



PENGARUH EDUKASI GIZI ANAK USIA 3-5 TAHUN TERHADAP PENGETAHUAN IBU DI RUMAH SAKIT HORAS INSANI PEMATANGSIANTAR

Rosalyn Tampubolon

Stikes Murni Teguh

Lenny Lusiana Simatupang

Stikes Murni Teguh

Korespondensi penulis: rosalyntampubolon1@gmail.com,
simatupang_lenny@ymail.com

Abstract. *Nutrition is an aspect related to the basic function of nutrients that produce energy, growth and tissue maintenance and regulate metabolic processes in the body. By having nutritional knowledge, mothers can create good food consumption patterns for children. The type of research used is quantitative research. The design of this study uses the Quasi-experimental method with a one group pretest posttest design. This study uses a purposive sampling technique, namely a method of drawing samples by selecting subjects based on certain characteristics. This study used 38 respondents as an experimental group. The results of this study before education was given to mothers, namely the majority of knowledge was lacking as many as 26 respondents (68.4%) and a minority of good knowledge as many as 2 respondents (5.3%), the results of the study after education was given to mothers, namely the majority of knowledge was good as many as 23 respondents (60.5%) and a minority of knowledge was lacking as many as 2 respondents (5.3%). The analysis in this study used the Paired t-test statistical test with a confidence level of 95% ($\alpha = 0.05$), so the results obtained were $p\text{-value } 0.001 < \alpha (0.05)$. The influence of this education has a good effect on maternal knowledge, making mothers think more critically in determining nutrition for children.*

Keywords: *Education, Child Nutrition, Maternal Knowledge*

Abstrak. Gizi merupakan aspek yang berhubungan dengan fungsi dasar zat gizi yang menghasilkan energi, pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan serta mengatur proses metabolisme dalam tubuh. Dengan memiliki pengetahuan gizi maka ibu dapat menyusun pola konsumsi makanan yang baik bagi anak. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Desain penelitian ini menggunakan metode Quasi-eksperimen dengan rancangan one group pretest posttest design. Penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling yaitu cara penarikan sampel yang dilakukan dengan memilih subjek berdasarkan pada karakteristik tertentu. Penelitian ini menggunakan 38 responden sebagai kelompok eksperimen. Hasil penelitian ini sebelum dilakukan edukasi kepada ibu yaitu mayoritas pengetahuan kurang sebanyak 26 responden (68,4%) dan minoritas pada pengetahuan baik sebanyak 2 responden (5,3%), hasil penelitian setelah diberikan edukasi kepada ibu yaitu mayoritas pengetahuan baik sebanyak 23 responden (60,5%) dan minoritas pada pengetahuan kurang sebanyak 2 responden (5,3%). Analisa dalam penelitian ini menggunakan uji statistik Paired t-test dengan tingkat kepercayaan 95% (α

= 0,05), maka diperoleh hasilnya dengan nilai $p\ 0,001 < \alpha\ (0,05)$. Pengaruh edukasi ini memiliki efek yang baik terhadap pengetahuan ibu sehingga membuat para ibu lebih lebih berpikir kritis dalam menentukan gizi bagi anak.

Kata Kunci: *Edukasi, Gizi Anak, Pengetahuan Ibu.*

1. LATAR BELAKANG

Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi sangat dibutuhkan oleh tubuh sebagai sumber energi, pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh, serta pengatur proses tubuh. Penilaian status gizi dapat diukur berdasarkan pengukuran antropometri yang terdiri dari variable umur, berat badan (BB) dan tinggi badan (TB). Karena itu ketersediaan zat gizi didalam tubuh seseorang anak menentukan keadan gizi anak itu baik, kurang, buruk dan berlebih. Perbedaan status gizi memiliki yang berbeda pada setiap perkembangan anak, jika kebutuhan gizi seimbang maka proses pertumbuhan dan perkembangan berjalan dengan baik (Aulya, et al 2015).

Gizi kurang dan berlebih merupakan kondisi yang disebabkan tidak seimbangnya masuknya energi serta nutrient didalam tubuh, hal ini dapat menyebabkan sistem imun anak menjadi lemah dan akan tertinggal dalam perkembangan fisik, mental dan intelektualnya. Sedangkan gizi buruk pada anak tidak hanya berdampak pada terganggunya pertumbuhan fisik dan perkembangan mental, tetapi juga dapat meningkatkan resiko kesakitan dan kematian pada anak (Bapepnas, 2013). Pada masa balita merupakan masa terbaik dalam waktu terbaik dalam masa pertumbuhan dan perkembangan manusia, dimulai dengan masa konsepsi sampai dengan anak berusia 3 thn sehingga pada masa ini tubuh memerlukan banyak asupan gizi yang baik dan berkualitas tinggi bagi tubuh (Ariani, 2017). Anak usia sekolah dasar merupakan sasaran yang tepat untuk memperbaiki gizi, karena fungsi organ otak pada masa anak-anak mulai terbentuk sehingga dengan cepat mengalami perkembangan sehingga agar tidak terjadi penyimpangan pada masa tumbuh kembang anak maka sangat dibutuhkan gizi yang cukup, sedangkan pada masa remaja juga merupakan masa potensi besar dan aset bagi generasi berikutnya. Jika remaja mendapatkan nutrisi yang tepat sejak dini mereka akan berkembang menjadi sumber daya manusia yang unggul denfan sangat baik (Rachmiwati , 2022).

Dalam Data World Health Organization (WHO) pada tahun 2017 jumlah kasus gizi kurang secara global berjumlah 104 juta kasus. Asia Selatan adalah daerah dengan prevalensi kurang gizi terbanyak, mencapai 46%, disusul wilayah sub Sahara Afrika sebanyak 28%, Amerika Latin 7% dan terendah di wilayah Eropa bagian tengah, bagian timur sebanyak 5%. UNICEF melaporkan bahwa 167 juta anak usia pra sekolah menderita gizi kurang paling banyak terjadi di wilayah Asia bagian selatan (UNICEF, 2017). Indonesia termasuk negara ke tiga dengan prevalansi tertinggi di South East Asian Region dengan balita stunting setelah timor leste (50,5%) dan India (38,4%). Sedangkan

menurut Kemenkes RI pada tahun 2019, balita dengan gizi buruk sebesar 3,9 %, kurang gizi sebesar 13,8 % serta stunting sebesar 27,67 %. Untuk prevalensi obesitas pada balita di Indonesia sebesar 11,5%.

Menurut Hadush, dkk dalam penelitiannya dengan menggunakan data dasar WHO mengatakan bahwa angka prevalensi malnutrisi secara umum masih cukup tinggi. Dalam penelitian tersebut berdasarkan beberapa sample region di dunia dijumpai prevalensi malnutrisi secara keseluruhan remaja 15,8% , sedangkan stunting prevalensi mencapai 26,6%.

Di Sumatera Utara ditemukan prevalensi balita dengan gizi buruk sebanyak 5,4%, balita dengan gizi kurang sebanyak 14,3% ,sedang balita dengan gizi berlebih sebanyak 4,3% (Riskesdas, 2018). Persentasi remaja sangat kurus dan kurus di Indonesia usia 5-12 tahun sekitar 3,4 % dan 7,5 %, pada usia 13 -15 thn sekitar 2,6 % - 6,7 %. Dan data dari Risdakes menunjukkan bahwa prevalensi usia 16 -18 thn prevalensi kurus dan sangat kurus 8,1 % sedangkan prevalensi berat badan/ obesitas sebesar 13, 5 %. Dan untuk Pemantauan Status Gizi (PSG) Sumatera Utara gizi buruk 5,2 %, gizi kurang 13% , gizi lebih 1,9% (Kemenkes, 2018).

Salah satu faktor yang mempengaruhi gizi seseorang adalah kurangnya pengetahuan tentang gizi. Berkurangnya pengetahuan tersebut juga akan mengurangi kemampuan seseorang untuk menerapkan informasi gizi dalam kehidupan sehari – hari. Pengetahuan gizi ibu sebagai faktor penyebab tidak langsung menjadi faktor penting dalam perbaikan gizi anak balita sehingga dapat menunjang perbaikan gizi anak. Pengetahuan tersebut mampu mengarahkan ibu untuk melakukan pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak dengan menyediakan makanan seimbang yang sesuai dengan kebutuhan gizi anak karena kebersamaan ibu dan anak lebih besar dan sering dibandingkan dengan anggota keluarga yang lain sehingga lebih mengerti segala kebutuhan yang dibutuhkan oleh anak. Pengetahuan yang dimiliki ibu menjadi kunci utama kebutuhan gizi anak.

Ibu yang memiliki sumber informasi yang luas akan lebih banyak mempunyai pengetahuan mengenai gizi anak dibandingkan ibu yang mengetahui pengetahuan minim. Peningkatan pengetahuan dan sumberdaya manusia dapat ditingkatkan diawali dengan penanganan perkembangan dan pertumbuhan anak yang merupakan bagian keluarga dengan perawatan serta pemberian asupan gizi yang baik (Nugraheni, 2018). Perlunya perhatian, strategi, kebijakan serta koordinasi dari pemerintah dalam pelaksanaan elemen yang penting serta memberantas kemiskinan, memberdayakan masyarakat, pendidikan dan ketahanan pangan yang dapat mengubah tradisi yang buruk dan model pada tingkatan bawah secara tidak langsung dalam pemulihan gizi terhadap keluarga terutama anak.

Berdasarkan data dan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana pengaruh edukasi gizi anak usia 3-5 tahun terhadap pengetahuan ibu di Rumah Sakit Horas Insani Pematangsiantar.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Desain penelitian ini menggunakan metode Quasi-eksperiment dengan rancangan one group pretest posttest design. Penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling yaitu cara penarikan sampel yang dilakukan dengan memilih subjek berdasarkan pada karakteristik tertentu. Penelitian ini menggunakan 38 responden sebagai kelompok eksperimen. Hasil penelitian ini sebelum dilakukan edukasi kepada ibu yaitu mayoritas pengetahuan kurang sebanyak 26 responden (68,4%) dan minoritas pada pengetahuan baik sebanyak 2 responden (5,3%), hasil penelitian setelah diberikan edukasi kepada ibu yaitu mayoritas pengetahuan baik sebanyak 23 responden (60,5%) dan minoritas pada pengetahuan kurang sebanyak 2 responden (5,3%). Analisa dalam penelitian ini menggunakan uji statistik Paired t-test dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$), maka diperoleh hasilnya dengan nilai $p 0,001 < \alpha (0,05)$.

Pengaruh edukasi ini memiliki efek yang baik terhadap pengetahuan ibu sehingga membuat para ibu lebih lebih berpikir kritis dalam menentukan gizi bagi anak.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi Berdasarkan Karakteristik Responden di RS Horas Insani Pematang Siantar

Karakteristik Responden		
Umur	Frekuensi	Persentase %
< 20 tahun	13	34,2
20 - 35 tahun	21	55,3
> 35 tahun	4	10,5
Total	38	100
Jumlah Anak	Frekuensi	Persentase %
Primipara (1 orang)	25	65,8
Multipara (> 1 orang)	13	34,2
Total	38	100
Pendidikan	Frekuensi	Persentase %
SMP	8	21,1
SMA	26	68,4
Perguruan Tinggi	4	10,5
Total	38	100
Agama	Frekuensi	Persentase %
Islam	23	60,5
Kristen	15	39,5
Total	38	100

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa ibu yang mempunyai anak usia 3-5 tahun yang dirawat di RS Horas Insani Pematang Siantar mayoritas umur 20 - 35 tahun sebanyak 21 orang (55,3%) dan minoritas umur > 35 tahun sebanyak 4 orang (10,5%). Untuk jumlah anak mayoritas primipara (1 orang) sebanyak 25 (65,8%) dan

minoritas multipara (> 1 orang) sebanyak 13 (34,2%). Pada pendidikan mayoritas SMA sebanyak 26 (68,4%) dan minoritas Perguruan Tinggi sebanyak 4 (10,5%). Sedangkan pada karakteristik agama sebagian besar Islam sebanyak 23 (60,5%) dan minoritas Kristen sebanyak 15 orang (39,5%).

Tabel 2 Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Anak Usia 3-5 Tahun Sebelum Diberikan Edukasi di Rumah Sakit Horas Insani Pematangsiantar

Tingkat Pengetahuan	Sebelum Edukasi Kesehatan	
	Frekuensi	Persentase %
Baik	2	5,3
Cukup	10	26,3
Kurang	26	68,4
Total	38	100,0

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan tingkat pengetahuan responden tentang gizi anak usia 3 – 5 tahun sebelum pemberian edukasi di RS Horas Insani Pematang Siantar mayoritas pada kategori kurang sebanyak 26 orang (68,4%) dan minoritas pengetahuan baik sebanyak 2 orang (5,3%). Sedangkan sesudah diberikan edukasi kesehatan pengetahuan responden meningkat dimana mayoritas memiliki pengetahuan baik sebanyak 14 (60,9%) dan minoritas pengetahuan kurang sebanyak 1 orang (4,3%).

Tabel 3 Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Anak Usia 3-5 Tahun Sesudah Diberikan Edukasi di Rumah Sakit Horas Insani Pematangsiantar

Tingkat Pengetahuan	Sesudah Edukasi Kesehatan	
	Frekuensi	Persentase %
Baik	23	60,5
Cukup	13	34,2
Kurang	2	5,3
Total	38	100,0

Menunjukkan tingkat pengetahuan responden tentang gizi anak usia 3 – 5 tahun sesudah pemberian edukasi di RS Horas Insani Pematang Siantar meningkat dimana mayoritas pada kategori baik sebanyak 23 orang (60,5%) dan minoritas pengetahuan kurang sebanyak 2 orang (5,3%).

Tabel 4 Pengaruh Edukasi Gizi Anak Usia 3-5 Tahun Terhadap Pengetahuan Ibu di Rumah Sakit Horas Insani Pemangsiantar

Tingkat Pengetahuan	Mean Rank	T tabel	p Value
Tingkat Pengetahuan Posttest	2,63	11,992 > 1,684	0,001 < 0,05
Tingkat Pengetahuan Pretest	1,45		

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa sebelum pemberian edukasi diperoleh nilai mean rank sebesar 2,63 artinya mayoritas pengetahuan ibu masih kurang sedangkan sesudah pemerian edukasi diperoleh nilai mean sebesar 1,45 artinya pengetahuan ibu pada rentang sudah baik. Hasil analisa data menggunakan uji *Paired t-test* didapatkan bahwa nilai t hitung $11,992 > t$ tabel 1,684 dengan nilai p value (sig) $0,001 < 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya terdapat pengaruh edukasi gizi anak usia 3-5 tahun terhadap pengetahuan ibu di Rumah Sakit Horas Insani Pematangsiantar.

PEMBAHASAN

Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Anak Usia 3-5 Tahun Sebelum Diberikan Edukasi di Rumah Sakit Horas Insani Pematangsiantar.

Hasil penelitian diperoleh tingkat pengetahuan responden tentang gizi anak usia 3 – 5 tahun sebelum pemberian edukasi mayoritas pada kategori kurang sebanyak 26 orang (68,4%) dan minoritas pengetahuan baik sebanyak 2 orang (5,3%). Sedangkan sesudah diberikan edukasi kesehatan pengetahuan responden meningkat dimana mayoritas memiliki pengetahuan baik sebanyak 14 (60,9%) dan minoritas pengetahuan kurang sebanyak 1 orang (4,3%).

Ibu yang memiliki pengetahuan kurang dapat dilihat dari hasil pengumpulan kuesioner, ibu memilih jawaban sudah benar pada makanan dan minuman yang sangat dibutuhkan oleh tubuh adalah gizi, namun ibu masih memilih jawaban yang salah yaitu, makanan bergizi adalah memiliki rasa enak dan membuat gemuk, ibu tidak tahu kebutuhan nutrisi yang diperlukan anak (usia 3-6 tahun) karbohidrat, protein, vitamin dan mineral, selain itu ibu juga tidak mengetahui manfaat dari vitamin A dan kandungan yang ada di dalam suatu makanan.

Namun pada ibu dengan pengetahuan kategori cukup sebgaiian sudah mengetahui dan memilih jawaban dengan benar dan sebagian kuesioner masih di pilih dengan jawabann yang salah. Ibu sudah tahu bahwa pada makanan dan minuman yang sangat dibutuhkan oleh tubuh adalah gizi, ibu tahu kebutuhan nutrisi yang diperlukan anak (usia 3-6 tahun) yaitu karbohidrat, protein, vitamin dan mineral, untuk mencegah agar anak tidak mudah sakit anak harus mengonsumsi buah dan sayur. Selain itu ibu uga sudah mengetahui manfaat dari masing- masing vitamin seperti A untuk membantu kesehatan mata dan D: tulang dan gigi keropos.

Hasil penelitian yang didapatkan menunjukkan bahwa responden dominan memiliki tingkat pengetahuan yang kurang. Hal tersebut menurut peneliti dapat di karenakan banyak faktor yang mempengaruhi seperti usia yang masih muda/sudah tua sehingga stimulus/rangsangan tentang pengetahuan tentang gizi seimbang dominan kurang dan cukup, pendidikan yang rendah sangat berpengaruh terhadap pengetahuan karena pemahaman yang kurang, semakin tinggi pendidikan maka seseorang akan mudah menerima dan menyesuaikan diri dengan hal-hal yang baru, pekerjaan yang terlalu sibuk

juga mempengaruhi tingkat pengetahuan karena informasi yang di dapat sangat berkurang. Kurangnya responden menerima informasi tentang Gizi seimbang, hal inilah yang memicu peneliti memberikan pendidikan kesehatan mengenai gizi seimbang untuk menambah informasi dan pengetahuan responden tentang Gizi seimbang.

Faktor sosiodemografi bagian dari faktor pendorong secara tidak langsung pada pengetahuan ibu dipengaruhi usia dan pendidikan (Herutomo, 2022). Berdasarkan penelitian menunjukkan mayoritas 20 - 35 tahun sebanyak 21 orang (55,3%) dan minoritas umur > 35 tahun sebanyak 4 orang (10,5%). Pada tahapan masa dewasa ini biasanya individu telah mencapai kematangan dalam berfikir dan bersikap, sehingga dapat mempengaruhi orang tua dalam mendidik dan mengasuh anak. Jika anak mendapat pengasuhan yang tepat dari orang tua seperti memberikan gizi yang baik pada masa perkembangan dari usia dini maka anak akan mampu tumbuh dan berkembang secara baik. Hasil penelitian dari (Nadia et al, 2021) umur seseorang sangat mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin baik. Semakin dewasa usia maka tingkat kemampuan dan kematangan dalam berpikir dan menerima informasi lebih baik dibandingkan usia yang masih muda atau belum dewasa. Pada usia tersebut memudahkan seseorang dalam menerima ilmu dan pengetahuan yang lebih baik.

Untuk pendidikan mayoritas adalah SMA sebanyak 26 (68,4%) dan minoritas Perguruan Tinggi sebanyak 4 (10,5%). Tingkat pendidikan orang tua berpengaruh terhadap terbentuknya pola pikir yang terbuka terhadap hal baru. Orang tua dengan pendidikan SMA telah mempunyai pola pikir yang cukup baik sebagai hasil dari proses pendidikan formal yang dijalannya sehingga mempengaruhi perilaku dalam pengasuhan anak. Pendidikan yang semakin tinggi mempengaruhi pengalaman orang tua dalam pengasuhan anak sehingga akan meningkatkan kesiapan orang tua untuk menjalankan peran dan tanggung jawabnya (Clara & Nita, 2020). Orang tua yang berpendidikan rendah akan mempengaruhi pengetahuan salah satunya pengetahuan dalam merawat anak. Oleh karena itu, tingkat pendidikan orang tua merupakan hal yang penting dalam merawat anak usia 3 – 5 tahun.

Tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh faktor pendidikan yaitu bimbingan yang diberikan untuk perkembangan orang lain sehingga seseorang tersebut menjadi tahu. Perubahan peningkatan pengetahuan karena adanya pemberian informasi, dimana didalamnya terdapat proses belajar. Proses belajar dapat diartikan sebagai proses untuk menambah pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan yang dapat diperoleh melalui pengalaman atau melakukan studi (proses belajar mengajar). Dari belajar individu diharapkan mampu menggali apa yang terpendam dalam dirinya dengan mendorong untuk berpikir dan mengembangkan kepribadiannya dengan membebaskan diri dari ketidaktahuannya (Yunika et al, 2022).

Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Anak Usia 3-5 Tahun Sesudah Diberikan Edukasi di Rumah Sakit Horas Insani Pematangsiantar

Berdasarkan hasil penelitian setelah memberikan edukasi tentang gizi kepada responden dengan menggunakan leaflet, ceramah dan tanya jawab dipeoleh tingkat pengetahuan responden meningkat dimana mayoritas pada kategori baik sebanyak 23 orang (60,5%) dan minoritas pengetahuan kurang sebanyak 2 orang (5,3%). Hasil menunjukkan bahwasannya edukasi gizi dapat mempengaruhi hasil pre test dan post test responden mengenai pengetahuan gizi. Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan bahwa edukasi mengenai gizi seimbang, dapat meningkatkan tingkat pengetahuan mengenai gizi seimbang siswa.

Peningkatan pengetahuan ibu tentang gizi pada anak usia 3 - 5 tahun dapat dilihat dari lembar pengisian kuesioner ke dua, dimana mayoritas ibu sudah tahu makanan dan minuman yang sangat dibutuhkan oleh tubuh adalah gizi, makanan bergizi adalah yang mengandung 4 sehat 5 sempurna, ibu tahu bahwa nak menerima makanan dari apa yang disediakan ibunya, sehingga ibu haru menyediakan makan yang bergizi, bervariasi dan nutrisi yang diperlukan anak (usia 3-6 tahun) seperti karbohidrat, protein, vitamin dan mineral, selain itu ibu juga sudah tahu manfaat dari vitamin A dan kandungan yang ada di dalam suatu makanan. Cara untuk mencegah agar anak tidak mudah sakit dengan mengkonsumsi buah dan sayur, manfaat dari makanan bergizi bagi sebagai pertahanan tubuh dari suatu penyakit.

Hasil penelitian menunjukan bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan tingkat pengetahuan responden semakin meningkat. Hal ini dikarenakan sudah dilakukan penyuluhan dapat dilihat peningkatan pengetahuan yang signifikan. Pengetahuan merupakan efek lanjutan dari bentuk deteksi indra seseorang, atau hasil dari apa yang seseorang tahu terhadap suatu objek melalui indra yang dimilikinya. Proses pengideraan hingga menghasilkan pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan perespsi terhadap objek pengetahuan yang sebagian besar diperoleh melalui indra pengelihatn dan pendengaran, pengetahuan merupakan hal yang sangat berpengaruh terhadap tindakan yang diambil seseorang. Pengetahuan merupakan langkah awal untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal. Pengukuran tingkat pengetahuan menjadi dasar mengukur adanya pengaruh atau perubahan yang didapat setelah dipaparkan pendidikan. Penerimaan informasi menjadi sebuah pengetahuan ketika dipaparkannya edukasi kesehatan (Indriani et al, 2022).

Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yaitu indra penciuman, penglihatan, pendengaran, perasaan dan perabaan. Latar belakang pendidikan dan status pekerjaan responden dapat mempengaruhi pengetahuan dan sikap dalam memberikan asupan gizi kepada anak yang masih usia 3 – 5 tahun. Pendidikan kesehatan atau penyuluhan merupakan salah satu upaya untuk dapat meningkatkan pengetahuan serta perubahan sikap ibu tentang asupan gizi. Pendidikan kesehatan yang diberikan menggunakan media leflet yang berisi mengenai pengertian, kebutuhan gizi seimbang bagi anak, serta makanan yang sebaiknya dihindari bagi anak.

Hasil penelitian (Amalia et al, 2018) menunjukan sebagian besar responden

memiliki pengetahuan yang cukup yaitu 31,6% sebelum diberikan edukasi tentang gizi. Setelah menyelesaikan edukasi gizi naik menjadi 86,8%. Penggunaan media kartun dalam konseling merupakan ilmu pengetahuan dan teknologi karena sebenarnya dapat menunjang efektifitas proses pembelajaran dan penyampaian pesan ditambah pesan verbal, motivasi menerima pesan, dan meningkatkan daya ingat, sebab media kartun memberikan nasihat dengan baik, lebih menarik dengan menampilkan gerakan, gambar, suara, dan remaja menyerap informasi. Penelitian dari (Suprpto, 2021) bahwa edukasi yang diberikan oleh fasilitator dapat meningkatkan pengetahuan peserta 74,48% sebelum diberikan edukasi, setelah dilakukan edukasi meningkat pengetahuannya menjadi 86,49%.

Pengaruh Edukasi Gizi Anak Usia 3-5 Tahun Terhadap Pengetahuan Ibu di Rumah Sakit Horas Insani Pemangsiantar

Pendidikan kesehatan adalah proses belajar untuk mengubah perilaku seseorang yang dilakukan secara terencana karena adanya kesadaran baik pada individu, kelompok atau masyarakat agar lebih mandiri untuk mencapai tujuan dalam kehidupan yang sehat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh edukasi gizi anak usia 3-5 tahun terhadap pengetahuan ibu di Rumah Sakit Horas Insani Pemangsiantar dengan nilai p value (sig) $0,001 < 0,05$. Karena pendidikan kesehatan cara seseorang menyampaikan informasi tentang kesehatan kepada sekelompok orang atau masyarakat dari yang tidak tahu menjadi tau, bertujuan untuk menambah pengetahuan mereka yang belum mengetahui tentang kesehatan. Tingkat pengetahuan seseorang meningkat karena adanya informasi yang didapat, dibuktikan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan masih banyak responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang dan cukup tetapi setelah diberikan pendidikan kesehatan terjadi peningkatan jumlah responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik.

Hasil ini sejalan dengan penelitian (Suprpto, 2022) diperoleh rerata pengetahuan pra edukasi adalah 14,69 dan rerata pengukuran pasca edukasi adalah 17,94. Berdasarkan output uji *statistic* diketahui Asymp. Sig. (2-tailed) bernilai 0,000. artinya ada ada pengaruh edukasi menggunakan media kartun terhadap pengetahuan ibu tentang gizi anak. Menurut hasil penelitian (Najahah, 2018) Rata-rata pengetahuan hasil tes pertama yang diterima adalah 33,2. Rata-rata nilai post-test setelah mendapat penyuluhan adalah 65,5. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa rata-rata pengetahuan setelah konsultasi setelah ujian lebih besar dari pada saat ujian masuk, dan terdapat perbedaan nilai 32,3.

Penelitian ini di dukung oleh (Rosdiana et al, 2022) menunjukkan bahwa hasil penelitian pada pretes pengetahuan didapatkan nilai mean yaitu 60,15, standar *deviation* 11,773 serta nilai minimum dan maksimum yaitu 50 - 85. Kemudian pada postes pengetahuan didapatkan nilai mean yaitu 82,94, standar *deviation* 12,255 serta nilai minimum dan maksimum yaitu 55 - 100. Hasil uji *t-tes* pretes dan postes pengetahuan didapatkan nilai p value = 0,000. Dengan demikian maka ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang gizi pada anak usia 1-5 tahun di Desa Blang

Panyang Kecamatan Seunagan Timur Kabupaten Naga Raya.

Hasil penelitian ini terkait dengan penelitian yang dilakukan oleh (Iftika, 2017), menunjukkan bahwa ada pengaruh pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan nilai signifikan 0,002 ($p < 0,05$) dalam penanganan gizi balita di Puskesmas. Wilayah kerja Puskesmas Sungai Limau. Hasil penelitian lain terkait penelitian ini yang dilakukan oleh (Anggraini, 2020) menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan gizi seimbang terhadap tingkat pengetahuan ibu usia 6-24 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Karya Mulya dengan hasil uji wilcoxon yaitu $p \text{ value} = 0,000$ yang artinya $p < 0,05$.

Penelitian oleh (Naulia et al, 2021) menyatakan dengan memberikan Informasi dalam pendidikan kesehatan dapat mengubah pola pikir menjadi lebih baik sehingga terjadi perubahan pengetahuan. Dengan dilakukan edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan dalam pemenuhan nutrisi sehingga nutrisi gizi dapat menjadi salah satu intervensi alternatif untuk meningkatkan perilaku kesehatan dalam mencegah status gizi kurang pada anak.

Sumber dari informasi yang dapat mempengaruhi perilaku kesehatan seseorang. Jika seseorang telah memperoleh informasi, maka akan menambah pengetahuan. Dari hasil penelitian ini terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang gizi pada anak usia 3-5 tahun. Hal ini dikarenakan ibu yang telah mendapatkan pendidikan kesehatan memiliki pengetahuan yang lebih baik. Selain itu, sebelum adanya penelitian ini masyarakat masih memiliki pengetahuan tentang gizi buruk pada anak usia 3-5 tahun. Hal ini dikarenakan tempat responden jarang mengikuti kegiatan Posyandu. Masyarakat juga tidak mencari informasi tentang gizi pada anak usia 3-5 tahun, seperti melalui internet dan tidak membaca buku atau majalah kesehatan. Oleh karena itu, perlu adanya pendidikan kesehatan tentang gizi untuk menambah informasi dan meningkatkan pengetahuan ibu pada anak usia 3-5 tahun. Kemudian hasil monitoring dari jawaban responden terhadap kuisioner menunjukkan masih banyak ibu yang belum mengetahui fungsi zat gizi yang dikonsumsi anaknya, jumlah zat gizi yang harus dikonsumsi sesuai usianya, dan jenis makanannya. yang mengandung zat gizi seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, air dan mineral. mineral. Namun, ibu mengetahui manfaat pemberian nutrisi pada anak, frekuensi makan anak, dan akibat jika anak kurang gizi (Rosdiana et al, 2022).

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Azwar bahwa pengalaman pribadi, budaya, orang lain, media masa, lembaga atau lembaga keagamaan serta faktor emosional individu merupakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pembentukan sikap. Rusmiati dan Hastono mengemukakan bahwa pembentukan sikap diawali dengan pengetahuan yang dipersepsikan sebagai hal yang positif atau negatif, kemudian diinternalisasikan dalam diri seseorang. Selain itu peningkatan sikap positif atau baik ini karena adanya informasi saat memberikan penyuluhan kesehatan yang mengisyaratkan bahwa pemenuhan nutrisi untuk mencegah stunting itu penting. Hasil penelitian ini

menunjukkan pengetahuan dan sikap ibu setelah dilakukan intervensi edukasi gizi meningkat pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Artinya edukasi gizi sangat berperan penting dalam peningkatan derajat kesehatan pada individu, kelompok maupun masyarakat terutama dalam mengurangi stunting pada balita.

Menurut asumsi peneliti informasi yang diperoleh dari edukasi memiliki kontribusi yang besar terhadap tinggi atau rendahnya pengetahuan ibu tentang gizi anak usia 3-5 tahun. Pengetahuan ibu tentang gizi anak sebelum dan sesudah edukasi menggunakan media kartun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi dengan leaflet berpengaruh terhadap pengetahuan ibu tentang gizi anak. Salah satu upaya untuk mencegah anak dari berkembangnya masalah gizi adalah dengan memberikan edukasi tentang sarana dan upaya menampilkan pesan-pesan informasi yang disampaikan dalam berbagai media dan metode. Edukasi yang diberikan melalui media seperti leaflet akan memudahkan dan memperjelas responden dalam menerima dan memahami materi yang disampaikan, selain itu juga dapat membantu menyampaikan materi. Pencegahan masalah gizi anak adalah dengan memberikan pendidikan gizi seimbang secara terus menerus kepada orang tua anak. Peneliti berpendapat bahwa ada perbedaan yang signifikan dalam pengetahuan ibu tentang gizi seimbang. Informasi tentang status gizi melalui media leaflet secara langsung menyajikan kepada responden objek fisik yang dapat diamati terutama melalui panca indera pendengaran dan penglihatan. Terdapat proses komunikasi yang membangkitkan pengetahuan kognitif ketika responden memperhatikan pemberian informasi tentang gizi seimbang sehingga setelah mengikuti pelatihan, pengetahuan responden meningkat.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan tentang pengaruh edukasi gizi anak usia 3-5 tahun terhadap pengetahuan ibu di Rumah Sakit Horas Insani Pemangsiantar maka peneliti mengambil kesimpulan bahwa: Tingkat pengetahuan responden tentang gizi anak usia 3 – 5 tahun sebelum pemberian edukasi mayoritas pada kategori kurang sebanyak 26 orang (68,4%). Sedangkan sesudah pemberian edukasi pengetahuan responden meningkat dimana mayoritas pada kategori baik sebanyak 23 orang (60,5%). Hasil analisa diperoleh terdapat pengaruh edukasi gizi anak usia 3-5 tahun terhadap pengetahuan ibu di Rumah Sakit Horas Insani Pemangsiantar dengan nilai p value = 0,001.

5. SARAN

Direkomendasikan pada peneliti selanjutnya untuk dilakukan penelitian lebih lanjut tentang pengaruh edukasi gizi anak usia 3-5 tahun terhadap pengetahuan ibu di Rumah Sakit Horas Insani Pemangsiantar.

DAFTAR REFERENSI

- Amalia, F., Nugraheni, S. A., & Kartini, A. (2018). Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dan praktik calon ibu dalam pencegahan kurang energi kronik ibu hamil (Studi pada Pengantin Baru Wanita di Wilayah Kerja Puskesmas Duren, Bandungan, Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 6(5), 370–377.
- Clara, C., & Nita, Y. (2020). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Kemandirian Gosok Gigi Pada Anak Pra Sekolah Di Tk Methodist Pekanbaru. *Seminar Nasional Syedza Saintika, Prosiding Seminar Nasional Stikes Syedza Saintika*, 369 - 377.
- Herutomo, T. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Keluarga Dalam Praktek Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Kabupaten Purwakarta. *Journal Of Holistic And Health Sciences*, 6 (1).1 – 8.
- Iftika, N. 2017. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Status Gizi Balita Terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu Dalam Memberikan Gizi Balitad di Kelompok Bermain Sendangadi, Melati Sleman Yogyakarta*. Jurnal Diploma IV Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta.
- Indriani, Kumala, D., & Junjung. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Usia 4-6 Tahun di TK Parentas 2 Kota Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika (Jsm)*, 8 (2), 227 – 234.
- Kemenkes RI . (2018). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018*
- Kemenkes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*
- Nadia, U., Sufriani, & Fajri, N. (2021). Pengaruh Penyuluhan Dengan Metode Demonstrasi Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Balita. *Jim Fkep*, 5 (3), 84 - 92.
- Naulia, R. P., Hendrawati, & Saudi, L. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dalam Pemenuhan Nutrisi Balita Stunting. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*.10 (2), 95-101.
- Nugrahaeni, D.E. (2018). *Pencegahan Balita Gizi Kurang Melalui Penyuluhan Media Lembar Balik Gizi Prevention Of Undernourished Children Though Nutrion Education using Nutrition Flipchart*. 113-124.
- Rosdiana, E., Anwar, C., Safitri, F., & Mimosa, R. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Gizi Pada Anak Usia 1-5 Tahun Di Desa Blang Panyang Kecamatan Seunagan Timur Kabupaten Nagan Raya. *Journal Of Healtcare Technology And Medicine*, 8 (1), 379 - 389.
- Suprpto. (2022). Pengaruh Edukasi Media Kartun Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Dan Status Gizi Anak. *Journal Of Health (Joh)*, 9 (2), 81-87