

Pengaruh Penyuluhan terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi dan Kesehatan pada Ibu Balita di Mampang, Depok

The Effect of Counseling on Improvement of Knowledge and Health in Mother in Mampang, Depok

Fitria^{1*}, Trini Sudiarti²

¹Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka, Indonesia

²Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia

* Email corresponding author: fitria@uhamka.ac.id

Submitted: 27 January 2021

Revision: 8 May 2021

Accepted: 29 May 2021

DOI: <http://dx.doi.org/10.52742/jgkp.v2i1.10329>

Abstrak: Sampai saat ini gizi kurang masih menjadi masalah gizi di masyarakat. Hal ini dapat disebabkan oleh rendahnya tingkat pengetahuan gizi dan kesehatan ibu balita. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan gizi dan kesehatan pada ibu balita. Penelitian ini menggunakan desain studi pre experimental dengan rancangan one group pretest – posttest. Sampel penelitian ini berjumlah 54 ibu balita yang mengikuti pre-post test. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji t dependen. Hasil penelitian menunjukkan rerata skor pre-test dan post-test masing-masing sebesar 15,78 dan 18,57. Hasil uji statistik menunjukkan ada perbedaan bermakna ($p = 0,0001$) pengetahuan gizi dan kesehatan sebelum dan sesudah intervensi. Berdasarkan perhitungan rumus efektivitas diperoleh nilai efektivitas penyuluhan ini adalah sebesar 83,3%. Dengan demikian, penyuluhan gizi dan kesehatan ini dikatakan cukup efektif.

Kata kunci: Penyuluhan, Pengetahuan Gizi dan Kesehatan, Ibu Balita,

Abstract: Until now, malnutrition is still a nutritional problem in society. This can be caused by the low level of knowledge of nutrition and the health of mothers under five. This study aims to determine the effect of counseling on increasing knowledge of nutrition and health in mothers under five. This study used a pre-experimental study design with one group pretest-posttest design. The research sample consisted of 54 mothers of children under five who participated in the pre-post-test. Data collection using a questionnaire. The data analysis used the dependent t test. The results showed that the mean pretest – posttest scores were 15,78 and 18,57 respectively. The results of statistical tests showed that there were significant differences ($p = 0,0001$) in the knowledge of nutrition and health before and after the intervention. Based on the calculation of effectiveness formula, the value of the effectiveness of this counseling was 83,3%. Thus, nutrition and health education is quite effective

Keywords: Counseling, nutrition and health knowledge, mothers of toddlers

1. Pendahuluan

Balita yang menderita kurang gizi akan mengalami kelainan fisik maupun mental. Apabila kelainan tersebut terjadi pada bayi dan anak-anak maka akan sulit disembuhkan dan dapat menghambat perkembangan selanjutnya (Suhardjo, 2003). Gizi kurang pada anak juga dapat meningkatkan risiko kematian, menghambat

perkembangan kognitif, dan memengaruhi status kesehatan pada usia remaja dan dewasa (Arisman, 2010). Setiap tahun lebih dari sepertiga kematian anak di dunia berkaitan dengan masalah kurang gizi (Kemenkes RI, 2015). Kasus gizi kurang di Indonesia masih tinggi. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) prevalensi gizi kurang pada balita di Indonesia tahun 2017 sebesar 14 %. Di Jawa Barat pada tahun 2017 kasus gizi kurang cukup tinggi yaitu sebesar 12,2 %. Prevalensi ini lebih tinggi dibandingkan di DKI Jakarta yaitu hanya sebesar 11% (Kemenkes, 2018). Dinas Kesehatan Kota Depok, Jawa Barat mencatat sepanjang tahun 2016 ada sebanyak 4.029 (3,02%) balita gizi kurang dan sebanyak 85 kasus balita gizi buruk (Dinas Kesehatan Kota Depok, 2020).

Gangguan gizi pada balita dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi dan kesehatan. Oleh karena itu, pengetahuan orang tua tentang gizi dan kesehatan merupakan kunci keberhasilan baik atau buruknya status gizi pada balita (Notoatmodjo, 2007a). Hasil penelitian menunjukkan masih banyak ibu yang memiliki pengetahuan gizi dan kesehatan yang rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 54,7% ibu memiliki pengetahuan gizi yang kurang (Nainggolan & Zuraida, 2012). Penelitian Tantejo, dkk menunjukkan hanya 15,8% ibu yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik (Tantejo et al., 2014). Penelitian Ekawaty, dkk menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi dengan kategori baik sebanyak 12,2%, cukup sebesar 42,2 %, dan kurang sebesar 45,5% (Ekawaty et al., 2015).

Berdasarkan penelitian Handayani terdapat pengaruh signifikan antara pengetahuan gizi ibu terhadap pola makan anak balita umur 6 bulan-5 tahun dengan koefisien determinasi sebesar 5,9% (Handayani, 2014). Pengetahuan gizi ibu menjadi faktor yang berhubungan paling kuat dengan status gizi balita (Nainggolan & Zuraida, 2012). Hasil penelitian Damayanti menunjukkan bahwa ibu dengan pengetahuan tentang gizi dan pola pemberian makan yang kurang berisiko 2,9 kali memiliki anak dengan gizi kurang dibandingkan ibu dengan pengetahuan baik. Disamping itu, balita dengan pola pemberian makan kurang berisiko sebesar 6,3 kali mengalami gizi kurang dibandingkan balita dengan pola pemberian makan baik (Damayanti, 2013).

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan kesehatan ibu adalah dengan melakukan penyuluhan. Ada peningkatan pengetahuan yang signifikan pada ibu balita gizi kurang setelah diberikan penyuluhan (Mardhiah et al., 2020). Menurut penelitian Sari, dkk ada pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan ibu tentang pola makan balita (Sari et al., 2019). Penelitian Wirawan, dkk menunjukkan ada pengaruh peningkatan rata-rata pengetahuan ibu balita antara sebelum dan setelah penyuluhan (Wirawan et al., 2014). Penelitian Kisman, dkk juga menunjukkan ada pengaruh penyuluhan dengan metode leaflet terhadap pengetahuan ibu tentang stunting (Kisman et al., 2020). Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan kesehatan pada ibu balita. Dengan demikian, diharapkan jumlah balita dengan status gizi kurang menurun..

2. Metode

Penelitian ini merupakan penelitian pre experimental design menggunakan rancangan One Group Pretest - Posttest. Penelitian ini dilakukan pada ibu balita di Kelurahan Mampang, Kecamatan Pancoran Mas, Kota Depok. Penelitian ini menggunakan data primer berupa data karakteristik responden dan kuesioner pre-post test pengetahuan gizi dan kesehatan sedangkan data sekunder berupa profil kesehatan Kota Depok. Pengambilan data dilakukan pada bulan Februari – Mei 2010. Kriteria inklusi dari penelitian ini adalah seluruh ibu balita di 8 RW terpilih yang memiliki kasus gizi kurang yang tinggi, menghadiri penyuluhan, dan mengikuti pre-post test. Kuesioner pre-post test diberikan kepada ibu balita untuk diisi sendiri

dengan pendampingan. Kuesioner tersebut berupa 21 soal pilihan ganda tentang gizi dan kesehatan.

Media penyuluhan yang digunakan pada penelitian ini yaitu poster dan lembar balik. Media poster berisi materi tentang gizi seimbang, kebersihan diri, cara mengatasi diare, dan menu makanan sehat bergizi. Sedangkan media lembar balik berisi tentang kebersihan diri dan menu gizi seimbang. Pada waktu pelaksanaan penelitian, jumlah total populasi yang menghadiri kegiatan penelitian sebanyak 94 ibu balita. Akan tetapi, hanya sebanyak 54 ibu balita yang mengikuti pre-post test. Dalam proses pengambilan data peneliti dibantu oleh beberapa enumerator yaitu 1 mahasiswa reguler peminatan gizi FKM UI, 3 alumni sarjana FKM UI, dan 1 orang mahasiswa magister FKM UI. Analisis data menggunakan uji t-dependen dengan SPSS versi 16.

3. Hasil

Pada saat pretest rata-rata skor pengetahuan gizi dan kesehatan adalah 15,78 dengan standar deviasi sebesar 3,094 sedangkan pada saat posttest rata-rata skor pengetahuan gizi dan kesehatan adalah 18,57 dengan standar deviasi sebesar 2,603. Pada penelitian ini terjadi peningkatan nilai rata-rata sebesar 2,79. Nilai terendah pada saat pretest yaitu 3 dan pada saat posttest 10.

Tabel 1. Distribusi Skor Pretest dan Posttest Pengetahuan Gizi dan Kesehatan

Variabel	n	Mean	SD	Min-Max	95% CI
<i>Pre test</i>	54	15,78	3,094	3 - 21	14,93 - 16,62
<i>Post test</i>	54	18,57	2,603	10 - 21	17,86 - 19,28

Pada saat posttest sebagian besar ibu balita mengalami peningkatan skor pengetahuan gizi dan kesehatan yaitu sebanyak 45 orang (83,3%). Ibu balita yang tidak mengalami peningkatan skor pengetahuan sebanyak 4 orang dan yang turun sebanyak 5 orang.

Tabel 2. Distribusi Peningkatan Skor Pengetahuan Gizi dan Kesehatan

Skor Pengetahuan	n	%
Naik	45	83,3
Tetap	4	7,4
Turun	5	9,3
Total	54	100

Pengaruh intervensi pendidikan terhadap pengetahuan gizi dan kesehatan ibu balita pada penelitian ini adalah selisih skor pengetahuan sebelum dan sesudah dilaksanakannya intervensi penyuluhan. Hasil uji t dependen menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan rata-rata pengetahuan gizi dan kesehatan antara sebelum dan sesudah intervensi dengan p value = 0,0001.

Tabel 3. Pengaruh Penyuluhan terhadap Pengetahuan Gizi dan Kesehatan

Variabel	n	Mean	SD	<i>P value</i>
<i>pretest</i>	54	15,78	3,094	
<i>posttest</i>	54	18,57	2,603	0,0001

4. Pembahasan

Ada perbedaan signifikan rata-rata pengetahuan gizi dan kesehatan antara sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sari, dkk yang menunjukkan bahwa penyuluhan gizi berpengaruh terhadap pengetahuan ibu tentang pola makan balita secara signifikan (Sari et al., 2019). Berdasarkan penelitian Utaminingtyas ada pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang balita (Utaminingtyas, 2020). Terdapat pengaruh signifikan penyuluhan gizi tentang jajanan sehat dalam meningkatkan pengetahuan (Fitri et al., 2020). Demikian pula pada penelitian Fatmawati terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata skor pengetahuan tentang pemberian menu seimbang pada balita sebelum dan setelah penyuluhan (Fatmawati, 2014).

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek melalui panca indra yang dimilikinya. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba (Notoatmodjo, 2014). Menurut Dale, penangkapan pengetahuan yang diberikan melalui indera penglihatan ialah 75% - 87%, melalui indera pendengaran ialah 13%, dan 12% dari indera yang lain. Semakin banyak indera yang dilibatkan dalam penangkapan pesan maka semakin mudah pesan dapat diterima oleh sasaran pendidikan (Notoatmodjo, 2007b). Pada penelitian ini pengetahuan ibu balita dapat diperoleh melalui indera penglihatan dan pendengaran, yaitu dengan penyuluhan menggunakan media poster dan lembar balik. Penelitian lain yang juga menggunakan media lembar balik menunjukkan ada perbedaan signifikan skor pengetahuan pada ibu balita gizi kurang sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media lembar balik (Fitriani, 2015). Ada peningkatan signifikan skor pengetahuan kesehatan gigi dan mulut sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media booklet dan flip chart (Bagaray et al., 2016). Selain media lembar balik, media poster juga efektif sebagai media penyuluhan karena lebih membantu menstimulasi indra penglihatan. Selain itu, aspek visual pada gambar poster juga lebih memudahkan dalam menerima informasi atau materi pendidikan (Notoatmodjo, 2003). Ada pengaruh penyuluhan dengan metode simulasi dengan permainan ular tangga serta alat peraga berupa poster terhadap pengetahuan ibu tentang stunting (Kisman et al., 2020). Berdasarkan hasil penelitian Noviani, jumlah responden yang memiliki pengetahuan kategori baik meningkat setelah dilakukan pendidikan gizi dengan menggunakan poster (Noviani, 2018). Hasil penelitian Jumilah dkk juga menunjukkan peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan dengan media poster (Jumilah et al., 2017).

Adanya responden yang tidak mengalami peningkatan pengetahuan atau bahkan mengalami penurunan skor dapat disebabkan oleh beberapa hal. Penurunan skor pengetahuan tersebut dapat diakibatkan oleh kurangnya konsentrasi responden dalam mengikuti proses penelitian baik dalam mengisi kuesioner pretest dan posttest maupun dalam mengikuti penyuluhan. Hal ini dikarenakan seluruh responden membawa balita ke posyandu saat kegiatan penelitian dilaksanakan. Kondisi penyuluhan yang kurang kondusif akibat tangis balita dapat mengurangi keaktifan dan keantusiasan responden untuk berdiskusi dan mendengarkan materi penyuluhan.

Untuk menilai pengaruh pendidikan gizi dan kesehatan maka perlu diketahui seberapa besar efeknya terhadap pengetahuan. Efektivitas pendidikan gizi adalah keberhasilan pendidikan gizi yang diukur dengan bertambahnya nilai pengetahuan gizi responden setelah dilakukan pendidikan gizi (Khomsan, 2000). Menurut Prayitno dalam Nurafriantjie, efektivitas digunakan untuk menilai tingkat keberhasilan program, menilai tingkat pencapaian target, dan perbandingan efektivitas beberapa program (Nurafriantjie, 2008).

Pada penelitian ini yang dimaksud dengan hasil dalam rumus tersebut adalah jumlah responden yang mengalami peningkatan pengetahuan. Sedangkan target adalah jumlah seluruh responden yang diharapkan mengalami peningkatan pengetahuan setelah dilaksanakan penyuluhan gizi dan kesehatan. Jumlah responden yang mengalami peningkatan pengetahuan adalah 45 orang. Berdasarkan perhitungan rumus efektivitas maka nilai efektivitas penyuluhan ini adalah 83,3%. Dilihat dari keefektivan tersebut maka penyuluhan gizi dan kesehatan ini dikatakan cukup efektif..

5. Kesimpulan

Terdapat perbedaan bermakna pengetahuan gizi dan kesehatan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan pada ibu balita dengan p value = 0,0001 dengan nilai efektivitas sebesar 83,3%. Untuk peneliti selanjutnya sebaiknya melakukan penelitian dengan rancangan quasi experimental menggunakan kelompok kontrol.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih penulis ucapkan kepada para kader yang telah membantu proses pengumpulan data.

Referensi

- Arisman. (2010). *Gizi Dalam Daur Kehidupan: Buku Ajar Ilmu Gizi*. EGC.
- Bagaray, F. E. K., Wowor, V. N. S., & Mintjelungan, C. N. (2016). Perbedaan efektivitas DHE dengan media booklet dan media flip chart terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan gigi dan mulut siswa SDN 126 Manado. *E-GIGI*, 4(2). <https://doi.org/10.35790/eg.4.2.2016.13487>
- Damayanti, R. (2013). Skripsi: Pengaruh Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dan Pola Pemberian Makan Terhadap Kejadian Gizi Kurang Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Gajahan Surakarta. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Dinas Kesehatan Kota Depok. (2020). *Profil Kesehatan Kota Depok 2019*.
- Ekawaty, M., Kawengian, S. E. S., & Kapantow, N. H. (2015). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Status Gizi Anak Umur 1- 3 Tahun Di Desa Mopusi Kecamatan Lolayan Kabupaten Bolaang Mongondow Induk Sulawesi Utara. *Jurnal E-Biomedik*, 3(2), 609–614. <https://doi.org/10.35790/ebm.3.2.2015.8548>
- Fatmawati, R. N. (2014). *Pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam pemberian menu seimbang pada balita di dusun Tegalrejo, Pleret, Bantul, Yogyakarta tahun 2014*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Fitri, Y., Al Rahmad, A. H., Suryana, S., & Nurbaiti, N. (2020). Pengaruh penyuluhan gizi tentang jajanan tradisional terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku jajan anak sekolah. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 5(1), 13–18. <https://doi.org/10.30867/action.v5i1.186>
- Fitriani, F. K. (2015). *Pengaruh Penyuluhan Media Lembar Balik Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Gizi Kurang Di Puskesmas Pamulang, Tangerang Selatan Tahun 2015*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Handayani, E. (2014). Pengaruh Pengetahuan Gizi Ibu Dan Pendapatan Orang Tua Terhadap Pola Makan Anak Balita Umur 6 Bulan—5 Tahun Di Dusun 1 Desa Palumbungan Kecamatan Bobotsari Kabupaten Purbalingga. *Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Jumlah, J., Jauhari, A. H., & Ridha, A. (2017). EFEKTIFITAS MEDIA POSTER TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG KESEHATAN GIGI (Studi pada siswa-siswi kelas V SD Negeri di Kelurahan Saigon). *JUMANTIK (Jurnal Mahasiswa Dan Peneliti Kesehatan)*, 1(02), 1–11.
- Kemenkes. (2018). *Buku Saku Pemantauan Status Gizi Tahun 2017*. Direktorat Gizi Masyarakat Kemenkes RI.
- Kemenkes RI. (2015). *Situasi Anak Balita di Indonesia*. Kemenkes RI.

- Khomsan, A. (2000). *Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi*. GMSK-IPB.
- Kisman, Supodo, T., Munir, S., & Banudi, L. (2020). Pengaruh pemberian metode penyuluhan terhadap pengetahuan ibu balita tentang stunting. *Media Gizi Pangan*, 27(1), 86–97.
- Mardhiah, A., Riyanti, R., & Marlina, M. (2020). Efektifitas Penyuluhan dan Media Audio Visual terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Anak Balita Gizi Kurang di Puskesmas Medan Sunggal. *Jurnal Kesehatan Global*, 3(1), 18. <https://doi.org/10.33085/jkg.v3i1.4549>
- Nainggolan, J., & Zuraida, R. (2012). Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap Gizi Ibu dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Rajabasa Indah Kelurahan Rajabasa Raya Bandar Lampung. *Medical Journal of Lampung University*, 1(1), 62–73.
- Notoatmodjo, S. (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2007a). *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2007b). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Menjaga Kesehatan Balita*. Rineka Cipta.
- Noviani, E. (2018). *Pendidikan Gizi Dengan Media Poster Dan Pengetahuan Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 02 Banaran Grogol Sukoharjo*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Nurafriantjie, F. R. (2008). *Perbedaan Pengaruh Intervensi Penyuluhan Antara Media Kartu Berjodoh Dengan Media Lembar Balik Terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Dan Faktor Yang Berhubungan Pada Ibu Balita Di Kecamatan Babelan, Kabupaten Bekasi Tahun 2008*. UIN Syarif Hidayatullah.
- Sari, S. A., Widardo, W., & Cahyanto, E. B. (2019). Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Balita Di Desa Sambirejo Kecamatan Mantingan Kabupaten Ngawi. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 7(1), 1. <https://doi.org/10.20961/placentum.v7i1.25684>
- Suhardjo. (2003). *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Bumi Aksara.
- Tantejo, B., Christiانتo, E., & Tuti, R. (2014). Hubungan Pengetahuan ibu tentang Gizi dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas XIII Koto Kampar Tahun 2013. *Journal Online Mahasiswa*, 1(2), 1–10.
- Utamingtyas, F. (2020). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Di Kelurahan Tingkir Lor, Kota Salatiga. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 7(1), 171–184. <https://doi.org/10.36743/medikes.v7i1.218>
- Wirawan, S., Abdi, L. K., & Sulendri, N. K. S. (2014). Penyuluhan Dengan Media Audio Visual Dan Konvensional Terhadap Pengetahuan Ibu Anak Balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 80–87. <https://doi.org/10.15294/kemas.v10i1.3073>