

## PENGARUH EDUKASI KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN IBU-IBU YANG MEMILIKI BALITA TENTANG ISI PIRINGKU (IPK)

Chyka Febria, Mega Ade Nugrahmi\*

Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat  
Jl. Bypass No.09 Kota Bukittinggi, Sumatera Barat

e-mail : chykafebria91@gmail.com

Artikel Diterima : 09 Februari 2023, Direvisi : 20 Maret 2023, Diterbitkan : 28 Maret 2023

### ABSTRAK

**Pendahuluan:** Kejadian stunting di Indonesia di tahun 2013 mencapai 37,2%. Kalau dibandingkan dengan tahun 2010, kejadian stunting 35,6%, artinya terjadi peningkatan dari tahun sebelumnya, tetapi kalau dilihat dari data RISKESDAS tahun 2018, prevalensi stunting terlihat penurunan sebanyak 30,8%. Hal ini melihatkan di tahun 2018 angka kejadian stunting di Indonesia menurun. Meskipun adanya penurunan, tetapi persentase ini masih dikategorikan tinggi jika dilihat persentase WHO yang semestinya < 20%. Kejadian stunting di Provinsi Sumatera Barat merupakan urutan ke-17 dari 34 Provinsi yang berada di Indonesia ialah sebanyak 36,2%, angka tersebut diatas kejadian Nasional ialah 35,3. Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis Pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan ibu-ibu yang memiliki balita tentang isi piringku (IPK). **Metodologi:** Jenis Penelitian menggunakan metoda Quasi Eksperimen dengan design cross sectional. Penelitian ini menggunakan metoda pretest-posttest. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu-ibu yang memiliki balita usia 12-36 bulan. Sampel penelitian sebanyak 52 responden dengan teknik pengambilan sampel accidental sampling. Data yang digunakan adalah data primer, instrument penelitian menggunakan kuisioner. **Hasil:** Analisis data menggunakan uji Wilcoxon Sign Rank Test diperoleh nilai  $p=0,007$  ( $<0,05$ ), berarti ada pengaruh edukasi terhadap pengetahuan ibu-ibu balita tentang isi piringku (IPK). **Diskusi:** dari penelitian ini ada pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan ibu-ibu balita tentang isi piringku sesuai usia.

**Kata Kunci :** Edukasi, Ibu-Ibu Balita, Isi Piring Ku

### ABSTRACT

**Introduction:** The incidence of stunting in Indonesia in 2013 reached 37.2%. When compared to 2010, the incidence of stunting was 35.6%, which means that there was an increase from the previous year, however, when viewed from RISKESDAS data for 2018, the prevalence of stunting was seen to have decreased by 30.8%. This can be seen that in 2018 the number of stunting cases in Indonesia decreased. Even though there has been a decrease, this percentage is still categorized as high if you look at the WHO percentage which should be <20%. The incidence of stunting in West Sumatra province is 17th out of 34 provinces in Indonesia, which is 36.2%, this figure is above the national incidence. is 35.3% (KEMENKES RI, 2021). The purpose of this study was to analyze the effect of health education on the knowledge of mothers who have toddlers about the contents of my plate. **Methodology:** This type of research uses a Quasi-Experimental method with a cross-sectional design. This study used the pretest-posttest method. The population in this study were mothers who had toddlers aged 12-36 months. The research sample was 52 respondents using accidental sampling technique. The data used is primary data, the research instrument uses a questionnaire. **Results:** Data analysis using the Wilcoxon Sign Rank Test obtained a value of  $p = 0.007$  ( $<0.05$ ), meaning that there was an effect of education on mothers' knowledge about the contents of my plate (GPA). **Discussion:** from this study there is an effect of health education on mothers' knowledge of the contents of my plate according to age.

**Keywords :** Education, Toddler Mothers, My Plate

## PENDAHULUAN

Bentuk gagal tumbuh yang disebut dengan stunting, ialah masalah status gizi balita yang disebabkan oleh gizi buruk dan kesehatan dimulai dari prenatal sampai postnatal. Stunting sering disebut akibat dari kondisi kurangnya nutrisi/gizi yang ditumpukan pada waktu cukup Panjang sehingga tampak signifikan secara bentuk fisik di umur 24-59 bulan. Stunting bisa menghalangi perkembangan anak yang diawali 1000 hari pertama kehidupan yang merupakan tanda pertumbuhan anak dan mempengaruhi pada kecerdasannya (BKKBN, 2020).

Kejadian stunting di Indonesia di tahun 2013 mencapai 37,2%. Jika dibandingkan dengan tahun 2010, kejadian stunting 35,6%, artinya terjadi peningkatan dari tahun sebelumnya, tetapi kalau dilihat dari data RISKESDAS tahun 2018, prevalensi stunting terlihat penurunan sebanyak 30,8%. Hal ini melihatkan di tahun 2018 angka kejadian stunting di Indonesia menurun. Meskipun adanya penurunan, tetapi persentase ini masih dikategorikan tinggi jika dilihat persentase WHO yang semestinya < 20% (KemenKes RI, 2015).

Kejadian stunting di Provinsi Sumatera Barat merupakan urutan ke-17 dari 34 provinsi yang berada di Indonesia ialah sebanyak 36,2%, angka tersebut diatas kejadian nasional ialah 35,3% (Kemenkes RI, 2021).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat di tahun 2017 memperlihatkan 30,6% anak stunting dan 10,1 wasting. Anak stunting sebesar 22,1% dan wasting 9,2% juga didapatkan di kabupaten lima puluh Kecamatan Suliki Nagari Tanjung Bungo juga merupakan wilayah kerja puskesmas yang tertinggi dalam kasus ini. Menurut riskesdas tahun 2019 sama dengan patokan WHO ialah gizi kurang dan buruk harus menurun menjadi <10%, stunting <20%,

kurus dan sangat kurus <5% (Dinkes Sumbar, 2019).

Nagari Tanjung Bungo merupakan salah satu Nagari di Kabupaten Lima Puluh Kota yang memiliki prevalensi stunting cukup tinggi. Tanjung Bungo merupakan Desa Binaan Fakultas Kesehatan Muhammadiyah Sumatera Barat Tahun 2021 yang merupakan salah satu Nagari di 100 Kabupaten / Kota di Sumatera Barat yang disahkan sebagai lokus utama penanganan stunting di Kabupaten, bentuk upaya berkelanjutan ditetapkan Nagari Tanjung Bungo Kabupaten Lima Puluh Kota sebagai Lokus Penanganan Stunting.

Pada saat Survey awal tahun 2021, jumlah balita di Kanagarian Balingka sebanyak 321 orang, balita yang mengalami stunting sebanyak 69 orang. Hasil wawancara yang telah dilakukan dengan puskesmas suliki, bidan desa dan kader di Kenagarian Tanjung Bungo yang menyebabkan stunting disana adalah pola makan yang tidak teratur, ibu tidak memberikan ASI eksklusif pada bayinya, tingkat pendidikan orang tua yang rendah dan ekonomi yang kurang, jarak kehamilan yang terlalu cepat, susah akses informasi kepada ibu-ibu hamil, menyusui dan yang memiliki balita, karena kurangnya informasi dan sosialisasi tentang isi piringku mempengaruhi dan mengganggu pertumbuhan dan perkembangan pada bayi tersebut.

Jika stunting ini meningkat berarti tidak adanya pencegahan dengan baik dan benar, karena factor resiko sangat mempengaruhinya. Upaya untuk mencegah stunting adalah dengan memberikan edukasi kesehatan tentang isi piringku sesuai usia, oleh karena itu pengetahuan ibu sangat penting dalam upaya pencegahan stunting ini.

Isi piringku merupakan salah satu program pemerintahan untuk mencegah stunting dan menurunkan angka kejadian stunting yang disebut dengan Germas (gerakan masyarakat) yang mana isi piringku sesuai usia, mulai dari ibu hamil,

ibu menyusui, bayi usia 6-12 bulan, baduta, batita, anak prasekolah, remaja, dan lansia (sepanjang daur kehidupan) (KemenKes, 2022).

Isi piringku sangat penting bagi anak di 1000 hari pertama kehidupan, karena apa yang dikonsumsi anak-anak menentukan kesehatan dimasa depan, jadi pengetahuan ibu, Pendidikan ibu bahkan status ekonomi juga sangat mempengaruhi status gizi anak-anak.

Berdasarkan uraian permasalahan diatas, salah satu upaya untuk dapat mencegah stunting dengan melakukan edukasi kesehatan tentang isi piringku (IPK) agar dapat dilihat, apakah ibu-ibu ini mengetahui bagaimana porsi makan anak-anaknya dana pa saja menu-menu yang diberikan pada anak sesuai usia.

## BAHAN DAN METODE

Desain penelitian menggunakan metode *quasi eksperimen* dengan design *cross sectional*. Penelitian ini menggunakan metode pretest - posttest. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu ibu yang memiliki anak usia 12-36 bulan sebanyak 69 orang. Sampel penelitian sebanyak 52 responden dengan teknik pengampilan sampel *accidental sampling*. Lokasi Penelitian dilakukan di Posyandu Nagari Tanjung Bungo, Kecamatan Suliki. Data yang digunakan adalah data primer, instrument penelitian menggunakan kuisioner. Data dianalisis dengan menggunakan dilakukan melalui uji statistik *Wilcoxon Sign Rank Test*. Uji statistik bermakna bila diperoleh nilai  $P < 0,05$  pada CI 95%.

## HASIL

## A. Hasil Analisa Univariat

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu balita**

Karakteristik	Frek	%
Mendapat edukasi IPK		
Sudah	0	0
Belum	52	100
Usia		
20-25 Tahun	15	28,8
26-30 Tahun	16	30,7
31-35 Tahun	18	34,6
>35 Tahun	5	9,7

Dari tabel distribusi frekuensi karakteristik responden seluruh responden belum pernah mendapatkan penyuluhan tentang IPK (100%), dan usia responden sebagian besar berusia 31-35 tahun (34,6%).

**Tabel 2**  
**Distribusi Pengetahuan ibu-ibu balita Sebelum (Pre) Di Beri Edukasi**

Pengetahuan	Frek	%
Baik	2	3,9
Cukup	34	65
Kurang	16	30,7
Jumlah	52	100

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa pengetahuan ibu balita sebelum (pre) edukasi mayoritas cukup (65%).

**Tabel 3**  
**Distribusi Pengetahuan ibu-bu balita Setelah (Post) Di Beri Edukasi**

Pengetahuan	Frek	%
Baik	47	90,3
Cukup	5	9,7
Kurang	0	0
Jumlah	52	100

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa pengetahuan ibu balita setelah (post) edukasi mayoritas baik (90,3%).

**Tabel 3**  
**Distribusi Pengetahuan ibu-ibu balita**  
**Sebelum (Pre) dan Sesudah (Post)**  
**Edukasi**

Perbedaan Pengetahuan Pre Test dan Post Test	Jumlah	Asymp.Sign
Negatif Ranks	0	
Positif Ranks	48	0,007
Ties	4	
Total	52	

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa ada pengaruh pengetahuan ibu-ibu balita sebelum (pre) dan Sesudah (post) edukasi dengan menggunakan uji statistik wolcoxon, diketahui hasil pada pretest – posstest pengetahuan diperoleh  $p=0,007$  ( $<0,05$ ) artinya ada terhadap pengetahuan ibu-ibu balita tentang pengaruh edukasi kesehatan Isi piringku (IPK) untuk balita.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa dari distribusi frekuensi karakteristik responden seluruhnya belum pernah mendapatkan penyuluhan tentang Isi Piringku (100%) dan usia responden sebagian besar berkisar antara 31-35 tahun (34,6%).

Dari hasil penelitian yang diperoleh dari 52 ibu-ibu balita menunjukkan bahwa sebagian besar pengetahuan ibu-ibu balita setelah diberikan edukasi kesehatan tentang IPK berpengetahuan baik (90,3%) dan berpengetahuan cukup sebanyak (9,7%). Hal ini dapat disebabkan berbagai factor salah satunya adalah pengalaman yang dapat mengubah pengetahuan individu atau sudah pernah diberikan edukasi dan kembali pada daya ingat seseorang

Hal ini sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh Alisye Siahaya dengan hasil Analisis menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan ada pengaruh edukasi “isi piringku” terhadap

pengetahuan dan perilaku ibu pada kelompok intervensi dengan  $p$  value  $<0.05$  dan tidak ada pengaruh edukasi “isi piringku” terhadap pengetahuan dan perilaku ibu pada kelompok kontrol dengan  $p$  value  $>0,05$ . Edukasi “isi piringku” ini dapat di berikan kepada ibu yang memiliki balita stunting terutama bagi ibu yang berpendidikan rendah dan relatif masih muda untuk dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi anak.

Berdasarkan asumsi peneliti, bahwa menyampaikan informasi seperti yang dilakukan dengan memberikan edukasi kesehatan sangat mempengaruhi pada pengetahuan individu karena dengan adanya informasi dan pengetahuan yang benar bisa mempengaruhi pada sikap individu tersebut. Pengaruh baiknya dengan menggunakan cara yang digunakan bisa menarik dan merubah pengetahuan seseorang untuk mengetahui hal baru tentang IPK. Selain itu juga dilakukan tanya jawab/ada feedback dari responden sehingga mempengaruhi ke daya tangkap responden.

Berdasarkan dari karakteristik responden bisa dilihat dari yang menerima edukasi IPK mayoritas ibu yang belum pernah mengikuti dan mendapatkan edukasi tentang IPK (100%) dan usia responden berkisar antara 31-35 tahun (34,6%).

Menurut asumsi peneliti, pemberian informasi yang dilakuan dengan edukasi kesehatan sangat berpengaruh terhadap perubahan pengetahuan seseorang karena dengan pengetahuan dan informasi yang baik, dapat merubah sikap seseorang khususnya sikap ibu-ibu dalam memberikan makanan kepada anak-anaknya sesuai usia atau isi piringku (IPK). Peran serta tenaga kesehatan sangat penting akan penyebaran informasi kesehatan khususnya terkait IPK dalam memotivasi pada ibu-ibu balita. Usia juga sangat mempengaruhi pengetahuan karena semakin tinggi usia seseorang maka semakin baik pula untuk

pengetahuan seseorang karena sudah banyak pengalaman yang didapatkan seseorang.

### Kesimpulan

Dari penelitian ini ada pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan ibu-ibu balita tentang isi piringku sesuai usia dengan Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test* diperoleh nilai  $p=0,007 (<0,05)$ , berarti ada pengaruh edukasi terhadap pengetahuan ibu-ibu balita tentang isi piringku (IPK).

Peneliti menyarankan pemerintahan Nagari Tanjung Bungo bekerja sama dengan instansi kesehatan untuk memberikan Pendidikan kesehatan khususnya tentang edukasi dan sosialisasi Isi Piringku.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai *evidence base practice* dan memasukan kedalam sub pokok bahasan tentang metode pendidikan kesehatan tentang pentingnya edukasi dan sosialisai Isi Piringku.

### KEPUSTAKAAN

Hairunis MN, Rohmawati N, Ratnawati LY. Determinan Kejadian Stunting pada Anak Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Soromandi Kabupaten Bima Nusa Tenggara Barat (Determinan Incidence of Stunting in Children Under Five Year at Puskesmas Soromandi Bima district of West Nusa Tenggara). *Pustaka Kesehat.* 2016;4(2):323–9.

Dinas Kesehatan, Profil Kesehatan Sumatera Barat, 2019.

Febria C. Buku Ajar Gizi Sepanjang Daur Kehidupan Terintegrasi Al-Islam Kemuhammadiyah. Yogyakarta: UMSB PRESS. 2021.

Kemendes RI. Laporan Provinsi Maluku Riskesdas 2018. Jakarta: Kemendes RI; 2019.

Kementerian Kesehatan RI, Pendek (Stunting) di Indonesia, Masalah dan Solusinya. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2015.

Kementrian Kesehatan Direktorat Promosi Kesehatan Dan Pemberdayaan Masyarakat, 2020.

Puspasari N, Andriani M. Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Asupan Makan Balita dengan Status Gizi Balita (BB/U) Usia 12-24 Bulan. *Amerta Nutr.* 2017;1(4):369–78.

Bappenas. Dokumen Rencana Kerja Pemerintah (RKP) Tahun 2018 [Internet]. Jakarta; 2019. Available from:https://www.bappenas.go.id/files/rkp/LAMPIRAN PERPRES RKP TAHUN 2018.pdf

Manggala AK, Kenwa KWM, Kenwa MML, Jaya AAGDP, Sawitri AAS. Risk factors of stunting in children aged 24-59 months. *Paediatr Indones.* 2018;58(5):205–12.

Olsa ED, Sulastri D, Anas E. Hubungan sikap dan pengetahuan ibu terhadap kejadian stunting pada anak baru masuk Sekolah Dasar di kecamatan Nanggalo. *J Kesehat Andalas.* 2018;6(3):523–9.

Mentari S, Hermansyah A. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Stunting Anak Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja UPK Puskesmas Siantan Hulu. *Pontianak Nutr J.* 2019;1(1):1–5.

Nugraheni SA, Aruben R, Prihatin IJ, Sari S, Sulistyowati E. Peningkatan Praktik Mandiri Ibu dalam Pemantauan Status Gizi Balita melalui Pendampingan Aktivitas Dasa Wisma. *Media Kesehat Masy Indones Univ Hasanuddin.* 2018;14(4):418–28.

Dewi M, Aminah M. Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Feeding Practice Ibu Balita Stunting Usia 6-24 Bulan (The Effect of Nutritional Knowledge on Feeding Practice of Mothers Having Stunting Toddler Aged 6-24 Months). *Indones J Hum Nutr.* 2016;3(1):1–8.

Siahaya A, Edukasi “Isi Piringku” Terhadap Pengetahuan dan Perilaku

- Pada Ibu Balita Stunting di Maluku, 2021.
- Tasijawa FA. Perspektif Perawat Penanggung Jawab Program Kesehatan Jiwa Puskesmas Tentang Recovery Skizofrenia di Kabupaten Buru, Maluku. 2020;
- Has EMM, Sustini F, Armini NKA. The Development of Nutrition Demand Enquiry Model for Preschool-Aged Children Based on Health Promotion Model. *J Ners.* 2012;7(2):121–30.
- Hafifatul Auliya Rahmy, Nurul Prativa, Rahmania Andrianus, Mesa Putri Shalma. “Edukasi Gizi Seimbang dan Isi Piringku Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 06 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman”. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun* 3 no 2 (Juni 2020): 162-172.
- Hesti Atasasih, H.A. and Aziz, A., 2021. Pengembangan media poster “isi piringku” sebagai alat bantu edukasi gizi ibu hamil dalam upaya pencegahan stunting. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, (2), pp.226-233.
- Kemendes RI. Yuk Terapkan Konsep “Isi Piringku” dalam Kehidupan Sehari-hari. [internet] [dapat diunduh di <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/yuk-terapkan-konsep-isi-piringku-dalam-kehidupan-sehari-hari>]. 2019.
- Septika Yani Veronika, Nila Qurniasih, Iis Tri Utami, Hellen Febrianti. “Peningkatan Gizi Anak Sekolah dengan Gerakan Isi Piringku”. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu* 1, no 1 (Desember 2019): 47-50.