



**PENYULUHAN GIZI MENGGUNAKAN MEDIA BOOKLET TERHADAP
PENGETAHUAN IBU TENTANG POLA MAKAN ANAK PRASEKOLAH**

Oleh

Yuli Laraeni^{*1}, I Nyoman Adiyasa², Lalu Khairul Abdi³, Nurul Fitria Fadila⁴, Aladhiana Cahyaningrum⁵

^{1,2,3,4,5}**Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Mataram, Mataram**

^{1,2,3,4,5}**Jalan Prabu Rangkasari Dasan Cermen Mataram Telp. 0370-631130-Fax. 621383**

e-mail: ^{1*}yulilaraeni70@gmail.com

Abstract

Background. Good food consumption patterns will have a positive effect on a person's health such as preventing or helping to cure disease. Vice versa, if the pattern of food consumption is not good it will affect the nutritional status of children. Diet can be measured quantitatively by looking at the type of food, weight, portion and frequency, while qualitatively it can be seen through the type and composition of food only. The results of RISKESDAS 2018 nationally according to the BMI/U index for the problem of obesity prevalence of 10.8% and thin of 6.8%. NTB Province has a fat prevalence of 5.35% and a lean prevalence of 13.24%. In West Lombok, the prevalence of obesity is 5.31% and the prevalence of thinness is 14.19%. Research Methods. This research is a quasi-experimental using a treatment group (experimental) and a control group. The treatment group was given nutritional counseling about the diet of preschool children using booklet media, while the control group was only given nutritional counseling about the diet of preschool children without using booklet media. The design used is Pretest Posttest With Control Group. Analyzed by statistical analysis using the Independent Samples T Test. Results. There was a difference in the average value in the treatment group and the control group on the level of mother's knowledge about the eating patterns of preschool children in Arroziqin PAUD with a probability value = 0.000 ($p < 0.05$).

Keywords: Explanenation, Booklet, Dietary Habit, Level Of Knowledge

PENDAHULUAN

Masa pra sekolah merupakan masa keemasan (golden age) dimana stimulasi seluruhaspek perkembangan berperan penting untuk tugas perkembangan selanjutnya, dimana 80 % perkembangan kognitif anak telah tercapai pada usia prasekolah (Apriana, 2009). Perkembangan pada anak prasekolah mencakup perkembangan motorik, personal sosial dan bahasa.

Data WHO menunjukkan bahwa kasus anak usia prasekolah underweight di dunia sebesar 15,7% dan anak usia prasekolah overweight sebanyak 6,6% (WHO, 2013). Masalah gizi di Indonesia saat ini memasuki masalah gizi ganda yaitu masalah gizi kurang

belum teratasi sepenuhnya, sudah muncul masalah gizi lebih. Masalah gizi banyak dialami oleh golongan rawan gizi yang memerlukan kecukupan zat gizi untuk pertumbuhan. Masalah gizi lebih yang dapat menyebabkan obesitas terjadi pada anak-anak hingga usia dewasa (Sartika, 2011). Status gizi kurus dan sangat kurus pada balita sebesar 12,1% pada tahun 2013 dan 10,2% pada tahun 2018. Provinsi NTB merupakan provinsi dengan angka proporsi status gizi kurus dan sangat kurus tertinggi yang melebihi rata-rata Nasional yaitu sebesar 14,4% pada tahun 2018. (Kemenkes, 2019).



Menurut data survey status gizi balita tahun pada tahun 2019 gizi kurang (underweight) terjadi penurunan sebesar 1,4 dari data riskesdas tahun 2018 yaitu 16,3 % lalu pada tahun 2021 naik kembali menjadi 17,0 % (Kemenkes RI, 2021).

Lombok Barat sendiri prevalensi gemuk sebesar 3,6% dan untuk underweight sebesar 19,1%. (Buku Saku PSG, 2017).

Penelitian (Sa'diya, 2015) tentang hubungan pola makan dengan status gizi anak prasekolah di PAUD Tunas Mulia Claket Kecamatan Pacet Mojokerto menemukan 35,3% dari 17 anak usia prasekolah yang pola makannya kurang baik dan hasil penelitiannya menunjukkan bahwa nilai p value 0,038 ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan status gizi anak usia prasekolah di PAUD Tunas Mulia Desa Claket Kecamatan Pacet Mojokerto.

Hal ini diperkuat dengan penelitian Aviva (2017) dengan hasil penelitian menunjukkan didapatkan dari 41 responden, hampir setengahnya (42,9%) memiliki pola makan dengan gizi yang kurang. Hasil Uji Rank Spearman $\rho = 0,34$ dan $\alpha = 0,05$ dan $\rho < \alpha$ artinya Ada Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Anak Usia Prasekolah di PAUD Melati Pertiwi RW I Wiyung Surabaya.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini yang digunakan adalah penelitian Quasi Eksperimental, dengan desain penelitian Pretest Posttest With Control Group yaitu menggunakan kelompok perlakuan (eksperimen) dan adanya kelompok pembanding (kontrol), kelompok eksperimen diberikan penyuluhan gizi menggunakan media booklet terkait pola makan anak prasekolah sedangkan pada kelompok kontrol hanya diberikan penyuluhan gizi tanpa menggunakan media booklet. Penelitian ini akan dilaksanakan di Paud Ar-Roziqin, Dopang Kecamatan Gunung Sari, Kabupaten Lombok Barat.

Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret sampai bulan April 2022. Populasi pada penelitian ini adalah ibu anak prasekolah usia 4-6 tahun di Paud Ar-Roziqin Dopang, Kecamatan Gunung Sari, Kabupaten Lombok Barat berjumlah 32 orang. Besar sampel adalah 32 orang Yang akan dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok perlakuan sebanyak 16 orang dan kelompok control sebanyak 16 orang. Penentuan sampel dilakukan dengan teknik Non Probability Sampling yang dimana jenis sampel ini tidak dipilih secara acak dan semua total populasi dijadikan sampel. Teknik Non Probability sampling yang dipilih yaitu dengan sampling jenuh (sensus) yaitu metode penarikan sampel bisa semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dua analisis statistik yaitu analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat untuk mengetahui karakteristik umum seperti umur, tingkat pendidikan dan pekerjaan. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hasil perbedaan nilai rata-rata pengetahuan antara kelompok perlakuan dan control dengan menggunakan Uji Independent Samples T Test dengan interval kepercayaan 95% dan tingkat signifikansi $P < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui gambaran distribusi frekuensi dari setiap variabel meliputi umur, pendidikan dan pekerjaan. Berikut merupakan distribusi gambaran karakteristik sampel dalam penelitian.

Tabel 1. Distribusi Gambaran Karakteristik Sampel

Variable	Kelompok perlakuan		Kelompok kontrol	
	n	%	n	%
Umur				
≤25	4	25	0	0
26-35	7	43,75	8	50
36-45	5	31,25	5	31,25



≥46	0	0	3	18,75
Pendidikan				
Tamat SD	7	43,75	7	43,75
Tamat SMP	4	25	1	6,25
Tamat SMA	4	25	5	31,25
Perguruan Tinggi	1	6,25	3	18,75
Pekerjaan				
Bekerja	1	6,25	4	25
Tidak Bekerja (IRT)	15	93,75	12	75

Berdasarkan data karakteristik sampel seperti yang disajikan pada tabel 1. Hasil analisis ibu anak prasekolah berdasarkan kategori umur, dapat diketahui bahwa sebagian besar sampel berumur 26-35 tahun yang terdiri dari 7 orang (43,75%) dari kelompok perlakuan dan 8 orang (50%) dari kelompok control. Hasil analisis ibu anak prasekolah berdasarkan kategori pendidikan, diketahui bahwa tingkat pendidikan ibu sebagian besar berpendidikan sekolah dasar (SD) yang terdiri dari 7 orang (43,75%) di kelompok perlakuan dan kelompok control. Hasil analisis ibu anak prasekolah berdasarkan kategori pekerjaan, dapat diketahui bahwa sebagian besar pekerjaan ibu yaitu tidak bekerja atau hanya IRT (ibu rumah tangga) dengan jumlah 15 orang (93,75%) di kelompok perlakuan dan 12 orang (75%) di kelompok control.

Umur sampel yang paling banyak adalah 26-35 tahun, usia 26-35 tahun merupakan usia dewasa awal yang dimana fungsi kognitif ibu masih baik untuk menerima informasi, mengelola informasi dan belum terjadi penurunan daya ingat. Pendidikan sampel paling banyak adalah tamat SD, pendidikan ibu yang rendah akan menyebabkan pengetahuan ibu berkurang yang berdampak dalam pemilihan makanan. Sedangkan pendidikan ibu yang tinggi dapat menambah pengetahuan ibu tentang gizi sehingga dapat berdampak positif terhadap pola makan anak dan dapat mempengaruhi status gizi anak. Sebagian besar ibu responden

adalah ibu rumah tangga murni yang tidak bekerja sehingga mempunyai banyak waktu untuk memperhatikan keluarganya. Banyaknya waktu yang dimiliki ibu dapat mengasuh anak, mengolah makanan, mengatur pola makan dan penyediaan makanan bergizi yang akhirnya akan mempengaruhi status gizi anak. (Surijati et al., 2021)

Analisis Bivariat dilakukan untuk mengukur hubungan antara variabel independen dan dependen. Hubungan dari pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Hubungan kedua variabel tersebut dianalisis dengan menggunakan uji Wilcoxon,

Tabel 2. Hasil setelah penyuluhan (Pretest) pada kelompok perlakuan dan control

	Kelompok	n	Mean	Asymp. Sig. (2-tailed)
Pre-test perlakuan	Perlakuan	16	61.25	.724
Pre-test kontrol	Kontrol	16	60.19	.724
	Total	32		

Berdasarkan hasil table 2 diketahui hasil uji pre-test kelompok perlakuan dan control menggunakan Uji *Independent Samples T Test* diperoleh nilai *mean* untuk kelompok perlakuan yaitu 61,25 dengan nilai *p value* = 0.724, sedangkan untuk kelompok *control* nilai *mean* yaitu 60,19 dengan nilai *p value* = 0.724, sehingga dapat disimpulkan berdasarkan hasil *p value* kedua kelompok bahwa kedua kelompok memiliki persamaan yaitu yang dimana tidak terdapat perbedaan nilai rata-rata antara hasil *pre-test* kelompok perlakuan dan control karena *p value* > 0.05.

Tabel 3. Hasil setelah penyuluhan (Posttest) pada kelompok perlakuan dan kontrol

	Kelompok	n	Mean	Asymp. Sig. (2-tailed)
Post-test perlakuan	Perlakuan	16	70.88	.002
Post-test kontrol	Kontrol	16	65.00	.002



kontrol
Total 32

*signifikan

Berdasarkan hasil table 3 diketahui hasil uji post-test kelompok perlakuan dan control menggunakan Uji Independent Samples T Test diperoleh nilai mean untuk kelompok perlakuan yaitu 70.88 dengan nilai $p\text{ value} = 0.002$, sedangkan untuk kelompok control nilai mean yaitu 65.00 dengan nilai $p\text{ value} = 0.002$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan nilai rata-rata yang signifikan antara hasil post test kelompok perlakuan dan kelompok control karena $p\text{ value} < 0.005$.

Berdasarkan analisis data dari kedua table diatas dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan pengetahuan untuk kelompok perlakuan karena diberikan penyuluhan menggunakan media booklet tentang pola makan anak prasekolah sedangkan untuk kelompok control juga mengalami peningkatan, hanya saja peningkatan tidak setinggi peningkatan kelompok perlakuan. Hal ini sejalan dengan penelitian Yesi pada tahun 2017 yang meneliti mengenai efektivitas media booklet untuk melihat perubahan perilaku pada ibu yang memiliki anak usia prasekolah dengan gizi kurang di Kota Surakarta terbukti efektif. Selain itu hasil penelitian Setyawati dkk. (2015) menunjukkan bahwa pendidikan gizi menggunakan booklet dapat meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi pada anak.

PENUTUP

Kesimpulan

Pada analisis pengetahuan sampel sebelum diberikan penyuluhan (*Pretest*) untuk kedua kelompok memiliki persamaan yaitu yang dimana tidak terdapat perbedaan nilai rata-rata antara hasil pre-test kelompok perlakuan dan control karena $p\text{ value} > 0.05$. Sedangkan pada analisis data setelah diberikan

penyuluhan (*posttest*) pada kedua kelompok terdapat perbedaan nilai rata-rata yang signifikan antara hasil post test kelompok perlakuan dan kelompok control karena $p\text{ value} < 0.005$.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Astuti. (2018). Pengaruh Penyuluhan Makanan Sehat Bagi Balita Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Balita (Di Tk Bangkit Mojoagung Jombang). Skripsi, 7(5), 1–2.
- [2] Hati, Tyad Dwipuspita. 2017. Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Anak Balita Tentang Keluarga Sadar Gizi Di Desa Grogol, Kecamatan Weru, Kabupaten Sukoharjo. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- [3] Kemenkes. (2018). Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.
- [4] Kementerian Kesehatan RI. (2014). Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Kemenkes RI.
- [5] Surijati, K. A., Hapsari, P. W., & Rubai, W. L. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan Siswa Sekolah Dasar di Kabupaten Banyumas. *Nutriology Jurnal: Pangan, Gizi, Kesehatan*, 02(01), 95–100.