

# PENGARUH PENYULUHAN TENTANG PANGAN LOKAL UNTUK BALITA TERHADAP PENGETAHUAN IBU BALITA DI COKROBEDOG

Afroh Fauziah<sup>1\*</sup>, Sudarti<sup>2</sup>

Universitas Resapti Yogyakarta

[afrohfauziah@gmail.com](mailto:afrohfauziah@gmail.com)<sup>1</sup>

\*Penulis korespondensi: Afroh Fauziah

## Abstrak

**Latar Belakang:** Salah satu penyebab masalah gizi pada balita adalah rendahnya atau kurangnya pengetahuan gizi dan kesehatan ibu. Tingkat pengetahuan gizi seseorang akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan. Upaya pendidikan dan penyuluhan merupakan salah satu usaha yang sangat penting untuk mengatasi masalah-masalah gizi. Melalui usaha ini diharapkan orang (terutama ibu balita) dapat memahami pentingnya pangan lokal yang bergizi sehingga terbentuk sikap dan perubahan perilaku ke arah pola makan yang lebih baik. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan ibu mengenai pangan lokal untuk balita. **Metode:** Jenis penelitian yang digunakan adalah studi observasional dengan rancangan *cross sectional*. Penelitian dilaksanakan di cokrobedog pada ibu balita dengan jumlah sampel 60 orang. Variabel bebas adalah penyuluhan sedangkan variabel terikat adalah pengetahuan ibu. Uji statistik menggunakan *paired sample t-test*. **Hasil:** Sebagian besar subjek penelitian berusia 26-35 tahun (56,7%), pendidikan terakhir SMA (35%), dan bekerja sebagai ibu rumah tangga (65%). Rerata total skor nilai pengetahuan sebesar  $69,50 \pm 9,55$  dengan skor minimal sebesar 40 poin dan skor maksimal 90 poin. Setelah diberikan penyuluhan, terjadi peningkatan rerata skor pengetahuan ibu menjadi sebesar  $75,83 \pm 7,76$  dengan skor minimal sebesar 60 poin dan skor maksimal 95 poin. Kenaikan rerata skor antara sebelum dan setelah penyuluhan sebesar  $\pm 6,4$  poin. Terdapat peningkatan pengetahuan ibu (pre-post test) yang signifikan setelah diberikan penyuluhan ( $p < 0,05$ ). **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh yang signifikan penyuluhan tentang pangan lokal terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita

**Kata Kunci:** penyuluhan, pangan lokal, ibu balita

## LATAR BELAKANG

Salah satu penyebab masalah gizi pada balita adalah rendahnya atau kurangnya pengetahuan gizi dan kesehatan ibu (Soekirman, 2000). Tingkat pengetahuan gizi seseorang akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan. Praktik pemberian makan yang baik pada anak akan mempengaruhi kesehatan dan status gizinya serta daya

terima dan kesukaan anak terhadap suatu makanan. Namun, faktanya sebagian besar ibu tidak memiliki pengetahuan yang cukup sehingga masalah gizi tetap terjadi (Suhardjo, 1989).

Penelitian sebelumnya memperoleh data bahwa sebesar 72,48% ibu-ibu memanfaatkan waktu luang hanya dengan istirahat (tidak melakukan hal produktif), Sebanyak 46,79% ibu

tidak pernah mendapatkan informasi kesehatan dari media baik cetak maupun elektronik; 25,2% ibu tidak tahu tentang ciri-ciri balita gizi kurang dan gizi buruk; bahkan 65,14% ibu tidak tahu cara membaca perkembangan balitanya melalui KMS dari posyandu. Berdasarkan hal tersebut di atas, upaya untuk mengatasi masalah gizi dan kesehatan masih perlu terus dilakukan dengan mengoptimalkan potensi lokal yang ada. Kegiatan pembinaan ibu rumah tangga untuk membentuk komunitas ibu sehat yang memiliki pengetahuan gizi, kesehatan dan pemanfaatan pangan lokal yang baik merupakan salah satu upaya yang strategis untuk mengatasi masalah tersebut. Komunitas ibu sehat sadar gizi akan berperan sebagai pendamping di masyarakat yang dapat memberikan informasi terkait gizi dan kesehatan, serta memberikan contoh pemanfaatan pangan lokal untuk pemenuhan kebutuhan gizi keluarga. Selain itu komunitas ibu sehat juga diharapkan dapat membantu masyarakat dalam memberikan informasi akses ke fasilitas kesehatan (Syarifudin, 2015).

Pangan lokal termasuk di dalamnya pangan tradisional dan pangan khas daerah mempunyai peranan strategis dalam upaya pemantapan ketahanan pangan khususnya aspek

konsumsi. Bahan baku pangan tersebut tersedia secara spesifik di lokasi dengan bahan dasar yang beragam dan bervariasi, sehingga dapat dihasilkan bermacam-macam jenis makanan tradisional yang sedemikian rupa dan menjadi makanan yang lezat dan bergizi seimbang (Murlan, 2015).

Untuk mengatasi masalah-masalah gizi, upaya pendidikan dan penyuluhan merupakan salah satu usaha yang sangat penting. Melalui usaha ini diharapkan orang (terutama ibu balita) dapat memahami pentingnya makanan dan gizi, sehingga terbentuk sikap dan perubahan perilaku ke arah pola makan yang lebih baik (Mulyati, et al., 2004). Pengetahuan gizi ibu yang dipraktekkan dalam kehidupan sehari-hari memiliki pengaruh yang besar terhadap kondisi gizi keluarga (Suhardjo, 1989). Berdasarkan latar belakang tersebut, dapat diambil rumusan masalah pada penelitian ini apakah penyuluhan berpengaruh terhadap pengetahuan ibu setelah pemberian penyuluhan.

## **BAHAN DAN METODE**

Jenis penelitian yang digunakan adalah studi observasional dengan rancangan *cross sectional*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui suatu pengaruh penyuluhan terhadap

peningkatan pengetahuan ibu. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design* dimana pengambilan sampel dari populasi dilakukan secara acak atau random. Penelitian dilaksanakan di dusun Cokrobedog, Sidoarum, Godean Kabupaten Sleman DI Yogyakarta. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan mei 2016. Populasi dan sampel adalah semua ibu balita yang ada di cokrobedog, kelurahan Sidoarum, kecamatan Godean kabupaten Sleman Yogyakarta. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah: ibu yang memiliki anak balita usia 13-59 bulan, bisa

membaca dan menulis, bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah: ibu yang mempunyai balita dengan kelainan kontingental, penyakit kronis.

Variabel terikat adalah pengetahuan ibu dan variabel bebas adalah penyuluhan. Uji bivariante untuk menganalisis pengaruh pengetahuan setelah diberikan penyuluhan dilakukan dengan menggunakan uji *paired sample t-test* dengan nilai  $\alpha = 0.05$  dan tingkat kepercayaan 95%.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini adalah ibu yang mempunyai balita usia 0 – 59 bulan dengan karakteristik sebagian besar berumur 26-35 tahun (56,7%), pendidikan terakhir SMA (35%), dan bekerja sebagai ibu rumah tangga (65%) (**Tabel 1**).

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden**

Variabel	Jumlah	
	n	%
<b>Umur(tahun)</b>		
17-25	9	15.0
26-35	34	56.7
36-45	17	28.3
<b>Pendidikan</b>		
SD	17	28.3
SMP	16	26.7
SMA	21	35.0
PT	6	10.0
<b>Pekerjaan</b>		
IRT	39	65.0
Buruh	4	6.7

Pegawai Swasta	7	11.7
PNS	5	8.3
Wiraswasta	5	8.3

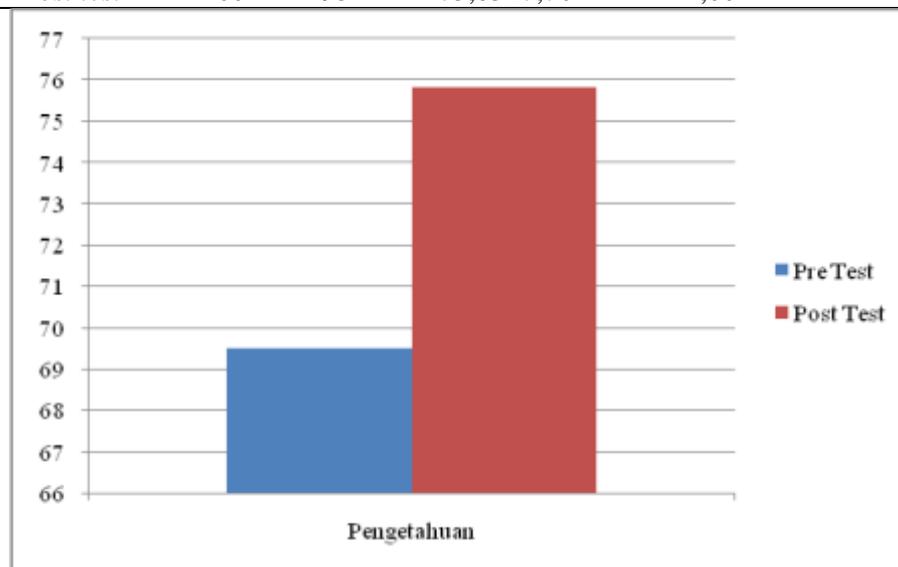
### Perbedaan Pengetahuan *Pre test* dan *Post test* tentang Makanan Lokal

Berdasarkan hasil *pre test* diketahui rerata total skor nilai pengetahuan sebesar  $69,50 \pm 9,55$  dengan skor minimal sebesar 40 poin dan skor maksimal 90 poin. Setelah diberikan penyuluhan, terjadi peningkatan rerata skor pengetahuan ibu menjadi sebesar  $75,83 \pm 7,76$  dengan skor minimal sebesar 60 poin dan skor maksimal 95 poin. Kenaikan rerata skor antara sebelum dan setelah penyuluhan sebesar  $\pm 6,4$  poin (**Gambar 1**).

Hasil analisis dengan *paired sampel t-test* diketahui bahwa pengetahuan responden setelah penyuluhan menunjukkan peningkatan yang signifikan dari skor *pre test* ke *post test* dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) (**Tabel 2**).

**Tabel 2.** Perbedaan Rerata Nilai *Pretest*, *Posttest* Pengetahuan

Pengetahuan	Min	Max	Mean $\pm$ SD	SE	P
<i>Pretest</i>	40	90	$69,50 \pm 9,55$	1,23	0,000
<i>Post test</i>	60	95	$75,83 \pm 7,76$	1,00	



**Gambar 1.** Grafik Rerata Pengetahuan *Pretest* dan *Posttest*

yang signifikan setelah diberikan penyuluhan

### PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu

an tentang pangan lokal ( $p < 0,05$ ). Hasil penelitian Rahmawati et al. (2007) di Kabupaten Kotawaringin Barat menyimpulkan bahwa pengetahuan responden bisa ditingkatkan dengan penyuluhan yang menggunakan media. Hal tersebut karena penyuluh memberikan proses belajar mengajar kepada ibu balita.

Menurut Worsley (2002) pengetahuan gizi seseorang bisa mempengaruhi perilaku makan orang tersebut. Hasil penelitian Citrakesumasari et al. (2006) di Takalar menunjukkan bahwa pengetahuan ibu sangat mempengaruhi perilaku ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi terhadap bayinya. Pengetahuan juga sangat didukung oleh latar belakang pendidikan formal ibu. Sebagian besar ibu balita dalam penelitian ini berpendidikan terakhir SMA (35%) sehingga tergolong cukup tinggi untuk bisa menerima dengan baik informasi yang diberikan melalui penyuluhan. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang akan pola hidup, terutama dalam sikap berperan serta dalam pembangunan kesehatan. Menurut Notoatmojo (2007), semakin tinggi tingkat pendidikan, pengetahuan, dan keterampilan maka terdapat kemungkinan semakin baik tingkat ketahanan pangan keluarga, semakin

baik pola pengasuhan anak. Ibu yang berpendidikan akan memahami informasi penjelasan yang diberikan oleh petugas kesehatan, selain itu tidak akan terpengaruh dengan informasi yang tidak jelas.

Selain itu, sebagian besar responden penelitian berada dalam rentang usia produktif yaitu 26-35 tahun (56,7%). Notoadmojo (2007) menyatakan bahwa usia akan mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang terhadap informasi yang diberikan. Usia juga menjadi faktor penentu dalam tingkat pengetahuan, pengalaman, keyakinan dan motivasi untuk melakukan sesuatu hal, sehingga umur mempengaruhi perilaku seseorang. Pada rentang usia 20-35 tahun atau dewasa muda memiliki keinginan untuk merawat ataupun membimbing seseorang anak ke arah yang lebih baik, sehingga hal ini dapat menimbulkan perilaku yang positif dalam hal pemberian makanan pada anak untuk memenuhi status gizinya (Perry & Potter, 2005).

Namun demikian, hasil penelitian ini menunjukkan adanya ibu dengan nilai pengetahuan yang masih rendah meskipun setelah diberikan penyuluhan. Hasil wawancara dengan kuesioner memperlihatkan bahwa umumnya ibu masih kurang memahami

tentang pangan lokal, sumber pangan lokal, dan makanan bergizi dari pangan lokal untuk balita. Menurut Notoatmodjo (2007) meskipun tingkat pendidikan sangat berpengaruh terhadap penerimaan suatu program, akan tetapi kurangnya informasi terhadap suatu program tersebut sangat berpengaruh terhadap tingkat penerimaannya. Informasi yang dimaksudkan adalah penyuluhan yang bisa diberikan oleh kader kepada ibu balita. Kurangnya sosialisasi petugas kesehatan dan kader g tidak bekerja.

Selain itu, kondisi tersebut juga dapat dipengaruhi oleh penerimaan informasi yang kurang mengenai keunggulan setiap jenis bahan makanan lokal yang dilihat dari kandungan gizi maupun ketersediaannya. Sehingga masyarakat kurang memilih bahan lokal sebagai bahan konsumsi rumah tangga. Hal tersebut dinyatakan oleh Cox & Anderson (2009) bahwa ketika konsumen menganggap sebuah produk itu sangat penting bagi mereka maka akan bersedia menghabiskan cukup banyak waktu untuk mendapatkan pengetahuan tentang produk tersebut. Hal itu akan memfasilitasi *informed choise* yaitu sikap memilih setelah memperoleh informasi serta kemampuan untuk mengekspresikan diri sendiri.

posyandu menjadikan ibu balita kurang memahami pangan lokal. Selain itu di tempat-tempat sarana kesehatan seperti posyandu dan polindes belum ada poster mengenai pangan lokal yang bisa mendukung pemberian informasi. Di samping itu, sebagian besar responden penelitian ini tidak bekerja/IRT (65%). Disebutkan bahwa seseorang yang bekerja di luar rumah cenderung memiliki akses yang baik terhadap informasi dibandingkan dengan seseorang yan

Intervensi penyuluhan dengan media audio visual dapat dilakukan sebagai upaya untuk merangsang masyarakat terutama keluarga (yaitu ibu rumah tangga) agar mampu menjadi inovator di lingkungan rumah tangganya sendiri (Lucie, 2005). Pengetahuan yang ada pada seseorang diterima melalui indra. Menurut penelitian para ahli indra, yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke dalam otak adalah indera pandang. Kurang lebih 75% sampai 87% dari pengetahuan manusia diperoleh/disalurkan melalui indera pandang sedangkan 13% melalui indera dengar dan 12% lainnya tersalur melalui indra yang lain (Arsyad, 2006). Dari sini dapat disimpulkan bahwa alat-alat visual lebih mempermudah cara penyampaian dan penerimaan informasi atau bahan pendidikan (Machfoedz, dkk., 2005).

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Feby, dkk., (2004) pada *post-test* yang menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rerata pengetahuan pada kelompok intervensi lebih tinggi (21,61) dibandingkan dengan kelompok kontrol (20,35).

Selama materi penyuluhan disampaikan, responden mengikuti dengan baik dan antusias. Hal ini ditunjukkan dengan adanya beberapa pertanyaan yang diajukan oleh sampel. Dengan demikian, pendidikan (penyuluhan) kesehatan dapat memotivasi orang untuk mengambil informasi dan berbuat sesuatu dengan informasi tersebut (Green, dkk., 1980). Dalam penelitian ini didapatkan bahwa penyuluhan memiliki dampak positif bagi peningkatan pengetahuan ibu karena dengan dilakukannya penyuluhan dapat memberikan informasi tambahan mengenai pangan lokal. Dengan penyuluhan terkait pangan lokal, ibu dapat memanfaatkan bahan-bahan lokal yang bergizi untuk makanan balita dan dapat membuat di rumah sendiri tanpa harus membeli dari luar.

#### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Sebagian besar subjek penelitian berusia 26-35 tahun (56,7%), pendidikan terakhir SMA (35%), dan bekerja sebagai ibu rumah tangga (65%). Rerata

total skor nilai pengetahuan sebesar  $69,50 \pm 9,55$  dengan skor minimal sebesar 40 poin dan skor maksimal 90 poin. Setelah diberikan penyuluhan, terjadi peningkatan rerata skor pengetahuan ibu menjadi sebesar  $75,83 \pm 7,76$  dengan skor minimal sebesar 60 poin dan skor maksimal 95 poin. Kenaikan rerata skor antara sebelum dan setelah penyuluhan sebesar  $\pm 6,4$  poin. Terdapat peningkatan pengetahuan ibu (*pre-post test*) yang signifikan setelah diberikan penyuluhan ( $p < 0,05$ ).

Dalam rangka meningkatkan kualitas pemanfaatan pangan lokal untuk anak balita, para petugas kesehatan atau kader perlu memberikan penyuluhan secara kontinu diposyandu atau dipuskesmas tentang pangan lokal yang dapat dijadikan makanan tambahan untuk anak balita

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Amad Syarifudin, Novami Lestari Rahayu, Eliza Eka Nurmala. 2015. Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Kosagi Desa Iwul, Bogor. Available online: URL: <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK/article/download/97/87>

- Ariani M, Ashari. 2006. Arah, Kendala, dan Pentingnya Diversifikasi Konsumsi Pangan di Indonesia. *Forum AgroEkonomi*;21(2):99-112.
- Arsyad, A., 2006. *Media Pembelajaran*. Penerbit PT. Rajagrafindo Persada, Jakarta.
- Azrul & Azwar, 1983. *Pengantar Pendidikan Kesehatan*. Penerbit Sastra Hudaya, Jakarta.
- Citrakesumasari, Wahidudin, Jafar, N., Taddaga, K., Amqan, H., Lusiana, S., Suarni (2006) Penanggulangan gizi buruk pada bayi melalui pendampingan dan pemberian MP-ASI lokal di Sulawesi Selatan. *Badan Penelitian dan Pengembangan Daerah Provinsi Sulawesi Selatan*, Makassar.
- Cox & Anderson (2009), *Pedoman Diet*, dalam buku Gibney. MJ, Margetts. BM, Kearney. JM, Arab. L, *Gizi Kesehatan Masyarakat*, Jakarta, EGC
- Departemen Kesehatan RI, 1997, *Profil Peran Serta Masyarakat dalam Pembangunan Kesehatan tahun 1995/1996*, Ditjen Binkesmas, Jakarta.
- Feby A.M, Sudargo T. & Fatwa S.T.D., 2004. Pengaruh Media Ceramah, Leaflet dan VCD dalam Pencegahan Gangguan Akibat Kekurangan Iodium. *Jurnal Berita Kedokteran Masyarakat*. Vol XX, Hal : 97-135.
- Glanz, K., Lewis, F.M. & Rimer, B.K., 1997, *Health Behaviour and Health Education, Theory, Research, and Practice*. Second Edition, San Fransisco : Jossey-Bass Publishers.
- Green W.L., Simons B.G-Morton, & Gottlieb N.H., 1980. *Health Education Planning A Diagnostic Approach*. The John Hopkins University. United Stated Of America.
- Lucie, S., 2005, *Tekhnik Penyuluhan dan Pemberdayaan Masyarakat*, Penerbit Ghalia Indonesia, Bogor.
- Machfoedz I, Sutrisno E.S, & Santosa S, 2005 a. *Pendidikan Kesehatan Bagian Dari Promosi Kesehatan Masyarakat*. Penerbit Fitramaya, Yogyakarta.
- Perry & Potter.(2005). *Buku ajar fundamental keperawatan konsep, proses, dan praktik*. volume 1 edisi 4. Jakarta : EGC.
- Rachmawati, I., Sudargo, T., & Paramastri, I. (2007) Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Ibu Balita Gizi Kurang dan Buruk di Kabupaten Kotawaringin Barat Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal*

- Gizi Klinik Indonesia.Vol. 4 (2) November, hal. 69 – 77.
- Sukardi & Ketut, D., 1995. *Proses Bimbingan dan Penyuluhan*. Penerbit Rineka Cipta, Yakarta.
- Soekirman. 2000. *Ilmu Gizi dan Aplikasinya: untuk Keluarga dan Masyarakat*. Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional.
- Suhardjo. 1989. Berbagai Cara Pendidikan Gizi (Methods of Nutrition Education). Ministry of Education–FN IUC, Bogor Agricultural University. Bogor.
- Murlan, Ruwiah, Suardi S, Lestari W, Pratiwi NL. 2015. Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Ibu Balita Dalam Pemanfaatan Sisa Produk Virgin Coconut Oil (Blondo Vco) Pada Makanan Lokal Untuk Peningkatan Gizi Balita Di Kabupaten Buton. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*;18(3): 257–265.
- Mulyati T, Prawirohartono EP, Sudargo T. 2004. Pengaruh pendidikan gizi kepada ibu terhadap konsumsi makanan dan status gizi anak balita penderita tuberculosis primer di rawat jalan RSUP Dr. Kariadi Semarang, *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*;1(2):97-10.
- Notoatmodjo S. 2007. Promosi kesehatan dan ilmu perilaku. Rineka Cipta, Jakarta.
- Notoatmodjo, S. (2010).*Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta:Rineka Cipta
- Sarwono S. 2004. Sosiologi kesehatan konsep beserta aplikasinya. Gadjah Mada University Press, Yogyakarta.
- World Health Organization, 1992, *Pendidikan Kesehatan, Pedoman Pelayanan Kesehatan Dasar*, Terjemahan I.B. Tjitarsa, Bandung : ITB-UNUD.
- Worsley, A., (2002) Nutrition knowledge and food consumption: can nutrition knowledge change behaviour?. *Asia Pasific Journal Clin Nutr*, 11 (suppl): S579 – S585.