

PENGARUH PENYULUHAN GIZI TERHADAP PENGETAHUAN GIZI IBU MENGGUNAKAN LEMBAR BALIK DI POSYANDU ANGGREK 2 KARAWANG

Amalia Khopiyani^{1*}, Linda Riski Sefrina², Rini Harianti³

Program Studi S1 Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Singaperbangsa Karawang^{1,2,3}

*Corresponding Author : 2010631220016@student.unsika.ac.id

ABSTRAK

Stunting adalah kondisi kegagalan pertumbuhan, dengan panjang badan menurut umur < -2 z-score berdasarkan rujukan pada pertumbuhan *World Health Organization*. Anak yang beresiko stunting harus diawasi, dan diamati kesehatan serta tumbuh kembangnya. Hal ini, mengharuskan setiap orang tua rutin memantau tumbuh kembang anaknya, termasuk tinggi dan berat badan anak. Masalah kesehatan ini dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan ibu dalam mencukupi kebutuhan gizi anaknya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh peningkatan pengetahuan gizi dengan media lembar balik. Jenis penelitian yang dilakukan adalah *quasi eksperimental design with one group pre and post test*. Subjek sebanyak 25 ibu yang memiliki balita. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner *pre-post test*. Data dianalisis dengan SPSS menggunakan *Paired T-Test* untuk mengetahui perbedaan antara hasil *pre-post test* sebelum dan sesudah diintervensi. Hasil *Uji Paired Sampel T-Test* menunjukkan ada pengaruh yang bermakna yaitu nilai $p = 0,000$ dengan $\alpha < 0,05$. Terdapat perbedaan yang signifikan terhadap perlakuan yang diberikan sebelum dan sesudah intervensi gizi berupa penyuluhan atau edukasi dengan materi pola makan terhadap balita stunting. Tingkat pengetahuan gizi sebelum diberi intervensi gizi sebesar 92% dan setelah diberi intervensi gizi meningkat menjadi 100%.

Kata kunci : edukasi, lembar balik, pengetahuan stunting

ABSTRACT

Stunting is a condition of growth failure, with body length for age < -2 z-score based on the World Health Organization growth reference. Children who are at risk of stunting must be supervised and their health and growth and development observed. This requires every parent to regularly monitor their child's growth and development, including the child's height and weight. This health problem can be caused by the mother's lack of knowledge in meeting her child's nutritional needs. The aim of this research is to determine the effect of increasing nutritional knowledge using flip sheets as media. The type of research carried out was quasi experimental design with one group pre and post test. The subjects were 25 mothers who had toddlers. Data collection using a pre-post test questionnaire. Data were analyzed with SPSS using Paired T-Test to determine the difference between pre-post test results before and after the intervention. The results of the Paired Sample T-Test show that there is a significant effect, namely p value = 0.000 with $\alpha < 0.05$. There is a significant difference in the treatment given before and after nutritional intervention in the form of counseling or education with diet material for stunted toddlers. The level of nutritional knowledge before being given nutritional intervention was 92% and after being given nutritional intervention increased to 100%.

Keywords : education, flip chart, stunting knowledge

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara yang memiliki beban ganda malnutrisi (DBM), salah satunya adalah stunting. Kejadian stunting di Indonesia terjadi ketika periode pemberian MP-ASI, yaitu ketika ASI tidak mampu memenuhi kebutuhan gizi pada bayi (Helmyati, 2022). Disamping itu, penyebab masalah gizi yang terjadi di Indonesia salah satunya karena kurangnya pengetahuan gizi. Pemilihan bahan makanan, dan konsumsi pangan yang beragam dan tepat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan gizi seseorang (Paat et al., 2021). Berdasarkan WHO tahun 2022, data prevalensi anak balita stunting di Indonesia menempati tertinggi kedua

di Asia Tenggara sebesar 31,8%, dengan prevalensi tertinggi pertama yaitu Timor Leste sebesar 48,8%, diikuti Laos dengan prevalensi tertinggi ketiga dengan 30,2%, dan Kamboja di urutan keempat sebesar 29,9%, sedangkan untuk prevalensi terendah berasal dari negara Singapura sebesar 2,8% (Hatijar, 2023).

Di tahun 2021, angka stunting secara nasional mengalami penurunan sebesar 1,6% per tahun menjadi 24,4% yang sebelumnya di angka 27,7% pada tahun 2019 menurut hasil SSGI tahun 2021 (Hatijar, 2023). Walaupun terdapat penurunan angka stunting, tetapi persentase tersebut masih tergolong tinggi jika mengacu batasan yang ditetapkan oleh WHO yaitu kurang dari 20%. Pada tahun 2019, berdasarkan data status gizi balita Indonesia (SSGBI) diketahui bahwa prevalensi stunting di Jawa Barat tahun 2020 sebesar 26,21% (Ratih, 2022).

Stunting pada bayi dan balita dipengaruhi oleh pemberian ASI dan MP-ASI. MP-ASI yang diberikan terkadang terbatas pada jumlah, kualitas, dan variasinya, padahal MP-ASI yang baik adalah yang padat energi protein, dan zat gizi mikro juga diberikan secara terjadwal tiga kali sehari dan dua kali selingan diantaranya secara terjadwal (Kemenkes, 2014). Jika asupan yang dibutuhkan tidak memenuhi gizi, maka status gizinya akan kurang dan beresiko stunting. Jika terjadi kekurangan gizi dalam waktu yang lama akan memengaruhi pertumbuhan balita, risiko terkena penyakit infeksi, dan degeneratif, gangguan sistem imun, hingga kematian (Rapar et al., 2014). Status gizi yang kurang dipengaruhi oleh faktor langsung dan tidak langsung. Penyakit infeksi, dan asupan makan merupakan faktor langsung, sedangkan ketahanan pangan keluarga, pola asuh anak, serta pelayanan kesehatan anak dan lingkungan merupakan faktor tidak langsung (Sholikah et al., 2017).

Untuk memperbaiki status gizi anak balita perlu dilakukan intervensi gizi dengan cara meningkatkan pengetahuan orang tuanya terutama ibu melalui penyuluhan dan edukasi gizi. Pengetahuan gizi adalah pengetahuan terkait makanan dan zat gizi yang mencakup makanan yang aman dikonsumsi, sumber zat gizi di makanan yang tidak menimbulkan penyakit, serta cara mengolah yang baik supaya tidak hilang zat gizi pada makanan tersebut (Paat et al., 2021). Sikap dan perilaku ibu dalam memilih makanan merupakan pengaruh dari pengetahuan ibu yang berdampak pada status gizi anak terhadap kejadian stunting pada balita dan anak. Ibu yang mempunyai pengetahuan tentang gizi tentunya akan lebih memperhatikan kebutuhan gizi anak supaya proses tumbuh kembangnya dapat mencapai secara optimal (Ratih, 2022). Upaya yang telah dilakukan untuk pencegahan stunting melalui pendidikan dan penyuluhan gizi pada ibu salah satunya dengan menggunakan *Flip Chart* atau lembar balik di kecamatan Benua Kayong berhasil meningkatkan pengetahuan gizi subjek sebesar 8,923% (Uliyanti & Anggraini, 2022).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh peningkatan pengetahuan gizi tentang pemberian pola makan terhadap balita stunting melalui media lembar balik di Posyandu Angrek 2, Desa Adiarsa Timur, Kabupaten Karawang, Jawa Barat.

METODE

Jenis penelitian yang dilakukan adalah *quasi eksperimental design with one group pre and post test* untuk membandingkan antara pengetahuan gizi sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi. Dalam penelitian akan ditampilkan suatu pengaruh antara penyuluhan gizi dengan pengetahuan ibu berdasarkan karakteristik yang berbeda-beda.

Penelitian ini dilaksanakan di Posyandu Angrek 2, Kp. Growong, Rt. 002, Rw. 002, Desa Adiarsa Timur, Kabupaten Karawang, Jawa Barat. Lokasi tersebut dipilih karena masih banyak balita yang mengalami stunting. Hal ini berdasarkan keterangan dari wakil kader Posyandu Angrek 2. Diketahui dari pernyataan ibu kader, mengatakan bahwa anak-anak disana jarang makan sayuran dan cenderung lebih suka makanan cepat saji atau *junk food*. Mereka juga sulit makan makanan yang mengandung karbohidrat seperti nasi. Oleh karena itu, kader dan orang

tua terutama ibu, perlu diberikan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan supaya dapat mencegah dan mengurangi risiko terjadinya balita stunting. Penelitian ini dilaksanakan selama 1 hari pada Sabtu, 3 Desember 2022. Total subjek sebanyak 25 responden, yaitu para ibu yang ada di Posyandu Anggrek 2.

Data karakteristik ibu dikumpulkan melalui pengisian kuesioner. Data tersebut terdiri dari usia, pendidikan terakhir, jumlah anggota keluarga, pendapatan per bulan, dan, pekerjaan. Data pengetahuan gizi diperoleh melalui kuesioner tentang pemberian pola makan terhadap balita stunting yang terdiri dari 15 pertanyaan tes objektif benar dan salah. Pertanyaan dengan jawaban benar diberikan skor 1, sedangkan jawaban yang salah diberi skor 0. Skor tertinggi yang diperoleh dari kuesioner tersebut adalah 100. Skor tersebut dikategorikan menjadi tiga yaitu, baik jika skor benar >80, sedang jika skor benar 60-80, dan kurang jika skor benar <60 (Ningrum et al., 2023).

Penelitian ini terbagi menjadi 3 tahap yaitu *pre test*, intervensi berupa penyuluhan gizi, dan *post test*. Tahap awal dan akhir dilakukannya pengisian kuesioner berupa data karakteristik ibu, dan pengetahuan gizi. Pengumpulan data dilakukan sebelum dan sesudah intervensi, sedangkan intervensi yang diberikan berupa penyuluhan dan edukasi gizi dengan tema “Generasi Emas Bebas Stunting”. Materi yang diberikan tentang pemberian pola makan terhadap balita stunting, dengan metode diskusi dan ceramah menggunakan media lembar balik selama 20 menit. Data diolah dan dianalisis melalui SPSS dengan menggunakan *Uji Paired Sampel T-Test* dengan $\alpha < 0,05$ untuk mengetahui perbedaan antara hasil *pre-post test* sebelum dan sesudah diintervensi.

HASIL

Univariat

Karakteristik Subjek

Tabel 1. Karakteristik Subjek

Karakteristik	Ibu	
	n	%
Usia		
Remaja Akhir (17-25)	6	24%
Dewasa Awal (26-35)	14	56%
Dewasa Akhir (36-45)	4	16%
Lansia Awal (46-55)	1	4%
Pendidikan		
Lulus SD	3	12%
Lulus SMP	8	32%
Lulus SMA	14	56%
Jumlah Anggota Keluarga		
3 orang	7	28%
4 orang	14	56%
5 orang	2	8%
6 orang	2	8%
Pendapatan Per Bulan (Rp)		
Sangat Tinggi (>3.5000.00)	5	20%
Tinggi (2.500.000-3.500.000)	2	8%
Sedang (1.500.000-2.500.000)	5	20%
Rendah (<1.500.00)	13	52%
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	25	100%

Subjek atau responden adalah 25 ibu yang ada di Posyandu Anggrek 2. Karakteristik responden terdiri dari usia, pendidikan terakhir, jumlah anggota keluarga, pendapatan per bulan, dan pekerjaan. Rentang umur subjek adalah 19-48 tahun, pendidikan terakhir umumnya lulusan SMA sebanyak 56%. Subjek umumnya dari keluarga kecil dengan jumlah keluarga yaitu 4 orang, sedangkan pendapatan per bulan umumnya rendah dengan persentase 52%. Sebanyak 100% pekerjaan ibu adalah ibu rumah tangga.

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa usia sebanyak 14 subjek berada di kategori dewasa awal. Usia ibu memengaruhi terhadap pola pikir dan menjadi faktor penentu terhadap tingkat pendidikan, pengalaman, pengetahuan, dan motivasi yang mempengaruhi perilaku orang tersebut (Widiastuti & Ramayanti, 2022). Tingkat pendidikan berperan penting dalam perubahan sikap dan perilaku. Semakin tinggi tingkat pendidikan, maka semakin tinggi juga seseorang tersebut dalam menyerap informasi untuk meningkatkan pengetahuan serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari (Murti et al., 2020).

Berdasarkan BPS, golongan pendapatan dibedakan menjadi 4 golongan. Pendapatan sangat tinggi adalah jika pendapatan rata-rata lebih dari Rp3.500.000 per bulan, golongan pendapatan tinggi adalah jika pendapatan rata-rata antara Rp2.500.000-Rp 3.500.000 per bulan, golongan pendapatan sedang adalah jika pendapatan rata-rata antara Rp 1.500.000-Rp2.500.000 per bulan, dan golongan pendapatan rendah adalah jika pendapatan rata-rata kurang dari Rp1.500.000 per bulan (Rakasiwi, 2021). Ibu yang tidak mendapatkan penghasilan yang cukup dapat memengaruhi status gizi balita. Kemampuan untuk membeli bahan makanan tergantung pada besar kecilnya pendapatan, yang berdampak pada harga bahan makanan yang dibelinya serta pengelolaannya sehingga butuh pengawasan keluarga untuk memberikan asupan makanan yang cukup dan bergizi. Semakin baik suatu pekerjaan, maka pendapatan keluarga juga akan ke tingkat yang lebih baik (Mulyana & Farida, 2022).

Karawang merupakan salah satu kota industri dengan UMR terbesar di Indonesia yang letaknya di Jawa Barat. Semua pekerjaan dari subjek adalah ibu rumah tangga. Pekerjaan adalah salah satu faktor penting dalam mempengaruhi status gizi. Hal ini disebabkan ibu yang tidak bekerja cenderung mempunyai waktu luang yang lebih banyak merawat anaknya dan mencukupi kebutuhan gizinya (Murti et al., 2020).

Bivariat

Pengetahuan Gizi Sebelum dan Sesudah Intervensi

Dari hasil penelitian diketahui bahwa subjek memiliki tingkat pengetahuan gizi terkait pola makan terhadap balita stunting. Sebelum diberikan intervensi berupa penyuluhan dan edukasi, tingkat pengetahuan gizi sebesar 92% dengan kategori baik, sedang 8%, dan tidak ada untuk kategori kurang. Untuk tingkat pengetahuan gizi setelah diberikan intervensi, didapat hasil untuk kategori baik sebesar 100%, serta tidak ada untuk kategori sedang dan kurang, demikian penyuluhan gizi tersebut dapat meningkatkan pengetahuan gizi subjek yang disajikan pada tabel 2.

Tabel 2. Pengetahuan Gizi Ibu Sebelum dan Sesudah Intervensi

Pengetahuan Gizi	Sebelum		Sesudah	
	n	%	n	%
Baik	23	92	25	100
Sedang	2	8	0	0
Kurang	0	0	0	0
Total	25	100	25	100

Pengaruh Intervensi Terhadap Pengetahuan Gizi

Dari hasil penelitian diketahui bahwa ada perubahan rata-rata pengetahuan gizi sebelum dan sesudah intervensi. Hasil *Uji Paired Sampel T-Test* menunjukkan ada pengaruh yang bermakna yaitu nilai $p= 0,000$ dengan $\alpha < 0,05$ yang disajikan pada tabel 3.

Tabel 3. Pengaruh Intervensi Gizi Terhadap Pengetahuan Ibu di Posyandu Anggrek 2

Variabel	n	Rata-rata \pm SD		p
		Sebelum	Sesudah	
Pengetahuan	25	88,60 \pm 5,099	96,64 \pm 5,392	0,000

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian diketahui bahwa ada perubahan rata-rata pengetahuan gizi sebelum dan sesudah intervensi. Hasil *Uji Paired Sampel T-Test* menunjukkan ada pengaruh yang bermakna yaitu nilai $p= 0,000$ dengan $\alpha < 0,05$.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Asmarudin Pakhri, Sukmawati, dan Nurhasah 2018, yang menunjukkan adanya perubahan dalam pemberian intervensi berupa penyuluhan atau edukasi gizi terhadap pengetahuan subjek. Hal ini terbukti dari adanya signifikan nilai $p= 0,000$ dengan $\alpha < 0,05$ menunjukkan adanya perbedaan antara variabel awal dengan variabel akhir. Disamping itu, penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Uliyanti, dan Aggraini 2022, bahwa peningkatan pengetahuan gizi dengan media lembar balik dapat meningkatkan pengetahuan ibu sebesar 8,293%. Hal ini menunjukkan terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perlakuan yang diberikan yaitu intervensi gizi berupa penyuluhan atau edukasi dengan materi pola makan terhadap balita stunting yang dapat diterima dan dipahami oleh para ibu.

Media lembar balik merupakan media yang berbentuk lembaran-lembaran seperti album atau kalender yang isinya terdapat gambar dan dibaliknya terdapat informasi kesehatan mengenai gambar tersebut (Uliyanti & Anggraini, 2022). Penggunaan media lembar balik pada intervensi gizi ini memudahkan dalam penyampaian pesan dan informasi kesehatan dalam bentuk lembar balik yang berisi gambar peragaan. Kelebihan lainnya dari media ini adalah informasi dapat disesuaikan dengan kemampuan berpikir responden sehingga informasi yang diberikan jelas dan ringkas, media lebih berwarna sehingga informasi mudah diingat, mudah dibuat, dan dapat digunakan di dalam atau luar ruangan. Selain itu, bentuknya yang mirip buku memudahkan seseorang untuk membawa dan membaca media tersebut kapanpun dan dimanapun (Natassa & Siregar, 2022).

KESIMPULAN

Dari hasil dan pembahasan penelitian didapatkan kesimpulan bahwa: (1) Tingkat pengetahuan gizi sebelum diberi intervensi gizi sebesar 92% dan setelah diberi intervensi gizi meningkat menjadi 100. (2) Perubahan rata-rata pengetahuan gizi sebelum dan sesudah intervensi dari hasil *Uji Paired Sampel T-Test* menunjukkan ada pengaruh yang bermakna yaitu nilai $p= 0,000$ dengan $\alpha < 0,05$. (3) Terdapat pengaruh pemberian intervensi gizi dengan media lembar balik terhadap peningkatan pengetahuan para ibu di Posyandu Anggrek 2. Oleh karena itu, sebaiknya pemberian intervensi gizi dilakukan secara rutin untuk memfasilitasi para ibu dalam menerima informasi gizi untuk mencegah risiko balita stunting.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang sudah terlibat dalam penelitian ini. Terima kasih kepada ibu dosen yang sudah membimbing saya dalam pengerjaan

penelitian ini dan pihak-pihak dari Posyandu Anggrek 2, Kp. Growong, Rt. 002, Rw. 002, Desa Adiarsa Timur, Kabupaten Karawang, Jawa Barat yang sudah memfasilitasi penulis dalam mendukung pelaksanaan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Hatijar, H. (2023). The Incidence of Stunting in Infants and Toddlers. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(1), 224–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i1.1019>
- Helmyati, S. (2022). *Stunting: Permasalahan dan Penanganannya*. Gadjah Mada University Press.
- Kemkes, R. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang*. Kemkes RI.
- Mulyana, L., & Farida, E. (2022). Pola Pemberian Makan yang Tepat dalam Mengurangi Resiko Obesitas pada Balita. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 2(1), 36–42. <https://doi.org/10.15294/ijphn.v2i1.51661>
- Murti, L. M., Budiani, N. N., Widhi, M., & Darmapatni, G. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Dengan Kejadian Stunting Anak Umur 36-59 Bulan. *The Journal Of Midwifery*, 8(2), 3–10.
- Natassa, S. E., & Siregar, D. (2022). Efektivitas Media Penyuluhan Booklet Dan Flip Chart Terhadap Penurunan Skor Ohi-S Siswa Sd Al-Ikhlasih Medan. *B-Dent: Jurnal Kedokteran Gigi Universitas Baiturrahmah*, 8(3), 306–312. <https://doi.org/10.33854/jbd.v8i3.820>
- Ningrum, S. T., Sinaga, T., & Nurdiani, R. (2023). Pengetahuan Gizi, Perubahan Kebiasaan Makan dan Gaya Hidup, Serta Status Gizi Mahasiswa Saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik*, 1(3), 156–164. <https://doi.org/10.25182/jigd.2022.1.3.156-164>
- Paat, S., A. M. D., & A. A. (2021). Gambaran Pengetahuan Gizi Mahasiswa Semester Dua Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal KESMAS*, 10(1), 176–184.
- Rakasiwi, L. S. (2021). Pengaruh Faktor Demografi dan Sosial Ekonomi terhadap Status Kesehatan Individu di Indonesia. *Kajian Ekonomi Dan Keuangan*, 5(2), 146–157. <https://doi.org/10.31685/kek.v5i2.1008>
- Rapar, V. L., Rompas, S., & Ismanto, A. Y. (2014). Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Ranotana Weru Kecamatan Wanea Kota Manado. *Jurnal Keperawatan*, 2(2), 1–7. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5228/4742>
- Ratih, R. (2022). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Sikap Ibu Balita terhadap Pencegahan Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Pacet Kabupaten Bandung. *Jurnal Ilmiah Hospitality 1581*, 11(2), 1581–1590.
- Sholikah, A., Rustiana, E. R., & Yuniastuti, A. (2017). Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Balita di Pedesaan dan Perkotaan. *Public Health Perspective Journal*, 2(1), 9–18.
- Uliyanti, U., & Anggraini, R. (2022). Pencegahan Stunting Melalui Penyuluhan Gizi Pada Ibu Dengan Menggunakan Flip Chart Di Kecamatan Benua Kayong. *Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi Universitas Binawan*, 2(2), 65–74. <https://doi.org/10.54771/jakagi.v2i2.499>
- Widiastuti, Y. P., & Ramayanti, E. D. (2022). Tingkat pengetahuan ibu menyusui berpengaruh terhadap upaya untuk meningkatkan produksi ASI selama pandemi COVID 19. *NURSCOPE: Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan*, 7(2), 97. <https://doi.org/10.30659/nurscope.7.2.97-106>