

ISSN 2597- 6052

DOI: <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i10.4188>

MPPKI

Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia
The Indonesian Journal of Health Promotion

Research Articles

Open Access

Pengaruh Promosi Kesehatan Isi Piringku terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu dalam Pemberian Makan pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Makkasau*The Effect of Health Promotion on the Contents of my Plate on Mothers' Level of Knowledge in Feeding Toddlers in the Makkasau Community Health Center Working Area*Nanang Rahmadani^{1*}, Sahdan Mustari², Irwan Amar³^{1,2}STIKES Amanah Makassar, Indonesia³ITEKES Tri Tunas Nasional*Korespondensi Penulis : Nanank.adam@gmail.com**Abstrak**

Latar belakang: Peningkatan pengetahuan dan kesadaran akan sikap dan tindakan seorang ibu dalam pemilihan makanan yang sehat bagi balita dapat dilakukan dengan program kesehatan masyarakat salah satunya dengan memberikan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan intervensi terhadap perilaku sebagai determinan kesehatan atau kesehatan masyarakat. Secara umum, pendidikan kesehatan bertujuan untuk mengembangkan perilaku individu, kelompok atau masyarakat agar mereka berperilaku hidup sehat.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Promosi Kesehatan Isi Piringku Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu dalam Pemberian Makan pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Makkasau.

Metode: Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik dengan menggunakan desain penelitian eksperimen semu (*Quasi Eksperimental*) dengan metode pendekatan *One Group Pretest Posttest Design* Sampel pada penelitian ini yaitu ibu yang memiliki balita di wilayah kerja puskesmas Makkasau yang berjumlah 20 responden yang diambil dengan teknik *purposive sampling*.

Hasil: Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai p -value = 0,000 yang berarti ada pengaruh Promosi Kesehatan Isi Piringku Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Dalam Pemberian Makan Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Makkasau.

Kesimpulan: Sebelum dilakukan promosi Kesehatan isi piringku, pengetahuan ibu balita sebagian besar kurang baik. Setelah dilakukan promosi Kesehatan isi piringku, pengetahuan ibu balita sebagian besar baik. Terdapat Pengaruh Promosi Kesehatan Isi Piringku Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu dalam Pemberian Makan Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Makkasau.

Kata Kunci: Promosi; Kesehatan; Isi; Piringku; Pengetahuan**Abstract**

Introduction: Increasing knowledge and awareness of a mother's attitudes and actions in choosing healthy food for toddlers can be done through public health programs, one of which is by providing health education. Health education is an intervention on behavior as a determinant of health or public health. In general, health education aims to develop the behavior of individuals, groups or communities so that they lead healthy lives.

Objective: The aim of this research is to determine the effect of health promotion on the contents of my plate on the level of knowledge of mothers in feeding toddlers in the Makkasau Community Health Center working area.

Method: The research design used was an analytical observational study. The type of research design used was cross sectional. The population of this study was all people affected by diarrhea in Paisubatu Village in 2017, totaling 57 families.

Result: Based on the results of statistical tests, the value obtained is p -value = 0.000, which means that there is an influence of the Health Promotion Effect of the Contents of My Plate on the Level of Knowledge of Mothers in Feeding Toddlers in the Makkasau Community Health Center Working Area.

Conclusion: Before the health promotion of what's on my plate was carried out, the knowledge of most mothers of toddlers was not good. After promoting the health of the contents of my plate, the knowledge of mothers of toddlers was mostly good. There is an influence of health promotion on the contents of my plate on the level of knowledge of mothers in feeding toddlers in the Makkasau Community Health Center working area.

Keywords: Promotion; Health; Contents; My Plate; Knowledge

PENDAHULUAN

Masa balita merupakan masa kehidupan yang sangat penting dan perlu perhatian yang serius. Pada masa ini berlangsung proses tumbuh kembang yang sangat pesat yaitu pertumbuhan fisik dan perkembangan psikomotorik, mental dan sosial (1). Pada saat ini, balita (bawah lima tahun) sebagai generasi penerus bangsa yang diharapkan menjadi sumber daya manusia yang berkualitas di masa depan memerlukan perhatian khusus. Usia di bawah lima tahun merupakan “usia emas” dalam pembentukan sumberdaya manusia baik dari segi pertumbuhan fisik maupun kecerdasan, dimana hal ini harus didukung oleh status gizi yang baik karena status gizi berperan dalam menentukan sukses tidaknya upaya peningkatan sumber daya manusia.

Menurut Rahmawati (2018), masa balita sering dinyatakan sebagai masa kritis untuk optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan otak yang sangat dipengaruhi oleh pola asuh orang tua, salah satunya dalam pola pemberian makan sebagai pintu masuk pemenuhan berbagai kebutuhan unsur zat gizi. Akan tetapi, ada kalanya pola pemberian makan yang kurang baik dapat memengaruhi status gizi balita tersebut. Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan pola pemberian makan dengan status gizi balita (2). Masalah gizi dapat terjadi pada semua kelompok umur. Anak balita merupakan kelompok umur yang rawan gizi dan rawan penyakit. Hal ini disebabkan karena anak balita sedang berada dalam masa transisi dari makanan bayi ke makanan dewasa. Banyaknya masalah gizi terjadi di Indonesia menurut UNICEF (2012) sebanyak 40% anak balita di pedesaan terhambat pertumbuhannya. Berdasarkan *Global Nutrition Report* (2014), Indonesia termasuk ke dalam 17 negara di antara 117 negara yang memiliki ketiga masalah gizi, yaitu stunting, wasting dan overweight.

Salah satu upaya yang dilakukan pemerintah untuk mengatasi masalah status gizi tersebut yaitu dengan mengkampanyekan Isi Piringku (3). Isi Piringku merupakan panduan konsumsi makanan sehari-hari yang terdiri dari 2/3 dari ½ piring makanan pokok, 1/3 dari ½ piring lauk pauk sumber protein hewani dan nabati, 1/3 dari ½ piring dari buah-buahan, dan 2/3 dari ½ piring sayuran. Diharapkan setelah dilakukan edukasi gizi Ibu yang memiliki balita dapat mengubah sikap dan perilaku mereka ke arah yang benar dan dapat memperbaiki taraf kesehatan anak mereka (4).

Peningkatan pengetahuan dan kesadaran akan sikap dan tindakan seorang ibu dalam pemilihan makanan yang sehat bagi balita dapat dilakukan dengan program kesehatan masyarakat salah satunya dengan memberikan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan intervensi terhadap perilaku sebagai determinan kesehatan atau kesehatan masyarakat. Secara umum, pendidikan kesehatan bertujuan untuk mengembangkan perilaku individu, kelompok atau masyarakat agar mereka berperilaku hidup sehat.

Pemerintah mengeluarkan sebuah Pedoman Gizi Seimbang dalam upaya menurunkan dan menjaga status gizi masyarakat. Tanggal 27 Januari 2014

Pedoman Gizi Seimbang mengalami pembaharuan dengan penambahan media promosi “Isi Piringku” (5). Upaya promosi kesehatan melalui pendekatan pendidikan dengan media promosi. Media promosi kesehatan adalah alat bantu untuk menampilkan pesan atau informasi dan menggunakan alat-alat pendukung. Media dijadikan sebagai alat bantu untuk mengatasi keterbatasan pengalaman yang dimiliki oleh para masyarakat dan menjadi pedoman bagi masyarakat dalam merubah perilaku ke arah gizi seimbang. Penggunaan media dapat dikatakan efektif ketika komunikasi dengan media juga dapat mengubah atau memengaruhi perilaku seseorang.

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan peneliti terhadap 7 Ibu yang memiliki Balita di Puskesmas Makkasau 4 diantaranya hanya memenuhi kebutuhan karbohidrat hanya nasi, minyak, garam, terkadang ditambahkan ikan goreng, dan 3 Ibu yang memiliki anak usia 3 tahun yang GTM (Gerakan Tutup Mulut) apalagi susah untuk makan buah dan sayur. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti ingin melakukan intervensi dengan Health Education Isi Piringku pada Ibu yang memiliki anak usia Balita.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik dengan menggunakan desain penelitian eksperimen semu (*Quasi Eksperimental*) dengan metode pendekatan *One Group Pretest Posttest Design* Sampel pada penelitian ini yaitu ibu yang memiliki balita di wilayah kerja puskesmas Makkasau yang berjumlah 20 responden yang diambil dengan teknik *purposive sampling*.

HASIL

Distribusi Karakteristik Responden

Distribusi Frekuensi Menurut Usia

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Menurut usia Responden di Puskesmas Makkasau, Tahun 2021

Usia	Frekuensi	Persentasi (%)
20-30 Tahun	11	55,0
>30 Tahun	9	45,0

Total	20	100
-------	----	-----

Data pada tabel di atas menunjukkan bahwa dari 20 responden distribusi frekuensi menurut usia responden yang paling banyak dengan usia 20-30 tahun, yaitu sebanyak 11 responden (55,0%) dan yang paling sedikit adalah responden usia >30 tahun sebanyak 9 responden (45,0 %).

Distribusi Frekuensi Menurut Usia

Distribusi menurut usia responden di Wilayah Kerja Puskesmas Makkasau dapat dilihat pada Tabel 2 di bawah ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi usia responden di Wilayah Kerja Puskesmas Makkasau Tahun 2021

Usia	Frekuensi	Persentase
SMA	16	80,0
Sarjana	4	20,0
Total	20	100

Data pada tabel di atas menunjukkan bahwa responden Pendidikan terakhir responden di puskesmas Makkasau paling banyak dengan Pendidikan SMA yaitu sebanyak 16 responden (80,0%).

Distribusi Kategori Variabel

Variabel Pengetahuan Ibu dalam Pemberian Makan Pada Balita sebelum Promosi Kesetahan Isi Piringku

Tabel 3. Distribusi Frekuensi pengetahuan Ibu dalam Pemberian Makan Pada Balita sebelum Promosi Kesehatan Isi Piringku di Wilayah Puskesmas Makkasau Tahun 2021

Pengetahuan	Frekwensi	Persentase (%)
Kurang Baik	19	95,0
Baik	1	5,0
Total	20	100

Pada tabel di atas menunjukkan bahwa sebelum promosi Kesehatan isi piringku terhadap pengetahuan ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Makkasau sebagian besar pengetahuan kurang baik sebanyak 19 responden (95,0%)

Variabel Pengetahuan Ibu dalam Pemberian Makan Pada Balita setelah Promosi Kesetahan Isi Piringku

Tabel 4. Distribusi Frekuensi pengetahuan Ibu dalam Pemberian Makan Pada Balita setelah Promosi Kesehatan Isi Piringku di Wilayah Puskesmas Makkasau Tahun 2021:

Pengetahuan	Frekwensi	Persentase (%)
Kurang Baik	2	10,0
Baik	18	90,0
Total	20	100

Pada tabel di atas menunjukkan bahwa setelah promosi Kesehatan isi piringku terhadap pengetahuan ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Makkasau sebagian besar pengetahuan baik sebanyak 18 responden (90,0%).

Hasil Analisis Bivariat

Tabel 5. Pengaruh Promosi Kesehatan Isi Piringku Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu dalam Pemberian Makan Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Makkasau, Tahun 2021.

Pengetahuan Ibu	Mean	Std. Dev	Std. error	Nilai	N	P
Sebelum dilakukan						
Promosi Kesehatan isi Piringku	9,35	2.907		,650		
					0,000	20
Setelah dilakukan						
Promosi Kesehatan isi Piringku	16.40	1.759		,393		

Berdasarkan tabel di atas maka dapat dikatakan bahwa rata-rata penilaian pengetahuan Ibu sebelum dilakukan promosi Kesehatan isi piringku adalah 9,35 dengan standar deviasi 2.907. Pada penilaian kedua yakni setelah dilakukan promosi Kesehatan isi piringku rata-rata penilaian adalah 16,40 dengan standar deviasi 1,759.

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji T diperoleh nilai $p : 0,000$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan terdapat Pengaruh Promosi Kesehatan Isi Piringku Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu dalam Pemberian Makan Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Makkasau.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata penilaian pengetahuan Ibu sebelum dilakukan promosi Kesehatan isi piringku adalah 9,35 dengan standar deviasi 2.907. Pada penilaian kedua yakni setelah dilakukan promosi Kesehatan isi piringku rata-rata penilaian adalah 16,40 dengan standar deviasi 1,759. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji T diperoleh nilai $p : 0,000$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan terdapat Pengaruh Promosi Kesehatan Isi Piringku Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu dalam Pemberian Makan Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Makkasau.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Darni, 2020 bahwa adanya perbedaan yang bermakna pada peningkatan pengetahuan dan asupan lemak sesudah pemberian edukasi gizi komik isi piringku pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol di SDN 44 Ampenan dan SDN 2 Cakranegara Mataram (6). Sejalan Juga dengan penelitian dari Rahmanidar (2020) hasil penelitian bahwa ada pengaruh penyuluhan program isi piring terhadap peningkatan sikap ibu dalam menangani balita gizi buruk pada responden sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan program isi piringku (7).

Menurut Ai Kustiani (2018) faktor yang membentuk perilaku seseorang mencakup factor predisposisi, faktor pemungkin, dan faktor penguat. Faktor predisposisi yang mempengaruhi perilaku ibu baik dalam pengetahuan dan sikap. Pengetahuan ibu yang baik dalam pemberian makan pada balita merupakan dasar terbentuknya sikap dan akhirnya membentuk perilaku yang baik (8).

Semakin bertambah informasi yang didapat oleh ibu semakin meningkat pengetahuan ibu dalam pemberian makan yang bergizi pada balita. Pengetahuan ibu yang baik memiliki peran penting dalam membentuk kebiasaan makan pada anak yang bergizi.

Peneliti berasumsi bahwa promosi Kesehatan yang dilakukan merupakan bagian penting dalam upaya perbaikan gizi balita. Promosi atau Pendidikan Kesehatan yang diberikan dapat mempengaruhi pengetahuan ibu jika informasi yang diterima oleh ibu diaplikasikan langsung pada kehidupan sehari-hari sehingga akan menjadi perilaku kearah yang lebih baik saat menyediakan atau memberi makanan pada anak. Semakin bertambahnya informasi yang diterima ibu dan pengetahuan meningkat gizi balita semakin baik.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa sebelum dilakukan promosi Kesehatan isi piringku, pengetahuan ibu balita sebagian besar kurang baik. Kemudian Setelah dilakukan promosi Kesehatan isi piringku, pengetahuan ibu balita sebagian besar baik. Dan terdapat Pengaruh Promosi Kesehatan Isi Piringku Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Dalam Pemberian Makan Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Makkasau.

SARAN

Penelitian ini merekomendasikan, Bagi institusi pendidikan agar lebih meningkatkan penelitian bagi mahasiswa khususnya dalam menerapkan penerapan intervensi mandiri perawat khususnya promosi Kesehatan dalam rangka memberikan gizi yang seimbang pada balita.

Bagi lokasi penelitian hasil penelitian dapat di jadikan sebagai bahan masukkan dalam mengembangkan asuhan keperawatan terutama intervensi mandiri perawat dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang isi piringku guna untuk meningkatkan gizi yang seimbang pada balita dengan lebih giat melakukan promosi Kesehatan/penyuluhan/edukasi Kesehatan pada ibu yang memiliki balita, karena salah satu penyebab stunting yakni gizi yang tidak seimbang yang didapatkan oleh balita.

Bagi penelitian lanjutan agar dapat melakukan penelitian lainnya terkait dengan variable sikap dan perilaku ibu dalam memberikan makanan yang bergizi pada balita.

DAFTAR PUSTAKA

1. Hairunis MN, Salimo H, Dewi YLR. Hubungan status gizi dan stimulasi tumbuh kembang dengan perkembangan balita. *Sari Pediatr.* 2018;20(3):146.
2. Rahmawati H, Puspowati SD. Hubungan Tingkat Konsumsi Energi dan Protein Anak Balita dan Perilaku Keluarga Sadar Gizi (KADARZI) dengan Kejadian Stunting di Desa Nyemoh Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang. Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2018.
3. Kencana VM, Karimah F. Intervensi kampanye isi piringku pada siswa-siswi SD dalam upaya memperbaiki status gizi. *Ber Kedokt Masy.* 2019;35(4):12–6.
4. Proverawati A, Wati EK. Ilmu gizi untuk keperawatan dan gizi kesehatan. 2011;
5. Kemenkes RI. Infodatin pusat data dan informasi kementerian kesehatan RI. Kemenkes Ri. 2014;109(1):1–8.
6. Darni J. Pengaruh pemberian edukasi komik isi piringku terhadap pengetahuan dan asupan lemak pada anak gizi lebih. *Darussalam Nutr J.* 2020;4(1):7–15.
7. Rahmanindar N, Harnawati RA. Pengaruh Penyuluhan Program Isi Piringku Terhadap Peningkatan Sikap Dan Perilaku Ibu Dalam Manangani Balita Gizi Buruk. *J Med (Media Inf Kesehatan).* 2020;7(2):259–70.
8. Kustiani A, Misa AP. Perubahan Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Ibu Dalam Pemberian Mp-Asi Anak Usia 6-24 Bulan Pada Intervensi Penyuluhan Gizi Di Lubuk Buaya Kota Padang. *J Kesehat Perintis.* 2018;5(1):51–7.