendapat di atas, media pendidikan adalah segala sesuatu yang digunakan untuk menyalurkan pesan atau informasi dengan media cetak maupun audio visual (Permana, 2020).

b. Tujuan media

Tujuan penggunaan media untuk promosi kesehatan adalah (Notoatmodjo, 2019)

1) Media dapat memberikan informasi dengan lebih mudah
2) Media dapat mencegah gagasan yang salah
3) Media dapat menjelaskan informasi yang disampaikan.

4) Media mempermudah pemahaman
5) Media dapat membatasi komunikasi.
6) Media bisa menampilkan apa yang bisa ditangkap mata.
7) Media dapat memfasilitasi komunikasi

c. Jenis-jenis media

Media promosi kesehatan menurut (notoatmodjo 2019) dibagi menjadi 3 macam, yaitu :

1) Media cetak, yaitu jenis media yang cara penyampaian informasinya melalui tulisan atau gambar. Contoh : booklet, leaflet, flyer, poster dan sebagainya
2) Media elektronik, yaitu jenis media yang cara penyampaiannya melalui penglihatan dan pendengaran. Contoh : televisi, radio, video.
3) Media luar ruangan, yaitu media yang menyampaikan pesannya diluar ruangan secara umum melalui media cetak dan elektronika secara statis. Contoh : papan reklame, spanduk, pameran, banner dan sebagainya.

2. Video edukasi

a. Pengertian video edukasi

Beberapa penelitian telah menjelaskan tentang dampak positif video dalam peningkatan kognitif individu tentang kesehatan. Video merupakan media yang paling sering digunakan oleh promotor kesehatan sebagai media yang memfasilitasi pengembangan aspek kognitif hingga keterampilan individu dan lingkup komunitas. Penggunaan video informasi kesehatan merupakan aspek potensial

pada penerima pesan dengan tingkat literasi rendah. Penyampaian informasi melalui video meningkatkan minat belajar dan mudah diterima oleh penerima pesan (Supriani, 2021).

b. Unsur video

Menurut (Yudianto, 2017) unsur dalam video adalah

a) Teks

Dalam penggunaannya teks tediri dari unit-unit bahasa. Teks merupakan elemen utama dalam video yang memiliki fungsi menyampaikan informasi.

b) Gambar

Gambar berfungsi sebagai ikon dalam video, yang bila dipadu dengan teks, menunjukkan berbagai opsi yang bisa dipilih (select) atau gambar bisa muncul full-screen menggantikan teks, tapi tetap memiliki bagian-bagian tertentu yang berfungsi sebagai pemicu yang bila diklik akan menampilkan objek atau event multimedia lain.

c) Audio

Audio atau suara adalah sesuatu yang dihasilkan oleh perubahan tekanan udara yang sampai ke telinga manusia. Suara membantu meningkatkan daya tarik informasi yang akan disampaikan.

d) Animasi

Animasi dalam media video adalah teknik visual yang menggunakan rangkaian gambar atau grafik yang digerakkan secara berurutan untuk menciptakan ilusi gerak, yang bertujuan untuk menyampaikan pesan, cerita, atau informasi dengan cara yang menarik dan dinamis.

c. Kelebihan

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 (Jatmika *et al.*, 2019)

d. Kekurangan video

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(Jatmika *et al.*, 2019).

e. Pengaruh media video

Menurut penelitian (Puspitasari and Sunarsih, 2021) penggunaan media video dalam pendidikan kesehatan lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil. Video edukasi dapat memberikan informasi secara visual dan auditori, yang membantu ibu hamil lebih mudah memahami informasi yang disampaikan. Hal ini dikarenakan media video mampu menyajikan simulasi dan penjelasan praktis yang lebih jelas dibandingkan metode komunikasi yang lain seperti leaflet, booklet dan sebagainya. Dalam penelitian (Safitri, 2022)

Media video mampu menstimulasi indera pendengar dan penglihat sehingga hasil yang diperoleh lebih maksimal.

Menurut penelitian (Rahmawati, 2024) video dapat menstimulasi indra penglihatan & pendengaran kemudian informasi yang diterima setelah melihat video akan diteruskan ke otak melalui sistem saraf lalu neuron akan mengubah informasi yang diterima menjadi makna yang mudah dipahami dan diingat sehingga dapat meningkatkan pengetahuan orang yang melihat video tersebut.

3. Pengetahuan

a. Definisi Pengetahuan

Pengetahuan atau knowledge merupakan hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek melalui pancaindra yang dimilikinya. Panca indra manusia guna penginderaan terhadap objek yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan perabaan. Pada waktu penginderaan untuk menghasilkan pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh intensitas perhatia ndan persepsi terhadap objek. Pengetahuan seseorang sebagian besar diperoleh melalui indra pendengaran dan indra penglihatan(Notoadmodjo, 2018).

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindera manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba (Notoatmodjo, 2021).

Menurut Notoatmodjo (2021), pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan yaitu :

1) Tahu (Know)

   Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (recall) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima.

2) Memahami (Comprehension)

   Diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tenang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yag dipelajari.

3) Aplikasi (Application)

   Diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi kondisi real (sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

4) Analisis (Analysis)

   Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata-kata

kerja: dapat menggambarkan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

5) Sintesis (Synthesis)

Sintesis merupakan pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis itu suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

6) Evaluasi (Evaluation)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaianpenilaian ini berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada (Notoadmodjo, 2018)

b. Komponen Pengetahuan

Adapun menurut Bahm (dikutip dalam (Supriani, 2021)), definisi ilmu pengetahuan melibatkan enam macam komponen utama, yaitu masalah (problem), sikap (attitude), metode (method), aktivitas (activity), kesimpulan (conclusion), dan pengaruh (effects).

1) Masalah (problem)

Ada tiga karakteristik yang harus dipenuhi untuk menunjukkan bahwa suatu masalah bersifat scientific, yaitu bahwa masalah adalah sesuatu untuk dikomunikasikan, memiliki sikap ilmiah, dan harus dapat diuji

2) Sikap (attitude)

   Karakteristik yang harus dipenuhi antara lain adanya rasa ingin tahu tentang sesuatu; ilmuwan harus mempunyai usaha untuk memecahkan masalah; bersikap dan bertindak objektif, dan sabar dalam melakukan observasi

3) Metode (method)

   Metode ini berkaitan dengan hipotesis yang kemudian diuji. Esensi science terletak pada metodenya. Science merupakan sesuatu yang selalu berubah, demikian juga metode, bukan merupakan sesuatu yang absolut atau mutlak.

4) Aktivitas (activity)

   Science adalah suatu lahan yang dikerjakan oleh para scientific melalui scientific research, yang terdiri dari aspek individual dan sosial

5) Kesimpulan (conclusion)

   Science merupakan a body of knowledge. Kesimpulan yang merupakan pemahaman yang dicapai sebagai hasil pemecahan masalah adalah tujuan dari science, yang diakhiri dengan pembenaran dari sikap, metode, dan aktivitas.

6) Pengaruh (effects)

   Apa yang dihasilkan melalui science akan memberikan pengaruh berupa pengaruh ilmu terhadap ekologi (applied science) dan pengaruh ilmu terhadap masyarakat dengan membudayakannya menjadi berbagai macam nilai (Darsini, Fahrurrozi and Cahyono, 2019).

c. Jenis Pengetahuan

Menurut (Darsini, Fahrurrozi and Cahyono, 2019) berdasarkan jenis pengetahuan itu sendiri, pengetahuan dapat diklasifikasikan menjadi :

1) Berdasarkan Obyek (Object-based)

Pengetahuan manusia dapat dikelompokkan dalam berbagai macam sesuai dengan metode dan pendekatan yang mau digunakan.

a) Pengetahuan Ilmiah

Semua hasil pemahaman manusia yang diperoleh dengan menggunakan metode ilmiah.

b) Pengetahuan Non Ilmiah

Pengetahuan non ilmiah adalah seluruh hasil pemahaman manusia tentang sesuatu atau obyek tertentu dalam kehidupan sehari-hari terutama apa yang ditangkap oleh indera-indera manusia.

2) Berdasarkan Isi (Content-based)

Berdasarkan isi atau pesan pengetahuan dapat dibedakan menjadi beberapa yaitu :

a) Tahu bahwa

Pengetahuan tentang informasi tertentu misalnya tahu bahwa sesuatu telah terjadi. Kita tahu bahwa fakta 1 dan fakta 2 itu sesungguhnya benar.

b) Tahu bagaimana

Misalnya bagaimana untuk melakukan sesuatu (know-how). Hal

ini berkaitan dengan ketrampilan atau keahlian membuat sesuatu.

c) Tahu akan

Pengetahuan yang bersifat langsung melalui penganalan pribad dan spesifik berdasarkan pengenalan pribadi secara langsung akan obyek. Ciri pengetahuan ini ialah bahwa tingkatan obyektifitasnya tinggi.

d. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Pengetahuan yang dimiliki oleh individu dipengaruhi oleh banyak faktor. Secara umum faktor yang mempengaruhi pengetahuan dapat diklasifikasikan menjadi dua yaitu faktor internal (berasal dari dalam individu) dan faktor eksternal (berasal dari luar individu) (Notoadmodjo, 2018).

1) Faktor internal

a) Umur

Menurut Horlock, usia seseorang dihitung dari saat lahir hingga tanggal lahir. Semakin bertambah usia maka semakin tinggi pula tingkat kematangan dan kemampuan berpikir dan bertindak seseorang. Usia sangat erat kaitannya dengan pemahaman dan pola pikir seseorang. Seiring bertambahnya usia, kemampuan kognitif dan pola pikir masyarakat meningkat sehingga masyarakat semakin mudah memperoleh informasi. Dengan bertambahnya umur individu, daya tangkap dan pola pikir seseorang akan lebih berkembang, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik.

b) Jenis kelamin

Menurut Daniel Amin, meski rata-rata otak laki-laki 10% lebih besar dibandingkan perempuan, bukan berarti laki-laki lebih pintar. Ukuran otak tidak ada hubungannya dengan kecerdasan atau IQ. Whittelson menjelaskan, otak pria lebih rentan dan mengalami perubahan yang dipengaruhi oleh hormon testosteron. Sedangkan hipokampus yang berperan dalam penyimpanan memori lebih besar pada wanita. Perbedaan respons komunikasi juga terlihat jelas, pusat verbal perempuan terletak di kedua belahan otak, sedangkan laki-laki hanya terletak di belahan otak kiri. Hal ini menjelaskan mengapa perempuan lebih menyukai diskusi dan argumen, sedangkan laki-laki lebih menyukai kesederhanaan dalam komunikasi. Laki-laki seringkali mengabaikan aspek emosional, kesulitan mengendalikan emosi dan mengambil keputusan yang lebih rasional, sedangkan perempuan lebih cenderung membiarkan emosi mempengaruhi keputusannya.

2) Faktor eksternal

a) Pendidikan

Pendidikan mempengaruhi seseorang untuk berperan serta dalam pembangunan dan umumnya semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang akan semakin mudah dalam menerima informasi. Seseorang yang menempuh pendidikan jenjang pendidikan formal, akan terbiasa untuk berpikir secara logis dalam menghapi sesuatu permasalahan. Hal ini dikarenakan

dalam proses pendidikan formal, individu akan diajarkan untuk mengidentifikasi masalah, menganalisa suatu permasalahan dan mencoba untuk memecahkan atau mencari solusi atas suatu permasalahan.

b) Pekerjaan

Pekerjaan pada dasarnya merupakan aktivitas yang dilakukan manusia baik untuk mendapatkan gaji (salary) atau kegiatan yang dilakukan untuk mengurus kebutuhannya seperti mengerjakan pekerjaan rumah atau yang lainnya. Lingkungan pekerjaan dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun secara tidak langsung. Adakalanya pekerjaan yang dilakukan seorang individu akan memberikan kesempatan yang lebih luas kepada individu untuk memperoleh pengetahuan atau bisa juga aktivitas pekerjaan yang dimiliki malah menjadikan individu tidak mampu mengakses suatu informasi.

c) Pengalaman

Pengalaman merupakan sumber pengetahuan sebagai cara untuk mendapatkan kebenaran dengan mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh di masa lalu untuk memecahkan masalah. Pengalaman merupakan suatu kejadian yang dialami seseorang pada masa lalu. Pada umumnya semakin banyak pengalaman seseorang, semakin bertambah pengetahuan yang didapatkan. Dalam hal ini, pengetahuan ibu

yang pernah melahirkan seharusnya lebih tinggi daripada pengetahuan ibu yang belum melahirkan sebelumnya.

d) Sumber informasi

Salah satu faktor yang dapat memudahkan individu dalam memperoleh pengetahuan yaitu dengan cara mengakses berbagai sumber informasi yang ada di berbagai sumber dan media. Perkembangan teknologi yang terjadi saat ini, semakin memudahkan bagi seseorang untuk bisa mengakses hampir semua informasi yang dibutuhkan. Seseorang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas. Pada umumnya semakin mudah memperoleh informasi semakin cepat seseorang memperoleh pengetahuan yang baru.

e) Minat

Minat akan menuntun seseorang untuk mencoba dan memulai hal baru sehingga pada akhirnya akan mendapatkan pengetahuan yang lebih dari sebelumnya. Minat atau passion akan membantu seseorang dan bertindak sebagai pendorong guna pencapaian sesuatu hal /keinginan yang dimiliki individu. Minat merupakan suatu keinginan yang tinggi terhadap sesuatu hal. Minat menjadikan seseorang untuk mencoba dan menekuni, sehingga seseorang memperoleh pengetahuan yang lebih mendalam

f) Lingkungan

Lingkungan sangat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok. Lingkungan merupakan segala sesuatu yang ada di sekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada didalam lingkungan tersebut. Contohnya, apabila suatu wilayah mempunyai sikap menjaga kebersihan lingkungan, maka sangat mungkin masyarakat sekitarnya mempunyai sikap menjaga kebersihan lingkungan

g) Sosial budaya

Sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi dari sikap dalam menerima informasi. Seseorang yang berasal dari lingkungan yang tertutup seringkali sulit untuk menerima informasi baru yang akan disampaikan. Hal ini biasanya dapat ditemui pada beberapa komunitas masyarakat tertentu (Darsini, Fahrurrozi and Cahyono, 2019).

e. Pengukuran Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2021), pengetahuan dapat diukur dengan menyebarkan kuesioner yang menanyakan kepada responden tentang topik yang ingin diukur, atau dengan mewawancarai subjek penelitian secara langsung. Cara mengukur tingkat pengetahuan adalah dengan memberikan soal, kemudian menilainya menurut kategori baik, cukup dan kurang. Pengukuran pengetahuan dibagi menjadi

1) Kurang (56%)
2) Cukup (56%-75%)
3) Baik (>75%-100%) (Nadia, Ludiana and Dewi, 2022).

4. Anemia Kehamilan

Anemia merupakan suatu keadaan ketika jumlah sel darah merah atau konsentrasi pengangkut oksigen dalam darah (Hb) tidak mencukupi untuk kebutuhan fisiologis tubuh. (Nadia, Ludiana and Dewi, 2022). Anemia kehamilan terjadi ketika kondisi tubuh ibu hamil dengan jumlah kadar hemoglobin dalam darah <11g% pada trimester 1 yaitu 3 bulan awal kehamilan atau kadar Hb <10,5 g% pada trimester 2 yaitu 4-6 bulan usia kehamilan (Setyoadi, 2021).

Penyebab utama terjadinya anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil adalah karena kurangnya asupan zat besi dalam tubuh pada masa kehamilan. Wanita hamil lebih beresiko mengalami kekurangan zat besi karena pada saat hamil bayi memerlukan zat besi yang besar untuk perkembangan dan pertumbuhannya. Defisiensi zat besi pada wanita hamil dapat beresiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah dan persalinan premature (Garzon *et al.*, 2020)

Secara umum, gejala anemia ditentukan berdasarkan kadar hemoglobin (Hb). tanda-tanda anemia akan tampak jelas apabila kadar hemoglobin (Hb) <7gr/dl. Gejala anemia dapat berupa kepala pusing,perubahan jaringan epitel kuku, palpitasi, berkunang-kunang, pucat, perubahan jaringan epitel kuku, lesu, lemah, gangguan sistem neuromuskular, lelah, disphagia, kurang nafsu makan, menurunnya

kebugaran tubuh, dan gangguan penyembuhan luka, serta pembesaran kelenjar limpa (Farhan and Dhanny, 2021).

Anemia harus ditangani dan dicegah baik secara farmakologi maupun nonfarmakologi untuk menghindari dampak yang tidak diinginkan. Penatalaksanaan anemia secara farmakologi adalah dengan mengkonsumsi Suplemen zat besi dan asam folat direkomendasikan untuk semua wanita hamil di seluruh dunia. Dosis tambahan yang dianjurkan WHO untuk ibu hamil adalah 60 mg zat besi dimulai dan dilanjutkan hingga 3 bulan setelah melahirkan.

Sedangkan penatalaksanaan anemia secara nonfarmakologi yaitu dengan memenuhi kebutuhan zat besi yang dapat dilakukan dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung protein hewani. Beberapa bahan makanan yang mengandung sumber protein hewani yang mudah didapatkan antara lain adalah, hati ayam, daging sapi, daging ayam, ikan dan telur. (WHO, 2019)

5. Protein Hewani

a. Pengertian

Protein merupakan salah satu kelompok zat gizi makro (zat gizi yang dibutuhkan dalam jumlah banyak), berbeda dengan zat gizi makro lainnya seperti karbohidrat, lemak, protein, yang lebih berperan dalam pembentukan Biomolekul yang merupakan sumber energi (struktur tubuh). Fungsi protein sendiri adalah sebagai zat utama untuk membangun dan menumbuhkan tubuh. Jika organisme tidak mempunyai energi, protein dapat digunakan sebagai sumber energi. Ciri-ciri protein adalah strukturnya, kecuali adanya unsur N (nitrogen),

C (karbon), H (hidrogen), O (oksigen), S (sulfur), fosfor (fosfor), dan besi (besi). Sumber protein dalam makanan dibedakan menjadi makanan hewani dan makanan nabati. Protein hewani adalah protein yang diperoleh dari hewan. Contoh makanan yang mengandung unsur protein adalah: daging sapi, ikan, ayam, telur, susu, ikan, dan sebagainya (Setyoadi, 2021).

b. Sumber protein hewani

Terdapat beberapa cara pemenuhan kebutuhan gizi pada ibu hamil, termasuk kebutuhan protein hewani untuk meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil supaya tidak terjadi anemia kehamilan. Beberapa bahan makanan yang mengandung sumber protein hewani yang mudah didapatkan antara lain adalah, hati ayam, daging sapi, daging ayam, ikan dan telur. kandungan zat besi pada bahan makanan tersebut diperlukan untuk melengkapi kebutuhan gizi dalam tubuh terutama untuk ibu hamil, karena pada masa kehamilan kebutuhan zat besi meningkat lebih banyak daripada tidak hamil (Inayah, Pratikwo and Anonim, 2023).

a) Hati ayam

Sumber protein hewani yang mudah di dapatkan adalah hati ayam. Hati ayam merupakan tempat penyimpanan besi sehingga hati ayam mengandung besi dengan kadar tinggi yang dibutuhkan untuk mencegah anemia. Zat besi yang terkandung dalam hati ayam termasuk jenis heme iron. Bentuk heme iron lebih dapat diserap oleh tubuh daripada non heme iron yang terdapat pada sayur dan buah (Santosa et al., 2016). Besi heme hati ayam dapat

diserap secara utuh dalam usus tanpa adanya faktor pemacu atau penghambat yang kemudian dilepaskan dari rantai porfirin oleh enzim haemoxygenase ditransfer ke plasma atau feritin selanjutnya diangkut ke sumsum tulang belakang guna membentuk hemoglobin. Sehingga kandungan besi pada hati ayam lebih efektif untuk mencegah anemia (Adquisiciones et al., 2019)

b) Daging sapi

Salah satu bahan pangan yang penting untuk memenuhi kebutuhan gizi adalah daging. Selain kandungan protein yang tinggi, dalam daging juga terdapat kandungan asam amino esensial yang lengkap dan seimbang untuk memenuhi kebutuhan gizi. Protein yang terkandung dalam daging lebih mudah dicerna oleh tubuh dibanding dengan yang berasal dari bahan pangan nabati. Selain daging ayam, daging sapi merupakan jenis pilihan daging yang banyak dikonsumsi oleh masyarakat seluruh dunia termasuk indonesia (Salman, Syainah and Rezkiah, 2018).

c) Daging ayam

Salah satu sumber makanan yang mengandung protein hewani yang baik untuk mensuplai kebutuhan gizi dalam tubuh adalah daging. Dari segi gizi, komposisi protein hewani pada daging lebih lengkap dibandingkan dengan protein nabati yang terkandung, gizi yang tinggi tersebut disebabkan karena dalam daging mengandung asam amino yang lengkap dan seimbang(Bloom and Reenen, 2020). Daging ayam pedaging menjadi salah satu sumber protein hewani yang harganya terjangkau serta memiliki peranan

penting untuk pemenuhan kebutuhan gizi. Ayam boiler atau biasa disebut dengan ayam pedaging, merupakan jenis ras unggulan hasil persilangan dari bangsa ayam lain yang memiliki daya produktivitas tinggi dalam memproduksi daging ayam. Ayam pedaging dipelihara oleh manusia dengan tujuan untuk memberikan nilai ekonomis yang tinggi dalam bentuk daging. Daging ayam pedaging tergolong sebagai bahan makanan yang bernilai gizi tinggi karena di dalamnya terkandung protein dan asam amino esensial, lemak dari asam lemak esensial, vitamin serta mineral yang baik guna pertumbuhan manusia maupun perkembangbiakan mikroba(Afiyah, 2022).

d) Ikan

Ikan mengandung protein dengan asam amino esensial sempurna. Daging ikan terdiri dari 15-24 % protein, 1-3 % glikogen/karbohidrat, 1-22 % lemak. 66-84 % air, dan bahan organik lain sebesar 0,8-2 %. Berdasarkan kandungan proteinnya, ikan terbagi menjadi dua golongan yaitu golongan ikan berprotein tinggi (15- 20%), dan ikan berprotein rendah (<15%) (Salman, Syainah and Rezkiah, 2018).

e) Telur

Kandungan zat gizi ataupun nutrisi yang terkandung dalam sebutir telur mengandung lebih dari 90% kalsium zat besi(Ulpah and Fauzi, 2023). Satu butir telur mengandung 6 gr protein berkualitas dan asam amino esensial. Kandungan gizi pada telur meliputi 12 % lemak, 13 % protein, vitamin dan mineral. Lebih

spesifiknya kandungan protein kuning telur yaitu sebanyak 16,5% dan pada putih telur sebanyak 10,9%, sedangkan kandungan lemak pada kuning telur mencapai 32% dan pada putih telur terdapat dalam jumlah yang sedikit.(Z. Wulandari and I. I. Arief, 2022).

c. kandungan gizi

a) Hati ayam

Departemen kesehatan RI menyatakan bahwa hati ayam memiliki komposisi kimia yang bervariasi, tetapi nilai kandungan gizi tertinggi pada hati ayam yaitu kandungan protein. Kandungan protein dalam hati ayam juga berperan dalam proses hemopoesis yaitu pembentukan sel darah merah dengan hemoglobin. Kandungan protein pada hati ayam sebesar 19,70%. Selain kandungan protein, hati ayam juga mengandung beberapa zat gizi lainnya yaitu lemak 3,2% dan air 69,70%. Vitamin yang terkandung dalam hati ayam adalah vitamin B kompleks, vitamin A, vitamin B12 dan asam folat. Kandungan zat besi pada hati ayam cukup tinggi yaitu sebesar 8,99 mg/100 gr. Mineral yang terkandung dalam hati ayam lebih mudah diabsorbsi karena menganduung sedikit bahan pengikat mineral. Kandungan nilai gizi pada hati ayam per 100 g terdiri dari (Nurlinda et al., 2022)

Tabel 2. 1 Nilai Gizi Hati Ayam

No	Zat gizi	Jumlah
1.	Energi	261 Kkal
2.	Karhohidrat	1,6 gr
3.	Protein	27,4 gr
4.	Lemak	16,1 gr
5.	Zat besi	15,8 mg

Sumber tabel : (Kurnia *et al.*, 2020)

b) Daging sapi

Pada daging sapi terdapat kandungan zat besi yang tinggi dibandingkan daging ayam dan telur. Zat besi merupakan mineral mikro yang paling banyak terdapat di dalam tubuh manusia dan hewan, yaitu sebanyak 3-5 gram di dalam tubuh manusia dewasa (Salman, Syainah and Rezkiah, 2018)

Disamping itu daging sapi juga mengandung vitamin dan mineral yang dibutuhkan manusia. Vitamin yang terkandung di dalam daging sapi yaitu vitamin A 30 UI, vitamin B I 0,08 miligram dan vitamin C 0 miligram.

Tabel 2. 2 Nilai Gizi Hati Ayam

No	Zat gizi	Jumlah
1.	air	660 gr
2.	Energi	201 Kkal
3.	Protein	18,8 gr
4.	Lemak	14,0 gr
5.	Abu	1,2 gr
6.	Kalsium	11 mg
7.	Fosfor	170 mg
8.	Besi	2,8 mg
9.	Natrium	105 mg
10	Kalium	378 mg

Sumber tabel : (Studi *et al.*, 2022).

c) Daging ayam

Daging ayam merupakan sumber protein hewani dan sumber zat besi heme sebesar 6,82% AKG. Protein yang tinggi pada daging ayam akan membantu penyerapan zat besi 2x lipat oleh tubuh. Selain itu zat besi heme pada daging ayam akan menunjang penyerapan zat besi nonheme. Komposisi kimia daging ayam terdiri dari air 75%, protein 19%, lemak 2,5%, dan substansi bukan protein telarut 3,5% yang meliputi karbohidrat, garam organik, substansi

nitrogen terlarut, mineral, dan vitamin. Daging ayam broiler mengandung protein 21%, lemak 19%, dan zat mineral 3,2%.Pada Daging ayam boiler bagian dada tanpa kulit per 100 g mengandung 74,2 g air, 24,0 g protein dan 1,1 g lemak(Bloom and Reenen, 2020) Kandungan nilai gizi daging ayam boiler per 100 g terdiri dari

Tabel 2. 3 Nilai Gizi Daging Ayam

No	Zat gizi	Jumlah
1.	Energi	298 Kkal
2.	Protein	18,2 gr
3.	Lemak	25 g
4.	Zat besi	1,5 mg
5.	Fosfor	200 mg
6.	Kalsium	14 mg
7.	Air	55,9 g

Sumber tabel : (Afiyah, 2022)

d) Ikan

Ikan mengandung protein dengan asam amino esensial sempurna. Daging ikan terdiri dari 15-24 % protein, 1-3 % glikogen/karbohidrat, 1-22 % lemak. 66-84 % air, dan bahan organik lain sebesar 0,8-2 %. Berdasarkan kandungan proteinnya, ikan terbagi menjadi dua golongan yaitu golongan ikan berprotein tinggi (15- 20%), dan ikan berprotein rendah (<15%). Salah satu jenis ikan yang mengandung protein tinggi adalah ikan nila. .Ikan nila memiliki kandungan gizi yang lebih baik bila dibandingkan dengan ikan air tawar yang lain seperti ikan lele (Soleha, 2024).

Kandungan protein ikan nila sebesar 43,76%, sedangkan ikan lele memiliki kandungan protein 40,28%. Dalam 100 gram ikan nila memiliki kandungan nilai gizi sebagai berikut:

Tabel 2. 4 Nilai Gizi Ikan

No	Zat gizi	Jumlah
1.	Air	6,5 – 7,1 gr
2.	Abu	3,12 – 3,4 gr
3.	Protein	21,8-27,9 gr
4.	Lemak	12,6 – 17,1 gr
5.	Karbohidrat	44,2 – 55,5 gr
6.	Energi	424,5 – 443,3 Kkal
7.	Zat besi	5,42 – 7,84 mg
8.	Kalsium	677,8 – 1017,3 mg
9.	Seng	5,75 – 7,62 mg

Sumber tabel : (Rhodes, 2021)

e) Telur

Kandungan gizi telur ayam kampung dan telur ayam ras (konsumsi) per 100 gram dapat dilihat pada Tabel:

Tabel 2. 5 Nilai Gizi Telur

no	jenis	bagian	Kandungan	jumlah
1.	telur ayam kampung	utuh	air	87,49 gr
			Abu	0,66 gr
			Lemak	0,06 gr
			Protein	10,07 gr
			Karbohidrat	1,72 gr
		putih telur	Energi	48 Kkal
			Air	48,13 gr
			Abu	1,84 gr
			Lemak	30,08 gr
			Protein	17,12 gr
			Karbohidrat	2,83 gr
		kuning telur	energi	350 Kkal
			Air	74,85 gr
			Abu	1,02 gr
			Lemak	10,83 gr
			Protein	13,86 gr
			Karbohidrat	3 gr
			Energi	153 kkal
2.	telur ayam ras	putih telur	air	87,71 gr
			Abu	0,71 gr
			Lemak	0,83 gr
			Protein	10,26 gr
			Karbohidrat	0,49 gr
			Energi	50 kkal
		kuning telur	Air	50,33 gr
			Abu	1,52 gr
			Lemak	31,06 gr
			Protein	15,32 gr
			Karbohidrat	1,77 gr

		Energi	348 kkal
		Air	66,37 gr
		Abu	1,13 gr
		Lemak	12,08 gr
		Protein	12,76 gr
		Karbohidrat	7,66 gr
	utuh	energi	190 kkal

Sumber : (Z. Wulandari and I. I. Arief, 2022)

d. kebutuhan harian protein hewani ibu hamil

Berdasarkan penelitian (Kramer and Kakuma, 2016) Ibu hamil disarankan untuk mengonsumsi sekitar 70-100 gram protein per hari guna mendukung pertumbuhan janin, plasenta, serta kesehatan ibu termasuk untuk mencukupi kadar hemoglobin ibu selama kehamilan agar tidak mengalami anemia kehamilan. Pemenuhan protein ibu hamil bisa di dapatkan dari berbagai macam sumber protein seperti hati ayam, daging sapi, daging ayam, ikan dan telur.

Kebutuhan gizi harian dalam protein hewani untuk ibu hamil dapat di lihat dalam tabel di bawah ini :

Tabel 2. 6 Kebutuhan Harian Protein Hewani

No	Jenis	Kebutuhan harian
1.	Hati ayam	1-3 potong
2.	Daging sapi	70-100 gram
3.	Daging ayam	85-100 gram
4.	Ikan	1-2 potong (30-50 gram)
5.	Telur	7-10 butir

e. contoh menu dan cara pengolahan

Ibu Hamil dianjurkan untuk mengonsumsi pangan yang beragam, termasuk protein hewani dan nabati. Oleh karena terbatasnya kandungan zat gi zi, seperti asam amino esensial dalam pangan nabati, sementara zat gizi tersebut sangat penting, maka Ibu Hamil dianjurkan

untuk mengonsumsi cukup protein hewani yang kaya akan kandungan zat besi, asam amino esensial yang lengkap, serta mudah dicerna oleh tubuh (Kemenkes RI, 2022).

Untuk memudahkan ibu memenuhi kebutuhan gizi hariannya berikut adalah salah satu contoh menu satu hari ibu hamil yang kaya akan sumber protein hewani(Kemenkes RI, 2024).

Sarapan :

- Nasi putih – ¾ gelas (100 g)
- Telur rebus – 1 butir (55 g)
- Sayur bayam bening – 1 mangkuk (100 g)
- Buah pepaya – 1 potong sedang (100 g)
- Air putih – 2 gelas

Camilan Pagi:

- Susu UHT rendah lemak – 1 gelas (200 ml)
- Biskuit gandum – 2 keping

Makan Siang

- Nasi putih – ¾ gelas (100 g)
- Ikan tongkol balado – 1 potong sedang (70 g)
- Sayur asem – 1 mangkuk (100 g)
- Buah semangka – 1 potong besar (100 g)
- Air putih – 2 gelas

Camilan Sore

- Pisang ambon – 1 buah sedang (100 g)
- Air putih – 1 gelas

Makan Malam

- Nasi putih – ¾ gelas (100 g)
- Ayam panggang tanpa kulit – 1 potong sedang (70 g)
- Tumis kangkung – 1 mangkuk (100 g)
- Buah jeruk – 1 buah sedang (100 g)
- Air putih – 2 gelas(Kemenkes RI, 2024)

1) hati ayam

olahan makanan berbahan dasar hati ayam yang mudah dan memiliki kandungan gizi yang cukup untuk pemenuhan gizi ibu hamil yaitu nasi balap puyung hati ayam. Dalam 1 porsi terdapat kandungan gizi yaitu energi 557,3 kkal, protein 30,4 gram, lemak 23,1 gram (Kemenkes RI, 2022).

- menu : Nasi Balap Puyung Hati Ayam (resep untuk 4 porsi)
- bahan ayam suwir
  1. 160 gr daging ayam, rebus suwir-suwir
  2. 160 g hati ayam, rebus, potong-potong kecil
  3. 2 batang sereh, geprek
  4. 1 ruas jari lengkuas, geprek
  5. 1 biji jeruk limau
- bahan bumbu halus
  1. 7 biji cabe merah
  2. 9 biji cabe rawit
  3. 5 siung bawang putih
  4. 7 siung bawang merah
  5. 5 biji kemiri

6. 1 ruas jari kencur
7. 1 ruas jari jahe
8. Terasi sesuai selera
9. gula dan garam secukupnya.

- bahan kering kentang
  1. 120 g kentang
  2. 1 sdm garam
  3. 1 sdt kapur sirih (optional)
  4. minyak goreng secukupnya
- bahan tumis kacang
  1. 7 lonjor kacang panjang, iris serong
  2. 1 siung bawang putih, cincang
  3. gula dan garam secukupnya
  4. 1 sdm minyak
- bahan kedelai goreng
  1. 60 g kedelai kering
  2. 1 sdt garam
  3. minyak secukupnya untuk menggoreng
- cara membuat ayam suwir
  1. Tumis bumbu halus dengan sedikit minyak, tunggu harum masukkan sereh dan lengkuas, tambahkan air/kaldu sisa rebusan ayam.
  2. Setelah bumbu matang, tambahkan gula dan garam, kemudian masukkan daging dan hati ayam yang sudah disuwir.

3. Setelah air mulai kering, tambahkan air jeruk limau, matikan api.

- cara membuat kering tempe
  1. Parut kasar kentang, rendam di air dengan garam (bisa ditambahkan 1 sdt kapur sirih jika ada), kurang lebih selama 1 jam.
  2. Cuci bersih kentang kemudian goreng sampai kering
- cara membuat tumis kacang
  1. Tumis bawang putih dengan sedikit minyak sampai harum, kemudian masukkan kacang tambahkan gula dan garam secukupnya.
  2. Masak hingga kacang layu
- cara membuat kedelai goreng
  1. rendam kedelai dengan air yang ditambah 1 sdt garam selama 1 malam. TIriskan kedelai, kemudian goreng sampai kering. Ayam Suwir Kering tempe : Tumis kacang : Kedelai goreng
  2. Sajikan nasi balap puyung hati ayam dengan mencakup semua jenis makanan tadi

2) daging sapi

salah satu olahan masakan daging sapi yaitu nasi rawon dengan kadungan nilai gizi per porsinya adalah energi : 527 Kkal, Protein : 25,3 gram, lemak : 22,9 gram(Kemenkes RI, 2023).

- menu : nasi rawon (resep untuk 3 porsi)

- bahan bahan :
    1. 450 gr (3 centong) nasi
    2. 150 gr (15 sdm) Daging sapi
    3. 150 gr (15 sdm) tempe
    4. 90 gr (9 sdm) tauge
    5. 50 gr (3 butir) telur asin
    6. 10 ml (1 sdm) minyak goreng
    7. 3 buah kerupuk udang
    8. 2 liter kaldu daging
    9. 3 batang serai
    10. 3 lembar daun jeruk
    11. 5 lembar daun salam
    12. 2 cm laos
- Bumbu halus :
    1. 15 gr (5 siung) bawang merah
    2. 9 gr (3 siung) bawang putih
    3. 10 ml (1 sdm) air asam jawa
    4. 2 cm jahe
    5. 2 cm kunyit
    6. 5 buah kluwek
    7. 10 gr (1 sdm) ketumbar
    8. 10 gr (1 sdm) garam
    9. 10 gr (1 sdm) gula pasir
    10. 10 (1 sdm) kaldu jamur
- Cara membuat :

1. Masak daging bersama daun jeruk, serai, laos dan daun salam sampai empuk dan matang.
2. Angkat daging, lalu potong kecil-kecil. Saring rebusan, didihkan lagi bersama irisan daging.
3. Panaskan minyak, tumis bumbu halus sampai harum dan matang. Angkat, lalu masukkan ke dalam rebusan daging.
4. Masak dengan api kecil sampai mendidih kembali.
5. Sajikan rawon, tauge pendek, tempe goreng, telur asin dan kerupuk udang. Jangan lupa nasinya.

3) daging ayam

olahan makanan daging ayam yang banyak diminati berbagai kalangan saat ini yaitu sup ayam bihun. Dalam satu porsi memiliki nilai gizi yaitu energi : 192 kkal, protein 10,9 gram, dan lemak 7,6 gram(Kemenkes RI, 2022).

- Menu : sup ayam bihun (resep untuk 4 porsi)
- Bahan :
  1. 50 gr bihun, rendam dalam air panas, tiriskan.`
  2. 100 gr dada ayam filet, potong dadu
  3. 12 butir telur puyuh, rebus terlebih dahulu
  4. 2 butir telur ayam, kocok lapas
  5. 1 kotak tahu sutera, potong dadu
  6. 200 gr oyong, iris
  7. 1 buah wortel, kupas, potong dadu
  8. 2 siung bawang putih, geprek
  9. 3 gr jahe, geprek

10. 750 ml air
11. ½ sdt kaldu jamur bubuk

- Cara membuat
  1. Didihkan air, masukkan bawang putih dan jahe.
  2. Tambahkan ayam dan wortel, masak hingga matang. Masukkan tahu, dan telur puyuh, aduk rata.
  3. Masukkan miso, oyong dan kaldu jamur bubuk.
  4. Aduk rata.
  5. Tuangkan telur, aduk perlahan hingga menyerupai pita.
  6. Angkat dan sajikan segera dengan ditemani nasi putih.

4) ikan

olahan ikan yang mudah di recook adalah ikan nila bumbu kuning dengan kadungan nilai gizi per porsinya yaitu energi : 180,2 kkal, protein :16 gram, lemak : 7,6 gram (Kemenkes RI, 2022).

- menu : Ikan Nila Bumbu Kuning (resep untuk 3 porsi)
- Bahan
  1. 3 ekor Ikan, potong dua
  2. ½ buah Jeruk nipis, ambil airnya
  3. 2 batang Serai, geprek
  4. 2 cm Lengkuas, geprek
  5. 3 lembar Daun jeruk
  6. minyak secukupnya
- Bumbu halus
  1. 10 siung bawang merah
  2. 6 siung bawang putih

3. 3 butir kemiri
4. 2 buah cabe merah keriting
5. 2 cm Kunyit
6. 2 cm Jahe
7. ½ sdt gula pasir
8. Secukupnya garam
9. Secukupnya cabe rawit merah dan hijau utuh

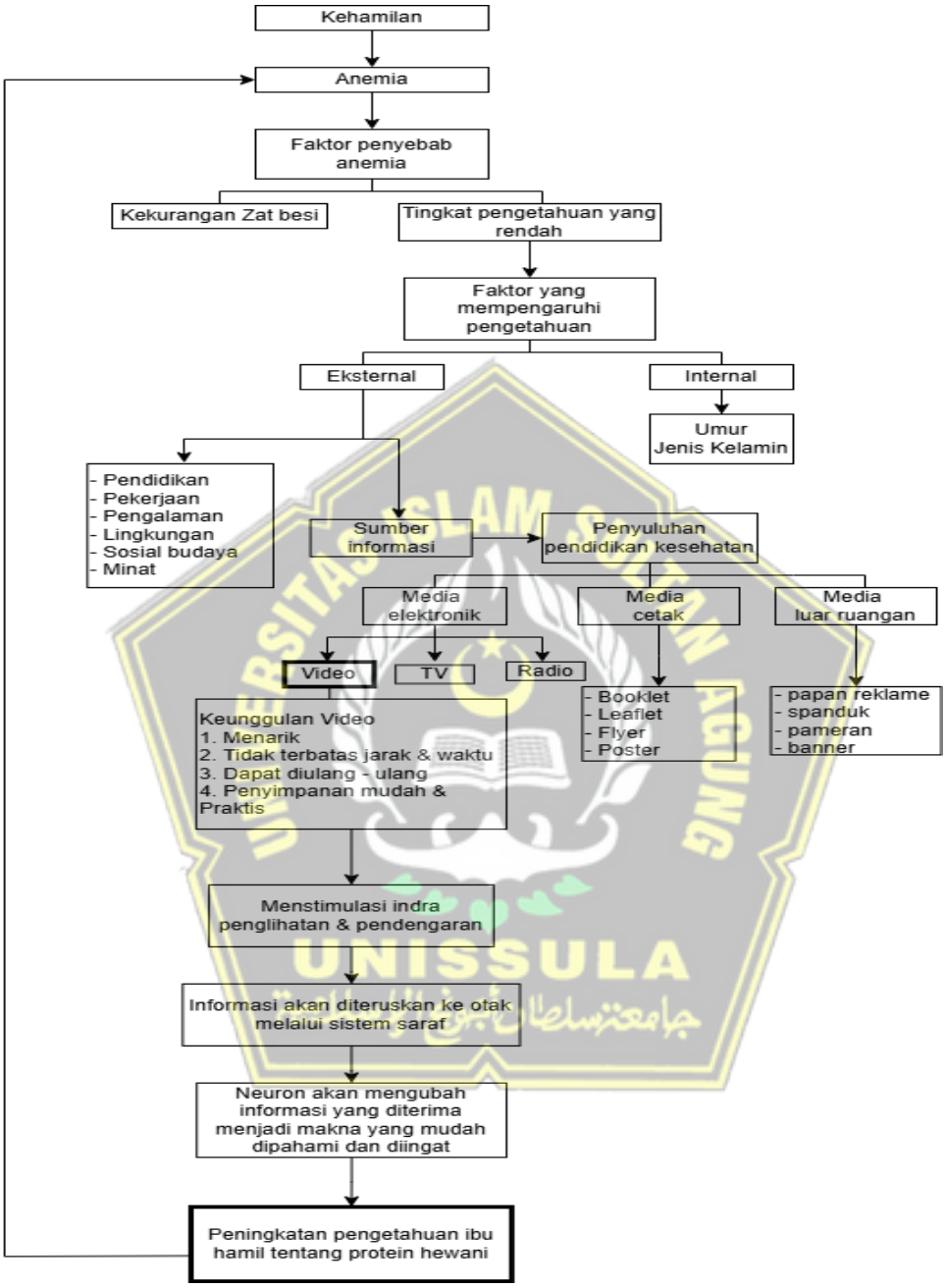
- Cara membuat
  1. Cuci bersih ikan, lalu lumuri dengan garam dan air jeruk nipis. Diamkan sekitar 10-15 menit.
  2. Goreng ikan hingga matang, angkat lalu tiriskan.
  3. Tumis bumbu halus, lengkuas dan serai hingga harum dan matang.
  4. Masukkan daun jeruk, kemudian aduk-aduk. Berikan sedikit air, aduk-aduk.
  5. Lalu masukkan ikan yang sudah digoreng.
  6. Tambahkan cabe rawit utuh.
  7. Aduk hingga bumbu meresap dan air menyusut.
  8. Sajikan selagi hangat.

5) Telur

Dalam buku resep makanan lokal (Kemenkes RI, 2022) terdapat olahan telur yang memiliki banyak kandungan gizi yang bermanfaat untuk ibu hamil. Nilai gizi yang terkandung dalam satu porsi olahan bola tahu ayam kelor yaitu energi : 519,8 kkal, protein 23 gram, lemak 23,2 gram.

- Menu : Bola Tahu Ayam Kelor (resep untuk 3 porsi)
- Bahan :
  1. 1 butir telur ayam kocok lepas
  2. 300 gr tahu, haluskan dengan garpu
  3. 100 gr daun kelor, iris tipis-tipis
  4. 4 sdm tepung terigu
  5. 1 ½ sdt jamur bubuk
  6. 1/3 sdt merica putih bubuk
  7. ½ sdt pala bubuk
  8. 2 sdm bawang putih goreng, haluskan
  9. 1 sdm bawang merah goreng, haluskan
  10. 1 batang daun saledri, iris tipis
  11. 200 ml minyak, untuk menggoreng
- Cara membuat :
  1. Di dalam mangkuk, aduk rata semua bahan kecuali minyak.
  2. Bagi adonan menjadi 15 bagian.
  3. Bentuk adonan menjadi bola.
  4. Goreng di dalam minyak panas hingga matang dan berwarna kuning keemasan.
  5. Angkat, tiriskan. Sajikan segera.

B. Kerangka Teori



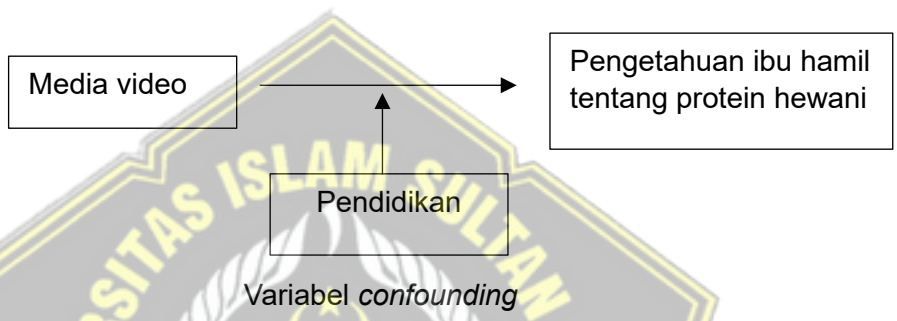
Keterangan : ▭ Variabel yang diteliti

Gambar 2. 1 Kerangka Teori

Modifikasi : (Rahmawati, 2024) (Notoadmodjo, 2018) (Nurbaiti *et al.*, 2022)

C. Kerangka Konsep

Kerangka konseptual penelitian adalah suatu uraian dan visualisasi tentang hubungan atau kaitan antara variabel-variabel yang akan diamati atau diukur melalui penelitian yang akan dilakukan. Kerangka konsep dapat membantu peneliti menggabungkan hasil temuan dengan teori yang ada. Kerangka konsep pada penelitian ini dapat dilihat dari gambar berikut



Gambar 2. 2 Kerangka Konsep

D. Hipotesis/Pernyataan Penelitian

1. H0 : tidak ada pengaruh pemberian edukasi media video terhadap pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani di Kelurahan Kunduran, Kecamatan Kunduran, Kabupaten Blora.
2. H1 : ada pengaruh pemberian edukasi media video terhadap pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani di Kelurahan Kunduran, Kecamatan Kunduran, Kabupaten Blora.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang dilakukan dengan desain *pre-eksperimental*. Penelitian ini menggunakan rancangan *One Group Pretest-Posttest*. Rancangan menggunakan satu kelompok subjek penelitian tanpa kelompok kontrol, dimana pengetahuan ibu hamil diukur sebelum *(pretest)* dan sesudah *(posttest)* perlakuan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh video edukasi terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani di kelurahan kunduran, kecamatan kunduran, kabupaten blora. Penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan *prettest.* Kemudian diberi intervensi berupa pendidikan kesehatan melalui media video kemudian dilakukan postest. Rancangan model penelitian sebagai berikut :

Kelompok	***Pretest***	**Perlakuan**	***Posttest***
Intervensi	O1	X	O2

Keterangan :

O1 : Tes awal (*pretest*) sebelum dilakukan intevensi/perlakuan

X : perlakuan dengan penayangan video edukasi tentang protein hewani

O2 : Tes akhir (*posttest*) setelah dilakukan intervensi/perlakuan

B. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah ibu hamil di wilayah Kelurahan Kunduran, kecamatan kunduran, kabupaten blora

1. Populasi

Populasi menurut Sugiyono (2017) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Husen, 2023).

a. Populasi target pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil warga Kelurahan Kunduran pada bulan September 2024 – Januari 2025 sebanyak 117 orang
b. Populasi terjangkau pada penelitian ini adalah ibu hamil di kelurahan Kunduran pada bulan Desember 2024 – Februari 2025 sebanyak 40 orang.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian subjek yang ambil dari keseluruhan populasi dan dianggap mampu mewakili seluruh populasi (Sugiyono, 2017). Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah ibu hamil dengan kriteria sebagai berikut:

a. Kriteria inklusi
   1) Ibu hamil yang bertempat tinggal di Kelurahan Kunduran
   2) Ibu hamil yang bersedia menjadi responden
   3) Ibu hamil yang tidak memiliki disabilitas fisik seperti tunanetra dan tunarungu

b. Kriteria eksklusi

1) ibu hamil yang berhalangan hadir (sakit, bekerja atau bepergian) pada saat dilakukan penelitian.
2) Ibu hamil yang sudah melahirkan

3. Teknik Sampling

Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling* yaitu merupakan tekhnik dalam *non-probability* sampling. *Purposive* sampling yaitu teknik menetapkan sampel berdasarkan karakteristik atas pertimbangan tertentu. Karakteristik yang diambil atas pertimbangan tertentu yaitu memenuhi kriteria sampel yang akan diteliti (kriteria inklusi).

Untuk menentukan sampel menggunakan rumus Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan 5% (Notoadmodjo, 2018).

$$s = \frac{\lambda^2.\mathrm{N}.\mathrm{P}.\mathrm{Q}}{d^2(N-1) + \lambda^2.PQ}$$

$$s = \frac{3{,}841\mathrm{x}40\mathrm{x}0{,}5\mathrm{x}0{,}5}{0{,}05^2(40-1) + 3{,}841x0{,}5x0{,}5}$$

$$s = \frac{38{,}41}{1{,}05775}$$

$$s = 36$$

Keterangan :

s : Jumlah sampel

N : Jumlah populasi 40 ibu hamil

λ^2 : 3,841 (dk = 1, taraf kesalahan 5%)

d : 0,05

P=Q : Peluang benar dan salah = 0,5

Dari hasil perhitungan rumus diatas didapatkan total sampel dalam penelitian ini sejumlah 36 orang ibu hamil di Kelurahan Kunduran, Kecamatan Kunduran, Kabupaten Blora

C. Waktu dan Tempat

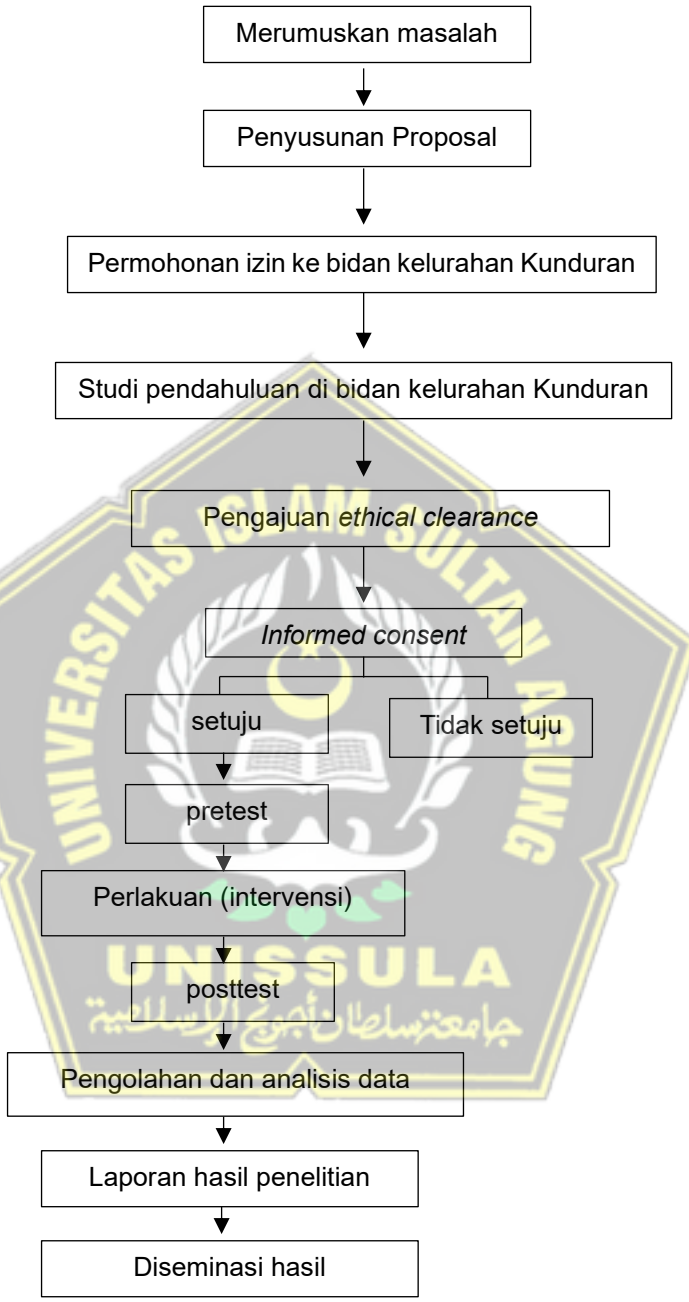
1. Waktu

Penelitian ini akan dilakukan mulai bulan November 2024 – Mei 2025. Pengambilan data dilakukan pada tanggal Februari 2025.

2. Tempat

Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Kunduran, Kecamatan Kunduran, Kabupaten Blora.

D. Prosedur Penelitian



Gambar 3. 1 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah sebagai berikut :

1. Tahapan awal

a. Peneliti akan merumuskan masalah
b. Peneliti akan melakukan perizinan ke bidan kelurahan kunduran
c. Peneliti akan melakukan studi pendahuluan ke bidan kelurahan kunduran
d. Peneliti melakukan penjelasan kepada responden tentang tujuan, manfaat, dan alur penelitian sebelum menandatangani lembar *informed concent*.
e. Apabila setuju, responden akan diberikan *pretest* yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani

2. Tahap perlakuan

a. Responden akan diberikan penjelasan mengenai perlakuan yang akan dilakukan yaitu dengan menayangkan video edukasi protein hewani selama 6 menit.

3. Tahap akhir

a. Responden akan diberikan *posttest* yang bertujuan untuk mengetahui tingkat keberhasilan yaitu peningkatan pengetahuan ibu hamil protein hewani.
b. Peneliti akan melakukan pengolahan dan analisis data
c. Menyusun laporan penelitian
d. Publikasi hasil penelitian

E. Variabel Penelitian

Menurut (Asiva Noor Rachmayani, 2015) Variabel penelitian merupakan objek yang diamati dan menjadi pusat perhatian penelitian. variabel penelitian yaitu suatu bentuk yang telah ditentukan oleh peneliti agar dapat dikaji sehingga diperoleh informasi agar bisa membuat kesimpulan.

1. Variabel bebas

Variabel bebas disebut juga variabel independent. Variabel bebas yaitu variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel Dependen (terikat). Dinamakan sebagai Variabel Bebas karena bebas dalam mempengaruhi variabel lain. (Setyawan, 2021). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pendidikan kesehatan dengan media video.

2. Variabel terikat

Variabel Terikat (variabel dependent) merupakan Variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Disebut Variabel Terikat karena variabel ini dipengaruhi oleh variabel bebas/variabel independent (Setyawan, 2021). Variabel terikat/variabel dependent dalam penelitian ini adalah pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani.

3. Variabel perancu

Variabel *confounding* atau disebut juga dengan variabel perancu adalah variabel yang mengganggu hubungan dari variabel bebas dan variabel terikat (Prawirohardjo, 2014). Variabel perancu dalam penelitian ini adalah pendidikan.

F. Definisi Operasional Penelitian

Definisi operasional adalah mendefinisikan variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati yang memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena (Asiva Noor Rachmayani, 2015).

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi operasional	Cara ukur	Hasil ukur	Skala
Media video (independent)	Pendidikan kesehatan tentang protein hewani yang dilakukan dengan cara menayangkan video berdurasi 3 menit selama satu kali	Video	1.Sebelum intervensi 2.Setelah intervensi	Kategorik
Tingkat pengetahuan ibu tentang protein hewani (dependent)	Pengetahuan ibu tentang Pengertian protein hewani sumber protein hewani, kebutuhan harian protein hewani ibu hamil serta contoh menu dan cara pegolahan, yang diukur menggunakan kuesioner.	Kuesioner, 25 pertanyaan dengan skala Guttman : 1=Benar 0=Salah	1. Kurang : ≤50% 2. Baik : > 50%	Kategorik
Pendidikan (variabel confounding)	Tingkatan pendidikan dari terendah sampai tertinggi	Kuesioner	1. Rendah : SD-SLTP 2. Tinggi : SLTA-Perguruan tinggi	Kategorik

G. Metode Pengumpulan Data

1. Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu data primer. Menurut (Wicaksana and Rachman, 2018). data primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data. Pada penelitian ini data didapatkan langsung dari responden dengan menggunakan kuesioner yang diisi oleh ibu hamil di Kelurahan Kunduran, Kecamatan Kunduran, Kabupaten Blora.

2. Teknik pengumpulan data

Pada penelitian ini teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang diisi pada pretest dan posttest

Penelitian ini melibatkan enumerator sebagai orang yang akan mengumpulkan data responden. Enumerator adalah petugas yang melakukan riset data dengan langsung mengunjungi ke lapangan bahkan langsung melakukan wawancara atau pengisian kuesioner. Syarat sebagai enumerator adalah minimal pendidikan D3 Kebidanan dan tidak sedang melakukan penelitian yang lain (Notoadmodjo, 2018). Pengumpulan data dilakukan oleh enumerator yang sebelumnya telah diberikan penjelasan mengenai penelitian terlebih dahulu yang meliputi yang meliputi ruang lingkup penelitian, tujuan penelitian, teknik pengambilan data dan pemahaman tentang tujuan dan materi yang ada pada setiap instrument. Hal ini dilakukan untuk menyamakan persepsi dan pemahaman enumerator terhadap instumen yang digunakan merupakan wawancara. Selama pengumpulan data para enumerator dimonitor oleh

peneliti untuk menjaga mutu data dan membantu apabila ada masalah di lapang yang sulit dipecahkan.

3. Alat ukur

a. Video edukasi

Video edukasi termasuk dalam audio visual yang memberikan informasi terkait protein hewani untuk mencegah anemia pada kehamilan yang dilakukan validasi kepada 3 ahli, yaitu 1 orang ahli materi, 1 orang ahli Bahasa, 1 orang ahli media serta 1 orang responden. Validitas video menggunakan skala likert dengan kriteria penilaian yang ditampilkan pada tabel berikut (Yuntina, 2020) :

Tabel 3. 2 Kriteria Skor Uji Validitas

Nilai	Deskripsi
1	Sangat kurang
2	Kurang
3	Cukup
4	Baik
5	Sangat baik

Hasil validitas isi kemudian dihitung menggunakan rumus persentase kelayakan :

$$Persentase \text{ kelayakan } (\%) = \frac{\text{skor yang diberikan}}{\text{skor yang diharapkan}} x\ 100\%$$

Perhitungan data hasil penelitian menggunakan rumus diatas maka akan menghasilkan angka dalam bentuk persen (Fauzan, 2021). Dengan kategori interpretasi kriteria penilaian kelayakan :

Tabel 3. 3 Skala Persentase

Persentase	Kategori
81%-100%	Sangat layak
61%-80,9%	Layak
41%-60,9%	Cukup layak
21%-40,9%	Tidak layak
<20,9%	Sangat tidak layak

Dari perhitungan dengan rumus di atas didapatkan hasil :

1) Ahli media

$$P\ (\%) = \frac{24}{30}\ x\ 100\% = 80\%$$

Dapat diinterpretasikan kategori layak.

2) Ahli materi

$$P\ (\%) = \frac{31}{35}\ x\ 100\% = 88\%$$

Dapat diinterpretasikan kategori sangat layak.

3) Ahli bahasa

$$P(\%)\frac{22}{25}\ x\ 100\% = 88\%$$

Dapat diinterpretasikan kategori sangat layak.

4) Responden

$$P\ (\%) = \frac{18}{20}\ x\ 100\% = 90\%$$

Dapat diinterpretasikan kategori sangat layak.

b. Instrument

Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan yang tersusun dengan baik. Dimana responden akan memberikan jawaban berupa tanda pada kolom. Kuesioner ini dibuat oleh peneliti sesuai dengan tujuan penelitian dan dilakukan uji

validitas dan reabilitas. Kuesioner diberikan 25 pertanyaan tentang protein hewani untuk mencegah anemia kehamilan.

Tabel 3. 4 Kisi Kisi Instrumen

Variabel	No soal		Jumlah soal
Pengetahuan ibu hamil tentang anemia	Favorable	Unfavorable	
Pengertian anemia	1,2		2
Tanda Gejala anemia	3		1
Penatalaksanaan	5,6	4	3
Sumber protein hewani	7	8	2
Nilai gizi protein hewani	9,10,13,14,15,16,17,18	11,12,19	11
Kebutuhan harian	20,21,22,24	23	5
Menu alternatif	25		1
	Jumlah 25		

a) Uji Validitas

Uji validitas adalah suatu pengujian yang digunakan untuk menguji ketepatan suatu alat ukur dalam mengukur sesuatu yang seharusnya diukur. Oleh karena itu kuesioner sebagai alat ukur harus mampu mengukur apa yang ingin diukur. Uji validitas kuesioner dapat dinyatakan valid jika setiap pertanyaan yang terdapat dalam kuesioner mampu berfungsi sebagai alat untuk mengungkap dan mengetahui aspek yang hendak diukur. Sebuah kuesioner dinyatakan valid jika nilai rhitung yang diperoleh lebih besar daripada rtabel(Sugeng, 2020).

Uji validitas dalam penelitian ini dilakukan pada 30 orang responden yang bertempat tinggal di wilayah Kelurahan Jagong, dikarenakan daerah tersebut secara letak geografis dekat dengan tempat penelitian yang mana keduanya terletak di wilayah Kecamatan Kunduran. Selain itu penduduknya juga mempunyai karakteristik yang sama yaitu ibu hamil yang tidak memiliki keterbatasan fisik seperti tunanetra dan tunarungu. Instrumen diuji coba kepada 30 responden ibu yang tidak memiliki keterbatasan fisik seperti tunanetra dan tunarungu. Uji validitas dikatakan valid jika r hitung > 0,361 (r tabel) dengan tingkat kemaknaan 5%(Kamilah, 2022).

Hasil uji validitas kuesioner yang dilakukan di wilayah Kelurahan Jagong, Kecamatan Kunduran adalah sebagai berikut :

Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Kuesioner

Pertanyaan	Nilai rTabel	Nilai Person	Hasil
Pertanyaan 1	0,361	0,385	VALID
Pertanyaan 2	0,361	0,437	VALID
Pertanyaan 3	0,361	0,620	VALID
Pertanyaan 4	0,361	0,597	VALID
Pertanyaan 5	0,361	0,650	VALID
Pertanyaan 6	0,361	0,731	VALID
Pertanyaan 7	0,361	0,921	VALID
Pertanyaan 8	0,361	0,875	VALID
Pertanyaan 9	0,361	0,504	VALID
Pertanyaan 10	0,361	0,831	VALID
Pertanyaan 11	0,361	0,921	VALID
Pertanyaan 12	0,361	0,862	VALID
Pertanyaan 13	0,361	0, 504	VALID
Pertanyaan 14	0,361	0,426	VALID
Pertanyaan 15	0,361	0,504	VALID
Pertanyaan 16	0,361	0,820	VALID
Pertanyaan 17	0,361	0,686	VALID
Pertanyaan 18	0,361	0,686	VALID
Pertanyaan 19	0,361	0,820	VALID
Pertanyaan 20	0,361	0,820	VALID
Pertanyaan 21	0,361	0,605	VALID

Pertanyaan 22	0,361	0,795	VALID
Pertanyaan 23	0,361	0,605	VALID
Pertanyaan 24	0,361	0,795	VALID
Pertanyaan 25	0,361	0,920	VALID

b) Uji Reabilitas

Uji reliabilitas pada suatu instrumen penelitian merupakan langkah penting untuk menentukan apakah kuesioner yang digunakan dalam pengumpulan data dapat dianggap reliabel atau tidak(Sugeng, 2020). Dalam penelitian ini, uji reabilitas dilakukan dengan menggunakan *Alpha Cronbach*. Menurut (Candra Susanto *et al.*, 2024), apabila suatu variable menunjukan nilai *Alpha Cronbach* >0.60 maka dapat disimpulkan bahwa variabel tersebut dapat dikatakan reliabel atau konsisten dalam mengukur.

Uji reliabilitas kuesioner dilakukan pada 30 responden ibu hamil yang tidak memiliki keterbatasan fisik seperti tunanetra dan tunarungu di Kelurahan Jagong, Kecamatan Kunduran didapatkan hasil *Cronbach's Alpha* yaitu 0,955, sehingga dinyatakan reliabel dikarenakan *Cronbach's Alpha* ≥ 0,6.

Tabel 3.6 Uji Reabilitas

Cronbac'h Alpha	**N of Items**
0.955	25

H. Metode Pengolahan Data

Tahap pengolahan data di kelompokkan menjadi 3, yaitu *editing, coding* dan *tabulating*

1. Editing

Editing adalah pemeriksaan atau pengecekan kembali data dari kuesioner yang telah dikumpulkan untuk mengetahui dan menilai kesesuaian dan relevansi data yang dikumpulkan untuk bisa diproses lebih lanjut (Muh Jasmin, Risnawati, Rahma Sari Siregar, 2023). Pada penelitian ini peneliti akan memeriksa kembali informasi yang diterima atau dikumpulkan dari responden.

2. Coding

Coding ialah tahapan yang dilakukan setelah pengolahan data, kemudian dalam proses ini data diberikan tanda atau kode teretentu terhadap alternative jawaban sejenis agar dapat mempermudah penulis dalam proses tabulasi data. Pada penelitian ini peneliti akan melakukan pengkodean atau koding setelah kuesioner diedit. Kode diberikan pada hasil jawaban setiap pertanyaan responden.(Asiva Noor Rachmayani, 2015).

Pengkodean yang digunakan untuk variabel bebas (media video) yaitu :

1 : Sebelum intervensi

2 : Setelah intervensi

Pengkodean yang digunakan untuk variabel terikat (pengetahuan) yaitu :

1 : Kurang

2 : Baik

Pengkodean untuk variabel perancu (pendidikan) yaitu :

Tingkat pendidikan

1 : Rendah

2 : Tinggi

3. Tabulating

Tabulasi data merupakan proses pengolahan data yang dilakukan dengan cara memasukkan data ke dalam table (Muh Jasmin, Risnawati, Rahma Sari Siregar, 2023). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan *software* SPSS *for window*.

I. Analisis Data

1. Analisis univariat

Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan atau mengananlisis karakter dari satu variable (Prawirohardjo, 2014). Analisis univariat pada penelitian ini yaitu usia, pendidikan dan pengetahuan.

2. Analisis bivariat

Analisis Bivariat dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Media Video Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia menggunakan aplikasi SPSS. Analisi Bivariat penelitian ini menggunakan uji *chi square* apabila data tidak memenuhi syarat maka akan dilakukan uji alternatif lain yaitu dengan menggunakan uji *fisher's exact.*

Dalam menentukan hipotesis penulis menggunakan ketentuan sebagai berikut :

1) Apabila nilai *p value* > 0,05 maka H0 diterima dan Ha ditolak
2) Apabila nilai *p value* < 0,05 maka H0 ditolak dan Ha diterima

J. Etika Penelitian

Menurut (Suryanto, 2020) & (Uhamka, 2020) etika penelitian dapat memperhatikan nilai nilai dasar pelaksanaan penelitian yaitu :

1) *Respect for persons (other)* yaitu menghormati setiap apapun keputusan responden dalam proses penelitian. Dimana peneliti memberikan penjelasan terkait prosedur penelitian kepada responden kemudian peneliti memberikan lembar informed consent untuk mendapatkan persetujuan sebelum dilakukan penelitian.
2) *Beneficence & Non Maleficence* yaitu berbuat baik kepada responden, memberikan manfaat dengan pemberian materi pola asuh dan meminimalkan risiko dalam proses penelitian. Peneliti memberikan souvenir berupa dompet kepada seluruh responden.
3) Prinsip etika keadilan *(Justice)*, prinsip ini menekankan setiap orang layak mendapatkan sesuatu secara adil dalam perlakukan penelitian, semua adil mendapatkan materi secara jelas dan kompensasi. Peneliti memastikan setiap responden menerima perlakuan yang adil dan setara tanpa diskriminasi dan tidak membedakan responden berdasarkan suku, ras, dan budaya responden.
4) *Profesionalisme*, yaitu sebagai individu peneliti bekerja sesuai dengan standar moral dan etika yang ditentukan oleh pekerjaan dan hasil yang akan dicapai sesuai dengan hal yang telah ditentukan. Peneliti menjalankan tugasnya dengan kompetensi dan tanggung jawab tinggi, sesuai standar moral dan etika penelitian.
5) Kerahasiaan (*confidentiality*) semua informasi yang didapat dari responden atau yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaanya oleh peneliti. Peneliti

menjamin bahwa semua data responden yang dikumpulkan selama penelitian hanya digunakan untuk tujuan penelitian dan tidak akan disebarkan tanpa izin.

Penelitian ini telah mendapatkan ijin penelitian dari Komisi Bioetika Penelitian/Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang dengan No. 37/ I/ 2025/ Komisi Bioetik.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Kunduran. Kelurahan Kunduran adalah salah satu kelurahan yang berada di Kecamatan Kunduran, Kabupaten Blora, Provinsi Jawa Tengah, Kode Pos 58255. Kelurahan Kunduran memiliki luas wilayah 127,9 KM^2 dimana wilayahnya terbagi menjadi 30 RT dan 4 RW. Adapun batas-batas wilayah sebagai berikut:

a. Sebelah utara : Kelurahan Bejirejo
b. Sebelah Timur : Kelurahan Jagong
c. Sebelah Selatan : Kelurahan Bakah
d. Sebelah Barat : Kelurahan Gagaan

Tenaga kesehatan yang bertugas di Kelurahan Kunduran adalah 1 orang bidan yang dibantu oleh 2 orang kader pada saat pelayanan kesehatan yaitu kelas ibu hamil. Pelayanan kesehatan di Posko Kesehatan Desa (PKD) Kelurahan Kunduran terdiri dari 8 kegiatan dibawah naungan Puskesmas Kunduran yaitu Posyandu ILP, Kelas Ibu hamil, penyuluhan kesehatan, program Keluarga Berencara (KB), pemeriksaan dan skrining kesehatan, Pengadaan air bersih dan sanitasi, pengendalian penyakit menular dan tidak menular serta pelayanan kesehatan jiwa.

Akses ibu hamil di wilayah Kelurahan Kunduran relatif mudah mendapatkan makanan yang mengandung sumber protein hewani. Hal

ini dikarenakan letak geografis Kelurahan Kunduran yang dekat dengan pasar hewan dan pasar tradisional. Kedua pasar ini menjadi sumber utama ketersediaan bahan pangan hewani seperti daging sapi, ayam, telur, dan ikan yang penting untuk pemenuhan gizi ibu hamil. Akses yang mudah terhadap bahan makanan bergizi ini turut mendukung upaya peningkatan status kesehatan ibu dan janin di wilayah tersebut.

2. Proses Penelitian

Penelitian ini dilakukan selama 2 hari yaitu pada tanggal, 25 Februari 2025 dan 26 Februari 2025 di Posko Kesehatan Desa (PKD) yang bertempat di rumah bidan Kelurahan Kunduran. Pada hari pertama didapatkan responden sebanyak 13 orang dan pada hari kedua sebanyak 16 orang. Karena belum memenuhi jumlah sampel maka peneliti juga melakukan door to door dan didapatkan tambahan responde berjumlah 7 orang, sehingga total responden keseluruhan 36 orang. Peneliti menggunakan satu enumerator yang merupakan rekan peneliti. Enumerator bertugas untuk membagi dan mengumpulkan kuesioner pretest dan posttest serta mendokumentasikan proses penelitian.

Proses pengambilan data diambil melalui pengisian kuesioner dengan sampel penelitian sebanyak 36 responden. Peneliti melakukan *informed consent* untuk memperkenalkan diri, kemudian peneliti memberikan penjelasan tentang tujuan, manfaat, prosedur penelitian dan cara pengisian kuesioner. Pada proses penelitian diawali dengan pengisian *pretest* dimana memberikan kuesioner kepada ibu hamil sebagai responden.

Pelaksanaan penelitian ini bertepatan dengan kegiatan Posyandu ibu hamil, sehingga sebagian besar responden mengisi kuesioner sambil menunggu giliran untuk mendapatkan pelayanan kesehatan. Proses penelitian dimulai dengan pembagian lembar *informed concent*, setelah responden menyetujui kemudian dilakukan pembagian kuesioner *pretest* kepada para ibu hamil untuk menilai tingkat pengetahuan awal tentang pentingnya konsumsi protein hewani untuk mencegah anemia. Setelah seluruh responden selesai mengisi kuesioner, kegiatan dilanjutkan dengan edukasi melalui penayangan video.

Video edukatif tersebut berisi materi mengenai anemia, termasuk definisi, penyebab, faktor risiko, tanda dan gejala, serta dampaknya bagi ibu hamil. Selain itu, dijelaskan pula cara pencegahan anemia melalui pendekatan farmakologi dan nonfarmakologi. Salah satu cara nonfarmakologi yang ditekankan adalah konsumsi protein hewani dari berbagai sumber seperti hati ayam, daging ayam, daging sapi, ikan, dan telur. Video juga mencakup informasi nilai gizi, kebutuhan harian protein hewani untuk ibu hamil, serta cara pengolahan makanan tersebut agar kandungan gizinya tetap optimal.

Setelah sesi edukasi selesai, para responden kembali diminta untuk mengisi kuesioner yang sama sebagai *posttest* guna mengetahui peningkatan pengetahuan mereka setelah mendapatkan edukasi. Sebagai bentuk apresiasi atas partisipasi dalam penelitian ini, peneliti memberikan ucapan terima kasih dan membagikan souvenir kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi. Selanjutnya data akan diolah menggunakan aplikasi SPSS untuk mengetahui pengaruh media

video terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani.

B. Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Karakteristik Ibu Hamil Berdasarkan usia dan tingkat pendidikan di Kelurahan Kunduran

Karakteristik	kelompok intervensi	
	n	%
	usia	
20-35 tahun	29	81%
<20 tahun - >35 tahun	7	19%
total	36	100%
	Pendidikan	
Rendah	8	22%
Tinggi	28	78%
total	36	100%

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan sebagian besar responden berusia 20- 35 tahun sebesar 81%. Berdasarkan tingkat pendidikan sebagian besar responden berada pada pendidikan tinggi (SLTA-Perguruan tinggi) sebanyak 78%.

2. Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Melalui Media Video

Tabel 4. 2 Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Melalui Media Video

Pengetahuan	Kurang		Baik	
	n	%	n	%
Pretest	23	64%	13	36%
Posttest	12	33%	24	67%

Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan bahwa hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah intervensi. Pada pretest, mayoritas peserta memiliki pengetahuan yang kurang, yaitu sebanyak 23 orang (64%), sedangkan hanya 13 orang (36%) yang memiliki pengetahuan baik. Setelah dilakukan intervensi, hasil posttest menunjukkan peningkatan jumlah peserta dengan pengetahuan baik menjadi 24 orang (67%), sementara jumlah peserta dengan pengetahuan kurang menurun menjadi 12 orang (33%). Perubahan ini menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil sesudah diberikan edukasi kesehatan melalui media video.

Tabel 4. 3 Tabel Distribusi Pengetahuan Pretest dan Postest Responden

No	Pertanyaan	Pretest				Posttest			
		Benar	%	Salah	%	Benar	%	Salah	%
1.	Anemia merupakan keadaan menurunnya kadar hemoglobin di bawah batas normal	20	56%	16	44%	36	100%	0	0%
2.	Ibu hamil dianggap anemia apabila kadar hemoglobin dibawah 11g/dl	23	64%	13	36%	33	92%	3	8%
3.	Tanda-tanda anemia yang biasa ditemui adalah kepala pusing, nafsu makan berkurang, lemas, lesu dan mudah lelah	27	75%	9	25%	34	94%	2	5%
4.	Anemia kehamilan dapat di cegah dengan satu cara yaitu dengan konsumsi tablet tambah darah selama hamil	25	69%	11	31%	26	72%	10	28%
5.	Anemia kehamilan dapat dicegah secara farmakologi yaitu dengan konsumsi suplemen zat besi	18	50%	18	50%	29	81%	7	19%
6.	Konsumsi makanan yang mengandung protein hewani tidak dapat mencegah anemia	23	64%	13	36%	17	47%	19	53%
7.	Sumber protein hewani didapatkan dari : hati ayam, daging sapi, daging ayam, ikan dan telur	23	64%	13	36%	28	78%	8	22%
8.	Hati ayam bukan merupakan sumber protein hewani	23	64%	13	36%	26	72%	10	28%
9.	Kandungan gizi tertinggi pada hati ayam yaitu kandungan protein	33	92%	3	8%	24	67%	12	33%
10.	Kadar protein dalam 100 gram hati ayam sebesar 27,4 gram	28	78%	3	8%	32	89%	4	11%
11.	Hati ayam tidak efektif meningkatkan kadar HB ibu	17	47%	19	53%	16	44%	20	56%
12.	Protein yang terkandung dalam daging sapi sulit dicerna oleh tubuh	19	53%	17	47%	17	47%	19	53%
13.	Daging sapi memiliki kandungan protein yang tinggi daripada daging ayam dan telur	29	81%	7	19%	34	94%	2	6%
14.	Kadar protein dalam 100 gram daging sapi yaitu 18,8 gram	30	83%	6	17%	29	81%	7	19%
15.	Protein yang tinggi pada daging ayam membantu penyerapan zat besi 2x lipat dalam tubuh	26	72%	10	28%	33	83%	5	17%
16.	Berdasarkan kandungan proteinnya ikan terbagi menjadi 2 golongan	24	67%	12	33%	30	83%	6	17%
17.	Kadar protein 15-20% dalam ikan termasuk golongan ikan berprotein tinggi	21	58%	15	42%	33	92%	3	8%
18.	Salah satu jenis ikan yang memiliki kadar protein tinggi adalah ikan nila	24	67%	12	33%	34	94%	2	6%
19.	Kandungan protein telur ayam ras lebih besar daripada kandungan protein telur ayam kampung	13	36%	23	64%	17	47%	19	53%

20.	Ibu hamil dianjurkan mengkonsumsi protein hewani sebesar 70-100 gram perhari	26	72%	10	28%	32	89%	4	11%
21.	Usia kehamilan dan kondisi kesehatan ibu berpengaruh pada kebutuhan harian protein hewani	18	50%	18	50%	32	89%	4	11%
22.	Konsumsi hati ayam sebanyak 1-3 potong dapat memenuhi kebutuhan harian protein hewani ibu hamil	23	64%	13	36%	35	97%	1	3%
23.	Konsumsi telur <5 butir dapat memenuhi kebutuhan harian protein hewani ibu hamil	25	69%	11	31%	14	39%	22	61%
24.	Konsumsi sebanyak 1-3 potong ekor ikan dapat memenuhi kebutuhan harian protein hewani ibu hamil	23	64%	13	36%	36	100%	0	0%
25.	Salah satu contoh menu alternatif yang dapat memenuhi kebutuhan harian protein hewani ibu hamil adalah sup ayam bihun	22	61%	14	39%	35	97%	1	3%

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa terjadi peningkatan jumlah jawaban benar dari pretest ke posttest. Banyak pertanyaan yang mengalami peningkatan signifikan, bahkan beberapa mencapai 100% benar pada posttest, seperti pertanyaan nomor 1, 24, dan 25, dengan peningkatan persentase nomor 1 menjadi 100%, nomor 24 menjadi 100% dan nomor 25 menjadi 97%. Sedangkan pada pertanyaan nomor 6 dan 23 mengalami penurunan dengan persentase nomor 6 menjadi 47% dan nomor 23 menjadi 39%.

3. Pengaruh Media Video Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil tentang Protein Hewani

Pada penelitian ini dilakukan analisis menggunakan uji chi square yang bertujuan untuk membuktikan adanya pengaruh media video terhadap pengetahuan ibu hamil sebelum dan setelah dilakukan intervensi.

Tabel 4. 4 Pengaruh Media Video Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Protein Hewani

Media Video	pengetahuan				Total		P Value
	Kurang		Baik				
	n	%	n	%	n	%	
Sebelum Intervensi	23	65,7%	13	35,1%	36	50%	0,009
Setelah Intervensi	12	17,5%	24	64,9%	36	50%	
Total	35	100%	37	100%	72	100%	

*Uji Chi Square

Berdasarkan table 4.3, hasil uji statistic diperoleh nilai p-value < 0,009 (< 0,05) yang berarti bahwa terdapat pengaruh media video terhadap pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani di Kelurahan Kunduran, Kecamatan Kunduran, Kabupaten Blora.

4. Pengaruh Tingkat Pendidikan terhadap Pengetahuan Ibu Hamil tentang Protein Hewani

Tabel 4. 5 Pengaruh Tingkat Pendidikan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Protein Hewani

Pendidikan	Pengetahuan				Total		P Value
	Kurang		Baik				
	n	%	n	%	n	%	
Rendah	10	43,5%	2	15,4%	12	33,3%	0,143
Tinggi	13	56,5%	11	84,6%	24	66,7%	
Total	23	100%	13	100%	36	100%	

**Fisher's Exact Test*

Berdasarkan tabel 4.4, hasil uji statistik tidak memenuhi ketentuan Uji Chi-Square (terdapat *expected count lest than* 5 hingga mencapai lebih dari 20%). Maka dari itu, uji yang digunakan adalah uji alternatif *Fisher Exact Test.* Didapatkan hasil nilai p-value 0,143 (>0,05) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan dan pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani.

C. Pembahasan

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan teori yang dipaparkan oleh , (Kementrian Kesehatan, 2016) Usia ideal bagi wanita untuk hamil dan melahirkan berkisar antara 20 hingga 35 tahun. Pada rentang usia ini, risiko yang dihadapi cenderung lebih rendah karena rahim telah matang dan siap untuk menerima kehamilan. Kesehatan mental yang baik sangat penting untuk menjaga kesehatan janin dan diri sendiri. Namun, ibu yang berusia di bawah 20 tahun atau di atas 35 tahun memiliki risiko lebih tinggi selama masa kehamilan dan proses kelahiran.

Hal ini sejalan dalam penelitian (Ariningtyas and Hardianti, 2021), memaparkan bahwa adanya korelasi signifikan antara usia ibu hamil dan tingkat pengetahuan mereka tentang anemia. Dengan nilai *pvalue* = 0,004 dan *odds ratio* sebesar 20,0, hasil ini menunjukkan bahwa ibu hamil dengan usia lebih tua memiliki kemungkinan 20 kali lebih besar untuk memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia dibandingkan dengan ibu hamil yang lebih muda.

Pada penelitian yang dilakukan oleh (Sasono *et al.*, 2021) dalam *Indonesian Nursing Scientific Journal* menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu hamil dengan status anemia. Ibu hamil dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang anemia, yang berkontribusi pada penurunan risiko anemia selama kehamilan. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan memainkan peran penting dalam pemahaman dan pencegahan anemia pada ibu hamil.

Pada penelitian ini dalam tabel 4.1 dengan karakteristik responden sebagian besar berusia 20-35 tahun (81%) sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki usia ideal bagi wanita untuk hamil dan melahirkan serta kemungkinan sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia dibandingkan dengan ibu hamil yang lebih muda.

Pada karakteristik pendidikan, sebagian besar responden berpendidikan tinggi yaitu setara SLTA – Perguruan tinggi dengan persentase sebesar 78%. Pendidikan berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kesiapan ibu hamil dalam menghadapi

kehamilan dan persalinan. Ibu yang memiliki pemahaman yang baik tentang kesehatan kehamilan cenderung lebih siap secara fisik dan mental, sehingga dapat mengurangi risiko komplikasi.

2. Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Melalui Media Video

Berdasarkan hasil analisis tabel 4.2 bahwa hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah intervensi. Pada pretest, mayoritas peserta memiliki pengetahuan yang kurang, yaitu sebanyak 23 orang (64%), sedangkan hanya 13 orang (36%) yang memiliki pengetahuan baik. Setelah dilakukan intervensi, hasil posttest menunjukkan peningkatan jumlah peserta dengan pengetahuan baik menjadi 24 orang (67%), sementara jumlah peserta dengan pengetahuan kurang menurun menjadi 12 orang (33%). Perubahan ini menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahmawati, 2024) pada ibu hamil di Puskesmas Bangetayu tahun 2024 yang menunjukkan bahwa penggunaan media video terhadap peningkatan pengetahuan mengalami peningkatan yang bermakna dengan hasil rata rata *pretest* 15,81 dan *posttest* 19,13 dengan beda peningkatan rata rata sebesar 3,32. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Putri, 2024) yang menunjukkan bahwa media video mampu meningkatkan rata rata pengetahuan dengan hasil *pretest* dari 41,3% menjadi hasil *posttest* 95,7%.

Peningkatan nilai rata-rata pengetahuan ini dapat dipengaruhi oleh indra pengelihatan, yang berperan dalam menyampaikan informasi sebesar 75-87%. Sementara itu, indra pendengaran dapat berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan sekitar 13%, dan 12% berasal dari indra lainnya. Video edukasi, yang mengandung gambar dan suara, memungkinkan responden untuk menyerap informasi dengan tingkat keberhasilan sekitar 88%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan yang tinggi dapat membuat ibu menerapkan pengetahuan yang didapatkan dalam kehidupan sehari-hari (Monalisya, 2021).

Secara umum, terjadi peningkatan jumlah jawaban benar dari pretest ke posttest. Banyak pertanyaan yang mengalami peningkatan signifikan, bahkan beberapa mencapai 100% benar pada posttest, seperti pertanyaan nomor 1, 24, dan 25. Peningkatan pertanyaan no 1 dari 56% menjadi 100% benar, hal ini menunjukkan bahwa edukasi sangat efektif dalam menyampaikan definisi anemia. Pertanyaan 24 & 25 : Keduanya juga naik signifikan hingga 100% dan 97% benar, menunjukkan pemahaman peserta mengenai contoh konkret konsumsi protein harian dari tampilan video.

Sedangkan pada beberapa pertanyaan terdapat penurunan jumlah jawaban benar pada posttest yaitu pada pertanyaan nomor 6 dan 23. Nomor 6 (protein hewani tidak mencegah anemia) : Dari 64% benar menjadi 47% dengan penurunan 17% dan pertanyaan nomor 23 (konsumsi telur <5 butir): Dari 69% menjadi 39% dengan penurunan 30%. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat ketidakpahaman responden dari materi yang diberikan. Materi edukasi pada video sudah disebutkan

secara rinci tentang kandungan protein hewani dan kebutuhan harian protein hewani ibu hamil untuk mencukupi gizinya, akan tetapi responden kemungkinan salah dalam menjawab karena tidak memperhatikan jumlah dari konsumsi harian protein hewani yang harus dipenuhi perharinya karena pada nomor 6 dan 23 ini adalah pertanyaan unfavorable.

3. Pengaruh Media Video Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil tentang Protein Hewani

Berdasarkan teori yang dipaparkan oleh (Notoadmodjo, 2018) bahwa pengetahuan atau knowledge merupakan hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek melalui pancaindra yang dimilikinya. Panca indra manusia guna penginderaan terhadap objek yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan perabaan. Pada waktu penginderaan untuk menghasilkan pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh intensitas perhatia ndan persepsi terhadap objek. Pengetahuan seseorang sebagian besar diperoleh melalui indra pendengaran dan indra penglihatan.

Salah satu bentuk media edukasi yang dapat meningkatkan pengetahuan yaitu video. Video merupakan media yang paling sering digunakan oleh promotor kesehatan sebagai media yang memfasilitasi pengembangan aspek kognitif hingga keterampilan individu dan lingkup komunitas. Penggunaan video informasi kesehatan merupakan aspek potensial pada penerima pesan dengan tingkat literasi rendah. Penyampaian informasi melalui video meningkatkan minat belajar dan mudah diterima oleh penerima pesan (Supriani, 2021).

Dengan menyajikan informasi melalui model gerak dan suara dalam video, peneliti dapat meningkatkan minat responden untuk memperhatikan pesan yang disampaikan dalam video tersebut. Dengan menjelaskan informasi yang disajikan dalam video, peneliti dapat meningkatkan pengetahuan responden (Puspitasari and Sunarsih, 2021).

Berdasarkan hasil uji *Chi Square* didapatkan hasil *p-value* 0,009 (< 0,005) yang berarti terdapat pengaruh edukasi kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani. Hal ini selaras dengan penelitian (Malikha, 2023) setelah dilakukan uji *Chi Square* didapatkan hasil nilai signifikan atau nilai *p-value* adalah 0,000. Dengan begitu signifikasi < 0,005 dengan begitu dapat dikatakan bahwa Penggunaan media pembelajaran visual (video) memiliki pengaruh peningkatan pengetahuan.

4. Pengaruh Tingkat Pendidikan terhadap Pengetahuan Ibu Hamil tentang Protein Hewani

Setiap aspek kehidupan manusia, termasuk pikiran, perasaan, dan sikap, sangat dipengaruhi oleh pendidikan. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin jelas cara berpikir mereka dan semakin luas pemahaman mereka tentang masalah seperti anemia. Tingkat pendidikan ini juga dapat berpengaruh pada cara ibu dalam mengakses serta memanfaatkan informasi kesehatan(Notoadmodjo, 2018).

Teori ini selaras dengan penelitian (Edison, 2019) yang didapatkan hasil bahwa tingkat pendidikan reponden sebagian besar rendah (76,9%) terdapat hubungan antara tingkat pendidikan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Hal ini disebabkan karena kurangnya pemahaman ibu

hamil tentang dampak dari kekurangan hemoglobin dan rendahnya kemampuan ibu hamil untuk memenuhi kebutuhan makanan dan minuman yang mengandung zat besi selama kehamilan. Akan Tetapi berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Mutoharoh and Indarjo, 2024) menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada ibu hamil dengan p value 0,431 (>0,05). Hal ini dapat disimpulkan bahwa tidak ditemukan hubungan antara tingkat pengetahuan dan kejadian anemia pada ibu hamil. Meskipun sebagian besar ibu hamil (67 responden) memiliki pengetahuan yang cukup baik mengenai anemia dan gizi, informasi yang mereka simpan dalam ingatan tidak selalu diterapkan dalam tindakan sehari-harii

Akibatnya, pengetahuan yang mereka miliki tidak berdampak signifikan terhadap prevalensi anemia di antara ibu hamil.

Berdasarkan hasil analisis tabel 4.4 didapatkan hasil *p value* 0,143 (>0,05) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan dan pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahmawati, 2024) menunjukkan bahwa *p-value* 0,093 (>0,05) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan dan pengetahuan. Pengetahuan tentang anemia adalah informasi yang disimpan dalam ingatan dan belum tentu diterapkan dalam kehidupan nyata, tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dan jumlah kasus anemia pada ibu hamil. Ibu hamil menganggap pengetahuan mereka tentang anemia dan pemenuhan gizi yang harus dikonsumsi selama masa kehamilan cukup dan baik. Namun, ibu hamil tidak menerapkan

pengetahuan yang mereka miliki dalam kehidupan sehari-hari mereka, yang menyebabkan tidak ada dampak pada anemia kehamilan.

Pendidikan tinggi membantu ibu hamil mendapatkan informasi tentang kesehatan, terutama tentang gizi selama masa kehamilan, tetapi hal tersebut tidak dapat merubah kondisi kesehatan mereka jika tidak diterapkan secara tepat dalam kehidupan sehari-hari.

D. Keterbatasan Penelitian

1. Pengisian kuesioner dilakukan bersamaan dengan antrian pelayanan ANC dan terdapat anak responden yang menangis sehingga responden tidak fokus dalam mengisi kuesioner.
2. Peneliti tidak bisa mengetahui bahwa responden sebelumnya belum pernah mendapatkan informasi tentang protein hewani untuk mencegah anemia kehamilan.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan pemaparan fakta dan teori dalam bab sebelumnya, peneliti merumuskan kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan sebagian besar responden berusia 20- 35 tahun sebesar 81%. Berdasarkan tingkat pendidikan sebagian besar responden berada pada pendidikan tinggi (SLTA-Perguruan tinggi) sebanyak 78%.
2. Hasil skor pretest, mayoritas peserta memiliki pengetahuan yang kurang, yaitu sebanyak 23 orang (64%). Setelah dilakukan intervensi, hasil posttest menunjukkan peningkatan jumlah peserta dengan pengetahuan baik menjadi 24 orang (67%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil sesudah diberikan edukasi kesehatan melalui media video.
3. Terdapat pengaruh media video terhadap pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani di Kelurahan Kunduran, Kecamatan Kunduran, Kabupaten Blora. (*p-value* < 0,009 (< 0,05)).
4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan dan pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani. (*p-value* 0,143 (>0,05)).

B. Saran

1. Bagi Kelurahan Kunduran

   Dapat memberikan edukasi tentang protein hewani melalui video sehingga dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang protein hewani untuk mencegah anemia dalam kehamilan dan dapat menggunakan video sebagai media edukasi untuk ibu hamil di wilayah Kelurahan Kunduran.

2. Bagi Prodi Kebidanan Unissula

   Dapat menjadikan video edukasi tentang Protein Hewani untuk mencegah Anemia Kehamilan sebagai salah satu media pembelajaran bagi mahasiswa.

3. Bagi Ibu Hamil

   Diharapkan ibu hamil dapat lebih proaktif dalam mencari informasi yang akurat dan terpercaya, serta meluangkan waktu untuk menonton video edukatif yang membahas pentingnya konsumsi protein hewani sebagai bagian dari upaya pencegahan anemia selama masa kehamilan. Dengan pemahaman yang lebih baik mengenai manfaat protein hewani, diharapkan ibu hamil dapat menjaga status gizinya agar terhindar dari anemia, yang berisiko menyebabkan berbagai komplikasi serius baik bagi ibu maupun janin selama kehamilan hingga persalinan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Diharapkan peneliti selanjutnya saat pengambilan data tidak dilakukan bersamaan dengan kegiatan lain seperti posyandu ibu hamil untuk menghindari ditraksi selama penelitian dan peneliti selanjutnya bisa

menggunakan tambahan kelompok kontrol sehingga dapat menjadi pembandingnya.

DAFTAR PUSTAKA

Afiyah, D.N. (2022) 'Pengaruh Perbedaan Bagian Daging Ayam Broiler terhadap Kandungan Protein dan Sifat Organoleptik Nugget Ayam', *Anoa: Journal of Animal Husbandry*, 1(2), pp. 81–87. Available at: https://doi.org/10.24252/anoa.v1i2.30875.

Aini R.N, S.R. (2021) 'Video Sebagai Media Promosi Kesehatan Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi', *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(1), pp. 22–30.

Ariningtyas, R.E. and Hardianti, T. (2021) 'Correlation Between Education and Age With', V(1), pp. 25–31.

Asiva Noor Rachmayani (2015) *metodologi penelitian*.

Bloom, N. and Reenen, J. Van (2020) 'kandungan protein daging ayam boiler dan daging ayam petelur', *NBER Working Papers*, p. 89. Available at: http://www.nber.org/papers/w16019.

Candra Susanto, P. *et al*. (2024) 'Konsep Penelitian Kuantitatif: Populasi, Sampel, dan Analisis Data (Sebuah Tinjauan Pustaka)', *Jurnal Ilmu Multidisplin*, 3(1), pp. 1–12. Available at: https://doi.org/10.38035/jim.v3i1.504.

Darsini, Fahrurrozi and Cahyono, E.A. (2019) 'Pengetahuan', *Jurnal Keperawatan*, 12(1), p. 97.

Edison, E.E. (2019) 'Hubungan Tingkat Pendidikan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil', *Jurnal JKFT*, 4(2), p. 65. Available at: https://doi.org/10.31000/jkft.v4i2.2502.

Farhan, K. and Dhanny, D.R. (2021) 'Anemia Ibu Hamil dan Efeknya pada Bayi', *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 2(1), p. 27. Available at: https://doi.org/10.24853/myjm.2.1.27-33.

Fauzan, A. (2021) 'Analisis kelayakan media pembelajaran perakitan komputer untuk siswa sekolah menengah kejuruan', *Jurnal Pemikiran Alternatif Kependidikan*, 14, pp. 1–107.

Febrianta, R. *et al.* (2019) 'The effect of media video influence on knowledge and Attitude of pregnant women in the rork of anemia health district Nanggulan Kulon Progo', *Journal of Health Technology*, 15(2), pp. 81–90.

Fitriyani, Mudigdo, A. and Lanti, Y. (2019) 'Hubungan Konsumsi Makanan Protein Hewani, Tablet Zat Besi Dan Pendapatan Keluarga Dengan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Ibu Hamil di WilayahKeja Puskesmas Tirto I Kabupaten Pekalongan', *Universitas Sebelas Maret. Surakarta* [Preprint].

Garzon, S. *et al.* (2020) 'Iron deficiency anemia in pregnancy: Novel approaches for an old problem', *Oman Medical Journal*, 35(5), pp. 1–9. Available at: https://doi.org/10.5001/omj.2020.108.

Husen, A. (2023) 'Strategi Pemasaran Melalui Digital Marketing Campaign Di Toko Mebel Sakinah Karawang', *Jurnal Economina*, 2(6), pp. 1356–1362. Available at: https://doi.org/10.55681/economina.v2i6.608.

Jatmika, S.E.D. *et al.* (2019) *Buku Ajar Pengembangan Media Promosi Kesehatan*, *K-Media*. Available at: http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/852/1/6_PERENCANAAN MEDIA PROMOSI KESEHATAN_1.pdf.

Kamilah, E.N. (2022) 'Distribusi nilai Rtabel signifikasi 5% dan 1%', *Pengaruh keterampilan mengajar guru terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran Akuntansi Universitas*, p. 91.

Kemenkes RI (2022) 'Buku Resep makanan lokal Balita dan Ibu Hamil', *Kementerian Kesehatan RI*, pp. 1–43.

Kemenkes RI (2023) 'Makanan Lokal', *Buku Resep Makanan Lokal Bayi, Balita dan Ibu Hamil*, pp. 1–52.

Kemenkes RI (2024) *BUKU KIA TERBARU 2024*.

Kementrian Kesehatan (2016) *Profil Kesehatan*.

Kramer, M.S. and Kakuma, R. (2016) 'Energy and protein intake in pregnancy', *Cochrane Database of Systematic Reviews* [Preprint]. Available at: https://doi.org/10.1002/14651858.cd000032.

Kurnia, M. *et al.* (2020) 'Pengaruh pemberian bolu kukus hati ayam terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia', pp. 165–176.

Malaka, N.M.A., Irwan, I. and Ahmad, Z.F. (2023) 'Factors Associated With the Incidence of Anemia in Pregrant Women in Tapa Public Health Center Working Area', *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 7(1), pp. 143–152. Available at: https://doi.org/10.35971/gojhes.v7i1.16085.

Malikha, E. (2023) 'Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran Visual Terhadap Motivasi Belajar Pendidikan Agama Islam Di Smp N 1 Gedung Surian Lampung Barat'.

Monalisya, V. (2021) 'PENGARUH PEMBERIAN VIDEO EDUKASI TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA SEKOLAH MENENGAH ATAS TENTANG PENDEWASAAN USIA PERKAWINAN DI KOTA BENGKULU TAHUN 2021', *Pharmacognosy Magazine*, 75(17), pp. 399–405.

Muh Jasmin, Risnawati, Rahma Sari Siregar, D. (2023) *Metodologi Penelitian Kesehatan*.

Mutoharoh, A.V.N. and Indarjo, S. (2024) 'Faktor Risiko Kejadian Anemia pada Ibu Hamil', *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 8(1), pp. 22–30. Available at: https://doi.org/10.15294/higeia.v8i1.65548.

Nadia, Ludiana and Dewi, T.K. (2022) 'Penerapan Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia Pada Kehamilan Diwilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Metro Tahun 2021 Application of Health Education To Pregnant Women'S Knowledge About Anemia in Pregnancy in the Working Area of', *Jurnal Cendikia Muda*, 2(3), pp. 359–366.

Notoadmodjo (2018) 'Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Buku Kia', *Jurnal Genta Kebidanan*, 6(2). Available at: https://doi.org/10.36049/jgk.v6i2.95.

Nurbaiti, M. *et al.* (2022) 'Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil', *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(3), pp. 652–659. Available at: https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i3.5462.

Permana, E.S. (2020) 'Pengembangan Media Pembelajaran Interaktif Air Conditioner (AC) Berbasis Adobe Flash di SMK Negeri 1 Ngawen Gunungkidul', *ePrints@UNY*, p. 89.

Prawirohardjo, S. (2014) *Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo, Jakarta, Pt*, *Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo*.

Puspitasari, D. and Sunarsih, T. (2021) 'The Effectiveness of Education Video and Booklet Media for Pregnant Mothers Knowledge on Preparation of Breastfeeding Practice', 34(Ahms 2020), pp. 219–221. Available at: https://doi.org/10.2991/ahsr.k.210127.049.

Putri, R.F. (2024) 'Pengaruh Pemberian Edukasi Melalui Media Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Orang Tua Terhadap Pola Asuh Anak Di Desa Seworan Kabupaten Magelang Tahun 2024', 15(1), pp. 37–48.

Rahmawati, putri nur (2024) 'PENGARUH MEDIA VIDEO-TERHADAP PENGETAHUAN IBU-HAMIL'.

Rhodes, F. (2021) 'Pengaruh Perbedaan Formula Terhadap Kandungan Zat Gizi Pada MP-ASI Hidrolisat Protein Ikan (HPI) dan Tepung Ikan Nila (Oreochromis niloticus)', *The Mathematical Gazette*, 55(393), pp. 298–305. Available at: https://doi.org/10.2307/3615019.

Safitri, N. (2022) 'Edukasi Kesehatan Menggunakan Media Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Hamil Trimester III di Palangka Raya', *Jurnal Surya Medika*, 8(1), pp. 54–64. Available at: https://doi.org/10.33084/jsm.v8i1.3423.

Salman, Y., Syainah, E. and Rezkiah, R. (2018) 'Analisis Kandungan Protein, Zat Besi dan Daya Terima Bakso Ikan Gabus dan Daging Sapi', *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 14(1), p. 63. Available at: https://doi.org/10.24853/jkk.14.1.63-73.

Sasono, H.A. *et al.* (2021) 'Hubungan Tingkat Pendidikan Dengan Kejadian

Anemia Pada Ibu Hamil Di Beberapa Wilayah Indonesia', *Jurnal Medika Malahayati*, 5(1), pp. 59–66. Available at: https://doi.org/10.33024/jmm.v5i1.3891.

Setyawan, D.A. (2021) *Hipotesis Dan Variabel Penelitian*, *Tahta Media Group*.

Setyoadi (2021) 'Poltekkes Kemenkes Yogyakarta | 9', *Jurnal Kesehatan*, 6(6), pp. 9–33.

Soleha, M.U. (2024) 'Hubungan Asupan Protein Hewani Dan Nabati Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester 3 Di Desa Dawuhan', *ASSYIFA : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), pp. 18–28. Available at: https://doi.org/10.62085/ajk.v2i1.34.

Sugeng (2020) *Metode Penelitian*, *Metode Penelitian Pendidikan Matematika*.

Supriani, N.N. (2021) 'Manfaat Penyuluhan Dengan Media Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Inisiasi Menyusu Dini', *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 9(2), pp. 123–131. Available at: https://doi.org/10.33992/jik.v9i2.1529.

Suryanto, D. (2020) 'Etika Penelitian', *Berkala Arkeologi*, 25(1), pp. 17–22. Available at: https://doi.org/10.30883/jba.v25i1.906.

Uhamka (2020) *Kode etik penelitian dan karya ilmiah*, *Komisi Etika Penelitian Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA*.

Ulpah, U. and Fauzi, A. (2023) 'Efektivitas Pemberian Telur dan Vitamin C terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III', *Malahayati Nursing Journal*, 5(2), pp. 601–615. Available at: https://doi.org/10.33024/mnj.v5i2.7246.

WHO (2019) 'Penanganan Anemia Pada Ibu Hamil', 8(2).

Wicaksana, A. and Rachman, T. (2018) *Metode Penelitian Pendidikan*, *Angewandte Chemie International Edition, 6(11), 951–952.* Available at: https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf.

Yelvita, F.S. (2022) 'hubungan asupan protein hewani, vit c pada hb bumil', *jurnal poltekkes kemenkes bengkulu*, (8.5.2017), pp. 2003–2005.

Yudianto, A. (2017) 'Penerapan Video Sebagai Media Pembelajaran', *Seminar Nasional Pendidikan 2017*, pp. 234–237.

Yuntina, L. (2020) 'SKALA LIKERT'.

Z. Wulandari and I. I. Arief (2022) 'Review: Tepung Telur Ayam: Nilai Gizi, Sifat Fungsional dan Manfaat', *Jurnal Ilmu Produksi dan Teknologi Hasil Peternakan*, 10(2), pp. 62–68. Available at: https://doi.org/10.29244/jipthp.10.2.62-68.