

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Anemia

a. Pengertian Anemia

Anemia adalah kondisi medis yang terjadi ketika kadar hemoglobin (Hb) atau jumlah sel darah merah dalam tubuh terlalu rendah, sehingga darah tidak mampu mengangkut oksigen cukup ke seluruh bagian tubuh. *World Health Organization (WHO)* menetapkan bahwa seseorang dikategorikan anemia jika kadar hemoglobinnya kurang dari 13 g/dL pada pria dan kurang dari 12 g/dL pada wanita (WHO, 2021). Secara patofisiologis, anemia dapat terjadi akibat rendahnya produksi eritrosit dan hemoglobin, peningkatan kerusakan eritrosit (hemolisis), atau kehilangan darah secara berlebihan (Rahayu Sri, 2023).

Di Indonesia, anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang cukup tinggi, terutama pada kelompok remaja putri dan ibu hamil. Anemia juga sering kali merupakan manifestasi dari kekurangan zat besi (anemia defisiensi besi), yang disebabkan oleh asupan zat besi yang tidak memadai, gangguan penyerapan, atau peningkatan ekskresi zat besi, misalnya melalui perdarahan (Purwitaningtyas and Paramitha, 2024).

b. Tanda Gejala Anemia

Gejala anemia umumnya terjadi karena kurangnya oksigen yang dibawa ke seluruh bagian tubuh, karena kadar hemoglobin dalam darah terlalu rendah. Akibatnya, bagian tubuh yang tidak mendapatkan cukup oksigen tidak bisa bekerja dengan baik, sehingga muncul berbagai gejala anemia. Anemia berkembang secara perlahan, sehingga gejalanya sering kali tidak terasa. Saat gejala mulai terasa, biasanya anemia sudah dalam kondisi yang cukup parah. Gejala anemia yang sering muncul tergantung pada jenisnya.

1) Anemia Ringan

Pada tahap ini, kebanyakan orang yang terkena tidak merasakan gejala yang terlihat jelas. Contohnya, jika otot mendapat pasokan oksigen yang kurang dari kebutuhan maka akan muncul gejala seperti cepat merasa lelah, lemas, lemah dan sakit setelah beraktivitas atau berolahraga. Gejala-gejala ini biasanya dianggap sebagai hal biasa, bukan tanda sakit. Jika pasokan oksigen ke otak tidak cukup untuk kebutuhan tubuh, maka bisa timbul gejala seperti mudah lupa dan sulit berkonsentrasi. Gejala-gejala itu biasanya disebut sebagai gejala 5 L, yaitu Lesu, Letih, Lemah, Lelah, dan Lalai.

2) Anemia Sedang

Pada tahap ini, mulai muncul gejala yang lebih jelas, seperti jantung yang terasa berdebar-debar lebih sering, merasa lelah lebih cepat saat melakukan aktivitas sehari-hari, sulit bernapas, dan tampak lebih pucat dari biasanya.

3) Anemia Berat

Gejala yang lebih parah mulai muncul seperti merasa lelah terus-menerus, gemetar, jantung berdebar cepat, wajah pucat, sulit bernapas, nyeri di dada, serta gangguan pada fungsi organ lainnya (Kemenkes RI, 2023).

c. Penyebab Anemia

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering ditemukan pada kelompok usia produktif, termasuk calon pengantin. Menurut Kementerian Kesehatan RI, perhatian terhadap anemia pada calon pengantin sangat penting karena berhubungan langsung dengan kesehatan kehamilan dan janin di masa depan. Anemia yang tidak ditangani sejak sebelum menikah dapat berdampak pada kehamilan berisiko tinggi, bayi berat lahir rendah (BBLR), prematuritas, dan kematian ibu (Candrawati, Hidayani and Sari, 2024).

1) Defisiensi Zat Gizi (Zat Besi, Asam Folat, Vitamin B12)

Penyebab utama anemia pada calon pengantin wanita adalah kurangnya asupan zat besi dan zat gizi mikronutrien lain,

seperti asam folat dan vitamin B12. Zat besi sangat penting dalam pembentukan hemoglobin. Defisiensi zat besi menyebabkan produksi sel darah merah menurun, sehingga kadar hemoglobin menjadi rendah (Nuraeni, Herutomo and Rahman, 2024).

Penelitian oleh (Nuraeni, Herutomo and Rahman, 2024) juga menunjukkan bahwa kurangnya asupan zat gizi, terutama zat besi, asam folat, dan protein, merupakan faktor signifikan penyebab anemia pada calon pengantin wanita. Zat besi berperan penting dalam pembentukan hemoglobin, sementara asam folat dan vitamin B12 berperan dalam maturasi sel darah merah. Defisiensi mikronutrien ini menyebabkan produksi sel darah merah terganggu, sehingga kadar hemoglobin menurun dan berisiko menimbulkan anemia.

2) Kebiasaan Makan

Calon pengantin wanita sering kali menjalani diet ketat atau mengubah pola makan menjelang pernikahan demi penampilan fisik yang ideal. Namun, kebiasaan ini justru dapat mengurangi asupan zat gizi penting, terutama zat besi, asam folat, dan vitamin B12 yang sangat dibutuhkan dalam proses pembentukan hemoglobin. Pola makan yang tidak seimbang, seperti melewati sarapan, menghindari sumber protein hewani, serta rendahnya konsumsi sayuran hijau dan buah tinggi

vitamin C, dapat menyebabkan tubuh kekurangan zat besi. Akibatnya, produksi sel darah merah terganggu, sehingga meningkatkan risiko anemia.

Penelitian oleh (Rahayu Sri, 2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan makan dan kejadian anemia pada calon pengantin ($p = 0,013$). Hal ini membuktikan bahwa kebiasaan makan yang buruk berkontribusi terhadap rendahnya kadar hemoglobin. Oleh karena itu, edukasi gizi dan pemantauan status gizi sangat penting diberikan kepada calon pengantin wanita guna mencegah anemia dan memastikan kesiapan kesehatan reproduksi mereka sebelum menikah.

3) Pengetahuan terkait Gizi

Pengetahuan terkait gizi yang rendah pada wanita usia subur terbukti menjadi salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap kejadian anemia. Kurangnya pemahaman mengenai pentingnya zat gizi seperti zat besi, asam folat, dan vitamin C menyebabkan perempuan tidak mengutamakan konsumsi makanan yang mendukung pembentukan hemoglobin. Akibatnya, pola makan sehari-hari cenderung kurang mengandung zat besi dari sumber hewani maupun nabati, serta minim vitamin C yang membantu penyerapan zat besi. Hal ini berdampak pada penurunan kadar

hemoglobin dalam darah, sehingga meningkatkan risiko anemia.

Penelitian oleh (Safira, Gunawan and Hidayati, 2018) di Desa Tuliskriyo menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan gizi memiliki hubungan signifikan dengan kejadian anemia pada wanita usia subur ($p < 0,001$). Studi ini juga menegaskan bahwa perilaku konsumsi pangan, khususnya makanan kaya zat besi dan vitamin C, sangat memengaruhi status anemia. Oleh karena itu, peningkatan literasi gizi menjadi langkah penting dalam upaya pencegahan anemia, khususnya pada kelompok usia subur yang memiliki peran vital dalam kesehatan reproduksi dan keturunan..

4) Menstruasi Berkepanjangan dan Tidak Teratur

Salah satu penyebab kehilangan zat besi adalah menstruasi yang berat dan berkepanjangan. Pada calon pengantin, kondisi ini sering kali tidak disadari sebagai penyebab anemia. Jika siklus menstruasi berlangsung lebih dari 7 hari atau disertai perdarahan berlebihan, maka akan menyebabkan defisit zat besi kronis (Dahlia, Putri and Zakiyah, 2023).

5) Status Sosial Ekonomi

Status sosial ekonomi yang rendah ternyata sangat mempengaruhi terjadinya anemia, terutama karena adanya hambatan dalam mendapatkan makanan bergizi, suplemen zat

besi, serta pelayanan kesehatan yang memadai. Individu yang berasal dari keluarga dengan pendapatan rendah biasanya mengalami kekurangan gizi karena kemampuan membeli makanan yang terbatas, serta kurang sering melakukan pemeriksaan kesehatan sebelum menikah yang sangat penting untuk mendeteksi anemia secara dini.

Penelitian oleh (Hardaniyati, Dian Soekmawaty Riezqy Ariendha and Irni Setyawati, 2023) menunjukkan adanya kaitan penting antara tingkat kemampuan ekonomi seseorang dengan terjadinya anemia pada ibu hamil. Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang mengalami anemia berasal dari kelompok masyarakat yang memiliki ekonomi menengah ke bawah, yaitu sebanyak 65% ($p = 0,023$). Temuan ini menunjukkan bahwa keterbatasan ekonomi tidak hanya memengaruhi jumlah makanan bergizi yang dikonsumsi, tetapi juga membuat orang sulit mengakses pelayanan kesehatan yang bisa mencegah dan mengatasi anemia secara awal.

d. Cara Pencegahan Anemia

Pencegahan anemia memerlukan pendekatan multifaset yang mencakup intervensi gizi, suplementasi, edukasi, dan perubahan gaya hidup. Berikut adalah penjelasan mengenai cara pencegahan anemia.

1) Intervensi Gizi

Asupan nutrisi yang cukup sangat penting untuk mencegah anemia, terutama anemia karena kurangnya besi. Makanan yang kaya akan zat besi, seperti daging merah, hati, sayuran berdaun hijau tua, dan kacang-kacangan, bisa membantu memenuhi kebutuhan zat besi setiap hari. Selain itu, makan makanan yang kaya akan vitamin C bisa membantu tubuh menyerap lebih baik zat besi non-heme yang berasal dari sumber nabati (Julaecha, 2020).

2) Suplementasi Zat Besi

Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) merupakan salah satu strategi efektif dalam mencegah anemia, terutama pada kelompok rentan seperti remaja putri dan ibu hamil. Edukasi mengenai pentingnya konsumsi TTD dan cara mengonsumsinya dengan benar dapat meningkatkan kepatuhan dan efektivitas suplementasi (Sitawati and Amanda, 2023).

3) Edukasi dan Promosi Kesehatan

Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang anemia, penyebabnya, dan cara pencegahannya melalui edukasi dan promosi kesehatan dapat mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat. Misalnya, edukasi mengenai pola makan seimbang, pentingnya suplementasi zat besi, dan pengelolaan

menstruasi yang baik dapat membantu mencegah anemia pada remaja putri (Fathony, Amalia and Lestari, 2022).

4) Fortifikasi Pangan

Penambahan zat besi pada bahan pangan pokok, seperti tepung terigu atau beras, merupakan strategi populasi untuk meningkatkan asupan zat besi dan mencegah anemia secara luas. Fortifikasi pangan telah terbukti efektif dalam menurunkan prevalensi anemia di berbagai negara. (Setyaningrum, Wulandari and Purwanza, 2023)

5) Skrining dan Deteksi Dini

Melakukan skrining rutin untuk mendeteksi anemia, terutama pada kelompok berisiko tinggi seperti ibu hamil dan anak-anak, memungkinkan intervensi dini dan pencegahan komplikasi lebih lanjut. Deteksi dini anemia dapat dilakukan melalui pemeriksaan kadar hemoglobin dan indikator status besi lainnya (Ramadhan, 2023).

6) Perbaikan Sanitasi dan Pencegahan Infeksi

Infeksi cacing tambang dan penyakit menular lainnya dapat menyebabkan kehilangan darah kronis dan anemia. Oleh karena itu, perbaikan sanitasi lingkungan, akses terhadap air bersih, dan program deworming berkala merupakan langkah penting dalam pencegahan anemia (Julaecha, 2020).

7) Pendidikan tentang Gaya Hidup Sehat

Mengadopsi gaya hidup sehat, termasuk aktivitas fisik yang teratur dan manajemen stres, dapat mendukung kesehatan secara keseluruhan dan mencegah anemia. Selain itu, menghindari kebiasaan yang dapat mengganggu penyerapan zat besi, seperti konsumsi teh atau kopi berlebihan setelah makan, juga penting dalam pencegahan anemia. (Julaecha, 2020).

2. Calon Pengantin (Catin) sebagai Pencegahan Anemia

Calon pengantin, khususnya perempuan, berada dalam masa pra-konsepsi yang sangat penting untuk dipersiapkan guna mendukung kehamilan yang sehat. Masa ini menjadi waktu ideal untuk mendeteksi dan menangani faktor risiko kesehatan seperti anemia. (WHO, 2013b) dalam panduannya mengenai preconception care merekomendasikan deteksi dini dan pengobatan anemia sebelum kehamilan untuk mengurangi risiko komplikasi saat kehamilan dan persalinan.

Penelitian menunjukkan bahwa intervensi terhadap calon pengantin wanita dapat memberikan hasil signifikan. Studi oleh (Pramoni, 2023) menunjukkan bahwa kombinasi edukasi gizi dan suplementasi Tabele tambah darah (TTD) sejak masa pra-konsepsi secara signifikan meningkatkan kadar hemoglobin. Temuan ini menegaskan bahwa masa pra-nikah bukan sekadar proses administratif atau seremonial,

melainkan merupakan periode krusial untuk intervensi kesehatan guna mencegah risiko anemia dan mendukung kehamilan yang sehat.

KUA sebagai lembaga pencatat pernikahan memiliki peran penting dalam mendukung program ini. Kolaborasi lintas sektor antara KUA dan Puskesmas telah terbukti meningkatkan cakupan edukasi bagi catin dalam program persiapan pernikahan (Farianita, Nugraheni and Kartini, 2020). Intervensi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan perempuan, tetapi juga pada outcome kehamilan dan status gizi anak di masa depan, menjadikannya bagian dari strategi pembangunan kesehatan berkelanjutan.

Dengan demikian, pelibatan catin wanita dalam upaya pencegahan anemia merupakan langkah penting yang bersifat promotif dan preventif, sekaligus sebagai investasi jangka panjang dalam menciptakan generasi sehat dan berkualitas.

3. Edukasi Gizi sebagai Upaya Preventif dan Promotif

a. Preventif

Upaya preventif bertujuan untuk mencegah terjadinya masalah kesehatan atau penyakit, termasuk yang disebabkan oleh ketidakseimbangan gizi. Edukasi gizi dalam pendekatan preventif difokuskan pada pengurangan faktor risiko seperti konsumsi tinggi lemak, gula, dan garam, serta rendahnya asupan serat, buah, dan sayur (Amiroh, Dwiyanah and Mardiyah, 2021).

Melalui edukasi yang terstruktur dan berbasis bukti, individu didorong untuk memahami risiko jangka panjang dari kebiasaan makan yang tidak sehat. Studi menunjukkan bahwa edukasi gizi berkontribusi terhadap penurunan prevalensi penyakit tidak menular seperti obesitas, hipertensi, dan diabetes mellitus dengan cara mengubah perilaku konsumsi (Sari *et al.*, 2022).

Pendekatan preventif juga mencakup pelatihan tenaga kesehatan, pemanfaatan media edukatif, dan kebijakan pangan yang mendukung perubahan gaya hidup sehat. Edukasi gizi yang menasar kelompok rentan—seperti anak-anak, ibu hamil, dan lansia—memiliki dampak yang signifikan dalam mencegah masalah gizi kronis maupun akut (Contento.I.R, 2008); (WHO, 2013a).

b. Promotif

Upaya promotif dalam kesehatan merupakan serangkaian kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan kemampuan individu dalam memelihara serta meningkatkan kesehatannya secara mandiri (Notoatmodjo, 2012). Dalam konteks gizi, pendekatan promotif dilakukan dengan memberikan edukasi gizi untuk mendorong masyarakat menerapkan pola konsumsi pangan seimbang, aktif secara fisik, dan menghindari kebiasaan yang dapat merugikan kesehatan.

Edukasi gizi sebagai bentuk promosi kesehatan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya asupan gizi yang tepat (Prabu Aji *et al.*, 2024). Pendekatan ini dilakukan melalui berbagai saluran komunikasi, seperti penyuluhan, media massa, kurikulum pendidikan, dan program berbasis komunitas. Keberhasilan strategi promotif ditentukan oleh kemampuan pendekatan edukatif yang kontekstual dan partisipatif (Contento.I.R, 2008).

Program edukasi gizi yang dijalankan di sekolah, misalnya, dapat menciptakan kesadaran sejak dini tentang pentingnya pola makan sehat, sehingga menjadi kebiasaan positif jangka panjang (WHO, 2013a). Dengan demikian, strategi promotif tidak hanya mendorong masyarakat hidup sehat, tetapi juga membentuk lingkungan yang mendukung perubahan perilaku secara luas.

4. Pengetahuan

a. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan didapat dari proses memahami yang terjadi setelah seseorang merasakan atau mengamati sesuatu yang dilihat atau dirasakan. Proses mengenali sesuatu menggunakan indra manusia, seperti melihat, mendengar, mencium, merasakan rasa, dan meraba. Sebagian besar informasi yang diketahui manusia

didapat melalui penglihatan dan pendengaran. Pengetahuan adalah hal yang sangat penting dalam membentuk cara seseorang bertindak; perilaku yang didasari oleh pengetahuan biasanya lebih tahan lama dibandingkan perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Darsini, Fahrurrozi and Cahyono, 2019)

b. Tingkat Pengetahuan

Tingkat pengetahuan seseorang dapat diukur dan dikategorikan berdasarkan kemampuan individu dalam menjawab pertanyaan atau memahami informasi tertentu. Menurut (Arikunto, 2019), kategori pengetahuan dibagi menjadi tiga:

- (1) Baik: Jika subjek mampu menjawab dengan benar 76-100% dari pertanyaan yang diberikan;
- (2) Cukup: Jika subjek mampu menjawab dengan benar 56-75% dari pertanyaan yang diberikan;
- (3) Kurang: Jika subjek mampu menjawab kurang dari 55% dari pertanyaan yang diberikan.

c. Faktor-faktor yang Memengaruhi Pengetahuan

Pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor yang dapat dikategorikan sebagai berikut:

- (1) Umur: Bertambahnya usia seseorang dapat mempengaruhi perkembangan fisik, psikologis, dan kognitif, yang berperan dalam peningkatan pengetahuan. (So'o *et al.*, 2022);

- (2) Pendidikan: Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah bagi mereka untuk menerima dan memahami informasi, yang pada gilirannya meningkatkan pengetahuan yang dimiliki. (Hendrawan, 2019);
- (3) Pekerjaan: Lingkungan pekerjaan dapat memberikan pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung. (Hendrawan, 2019);
- (4) Sumber Informasi: Akses terhadap informasi melalui media massa dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Semakin sering seseorang mendapatkan informasi, semakin luas pengetahuan yang dimilikinya.

5. Sikap

a. Pengertian Sikap

Sikap adalah kecenderungan seseorang untuk merespons sesuatu secara positif atau negatif terhadap objek, orang, atau situasi yang ada di sekitarnya (Irawan, Sarniyati and Friandi, 2022). Sikap terdiri dari tiga bagian utama:

- (1) Komponen Kognitif: Mencakup persepsi, kepercayaan, dan stereotipe yang dimiliki individu mengenai sesuatu. Komponen ini berisi pandangan atau opini seseorang terhadap objek sikap;

- (2) Komponen Afektif: Berkaitan dengan aspek emosional atau perasaan individu terhadap objek tersebut. Komponen ini mencerminkan emosi atau perasaan yang ditimbulkan oleh objek sikap;
- (3) Komponen Konatif: Merujuk pada kecenderungan atau niat untuk bertindak terhadap objek sikap. Komponen ini menggambarkan bagaimana sikap mempengaruhi perilaku atau tindakan seseorang. (Azwar S, 2011).

b. Tingkatan Sikap

Sikap dapat berkembang melalui beberapa tingkatan yaitu:

- (1) Menerima (Receiving): Kesiediaan individu untuk memperhatikan dan menerima stimulus atau objek tertentu;
- (2) Merespon (Responding): Memberikan tanggapan atau reaksi terhadap stimulus atau objek yang diterima;
- (3) Menghargai (Valuing): Memberikan nilai atau penghargaan terhadap stimulus atau objek tersebut;
- (4) Bertanggung Jawab (Responsible): Mengadopsi nilai atau sikap tersebut sebagai bagian dari sistem nilai pribadi dan bersedia mempertanggungjawabkannya.

c. Faktor-faktor yang Memengaruhi Pembentukan Sikap

Beberapa faktor yang mempengaruhi pembentukan dan perubahan sikap (Laoli, Lase and Waruwu, 2022), antara lain:

- (1) Pengalaman Pribadi: Pengalaman langsung individu terhadap suatu objek atau peristiwa dapat membentuk sikap tertentu. Pengalaman yang melibatkan situasi emosional cenderung lebih mudah membentuk sikap.
- (2) Pengaruh Orang Lain yang Dianggap Penting: Pendapat atau perilaku dari orang-orang yang dianggap penting oleh individu, seperti orang tua, guru, atau teman dekat, dapat mempengaruhi sikapnya.
- (3) Pengaruh Kebudayaan: Norma, nilai, dan tradisi budaya tempat individu dibesarkan memiliki pengaruh besar dalam pembentukan sikap. Kebudayaan memberikan pola perilaku yang konsisten yang mempengaruhi sikap individu.
- (4) Media Massa: Informasi yang disampaikan melalui media massa dapat mempengaruhi opini dan kepercayaan seseorang, yang pada gilirannya mempengaruhi sikap individu terhadap suatu objek atau peristiwa.
- (5) Lembaga Pendidikan dan Agama: Kedua lembaga ini memberikan dasar pengertian dan konsep moral yang mempengaruhi sikap individu. Pendidikan dan ajaran agama membentuk nilai-nilai yang dianut oleh individu.
- (6) Faktor Emosional: Emosi atau perasaan individu terhadap suatu objek dapat mempengaruhi sikapnya, baik secara sementara maupun permanen.

6. Media Booklet

Booklet adalah buku berukuran kecil yang berisi informasi penting dan dirancang secara menarik untuk memudahkan pembaca memahami materi. Penggunaan booklet sebagai media pembelajaran memiliki berbagai manfaat yang dijelaskan berikut ini.

a. Memudahkan Pemahaman Materi

Booklet menyajikan informasi secara ringkas dan jelas, dilengkapi dengan gambar dan ilustrasi yang relevan, sehingga membantu peserta didik memahami materi dengan lebih mudah (Beama, Tnunay and Manu, 2020).

b. Meningkatkan Motivasi dan Minat Belajar

Desain booklet yang menarik dapat meningkatkan minat dan motivasi belajar siswa, karena bentuknya yang sederhana dan penuh warna membuatnya lebih menarik untuk dibaca (Nomleni, Manu and Lekitonu, 2022).

c. Meningkatkan Hasil Belajar

Penggunaan booklet sebagai media pembelajaran telah terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa, karena materi disajikan secara sistematis dan mudah dipahami (Ardhyantama, Ananda and Sugiyono, 2022).

d. Fleksibilitas dan Kemudahan Akses

Booklet mudah dibawa dan dipelajari kapan saja, memungkinkan siswa untuk belajar secara mandiri dan mengulang materi sesuai kebutuhan mereka (Sinaga, Panjaitan and Sitio, 2022).

7. Media Leaflet

Leaflet merupakan media cetak berbentuk lembaran yang berisi informasi singkat dan jelas dengan desain menarik untuk meningkatkan pemahaman pembaca. Media ini memiliki beberapa kelebihan, seperti mudah dibawa dan disimpan, mampu meningkatkan minat belajar, serta menyajikan informasi secara ringkas dan sistematis (Maftukhah, 2023). Namun, leaflet juga memiliki kekurangan, seperti keterbatasan dalam menampilkan informasi secara mendalam, biaya produksi yang bisa meningkat jika menggunakan desain berwarna, serta kurang efektif untuk materi yang memerlukan visualisasi gerak. (Sari, Basri and Kasmawati, 2021) Dengan demikian, leaflet dapat menjadi media pembelajaran yang efektif jika digunakan dengan mempertimbangkan karakteristik materi dan kebutuhan audiens.

B. Landasan Teori

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang banyak terjadi pada kelompok wanita usia subur, termasuk calon pengantin. Anemia, khususnya anemia defisiensi besi, disebabkan oleh berbagai faktor dasar seperti kurangnya asupan zat besi, kebiasaan makan yang tidak sehat, kurangnya pengetahuan, menstruasi tidak teratur, dan kondisi sosial ekonomi yang rendah (Ariyani, 2016).

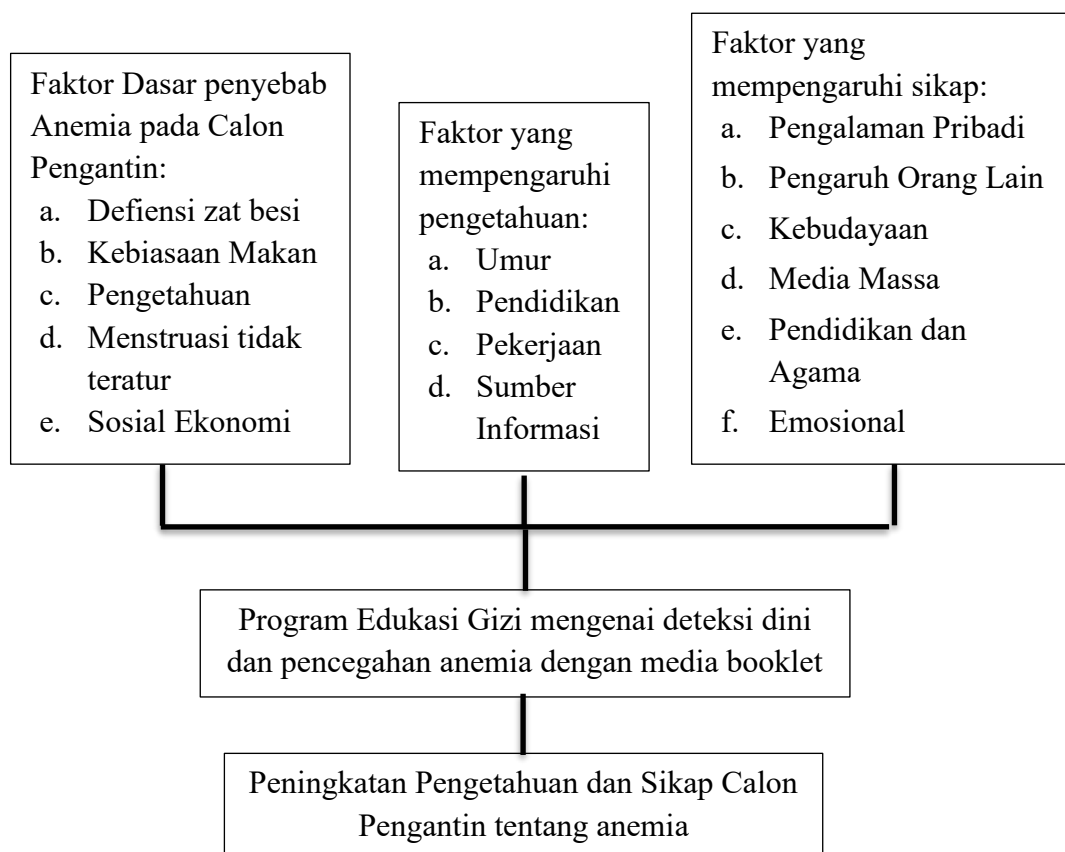
Pengetahuan calon pengantin tentang anemia sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti umur, tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, serta sumber informasi yang diperoleh. Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka semakin besar kemungkinannya untuk memiliki pengetahuan yang baik terkait kesehatan, termasuk anemia. Sumber informasi seperti media massa, petugas kesehatan, serta buku atau booklet pendidikan juga berperan penting dalam membentuk pengetahuan (Notoatmodjo, 2012).

Selain pengetahuan, sikap juga merupakan aspek penting yang dapat menentukan perilaku pencegahan anemia. Sikap seseorang dipengaruhi oleh pengalaman pribadi, pengaruh dari orang lain seperti keluarga dan teman, nilai-nilai budaya, informasi dari media massa, pendidikan, agama, serta perasaan atau emosi. Menurut Notoatmodjo (2012), sikap adalah respons seseorang yang tertutup terhadap suatu objek, yang didasari oleh pengetahuan, perasaan, dan keinginan untuk bertindak.

Dalam konteks edukasi kesehatan, salah satu intervensi yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan Program Edukasi Gizi yang difokuskan pada deteksi dini dan pencegahan anemia, khususnya

menggunakan media booklet. Booklet sebagai media cetak merupakan salah satu sarana komunikasi informasi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap masyarakat, karena bersifat praktis, mudah diakses, dan dapat dibaca berulang kali (Nurhidayati, 2013).

Dengan pelaksanaan program edukasi gizi melalui media booklet, diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap calon pengantin terhadap anemia. Peningkatan ini menjadi dasar dalam membentuk perilaku pencegahan anemia secara mandiri sebelum memasuki masa kehamilan, guna mendukung keberhasilan program kesehatan ibu dan anak.



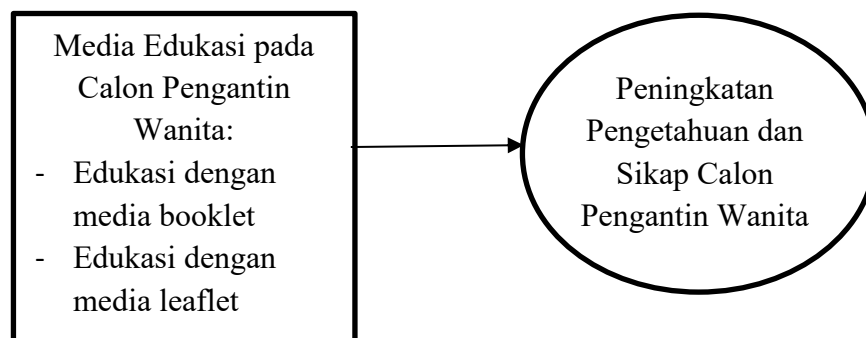
(Sumber : Ariyani, 2016; Nurhidayati, 2013; Notoatmodjo, 2012)

Gambar 1. Kerangka Teori Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan dan Sikap

C. Kerangka Konsep

Kerangka konsep ini menggambarkan hubungan antara media edukasi (booklet dan leaflet) sebagai variabel bebas, dengan peningkatan pengetahuan dan sikap calon pengantin sebagai variabel terikat. Edukasi melalui media cetak terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman karena dapat diakses berulang dan sesuai dengan tingkat literasi sasaran (Notoatmodjo, 2012; Wawan & Dewi, 2010).

Booklet menyajikan informasi secara sistematis dan lebih mendalam, sedangkan leaflet menyampaikan pesan secara ringkas dan padat. Keduanya diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif calon pengantin dalam pencegahan anemia (Green and Kreuter, 2005).



Keterangan:

- = Variabel bebas
 = Variabel terikat

Gambar 2. Kerangka Konsep dalam Penelitian

D. Hipotesis Penelitian

Pemberian edukasi menggunakan media booklet lebih baik dibandingkan dengan media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap tentang anemia pada Calon Pengantin Wanita.