

## EDUKASI VIRTUAL ISI PIRINGKU TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN DAN BERAT BADAN BALITA

Dwi Ayu Lestari<sup>1</sup>, Rudy Hartono<sup>2</sup> dan Suriani Rauf<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Alumni Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar

<sup>2</sup> Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar

Korespondensi: [dwiayulestari@poltekkes-mks.ac.id](mailto:dwiayulestari@poltekkes-mks.ac.id)

### ABSTARCT

*This study aims to determine the effect of virtual education on the contents of my plate on the level of knowledge and weight of children under five in the working area of the Kapasa Health Center. This type of research is a pre-experimental study with a one-group pre-test and post-test design. The research location was carried out in the working area of the Kapasa Health Center. The sample is toddlers aged 12-59 months as many as 40 people obtained by simple random sampling. The research was conducted on February 3, 2021 – April 13, 2021. The results are presented in the form of tables and narratives. Based on the results of research conducted in the working area of the Kapasa Health Center, it showed that the knowledge of parents/guardians of toddlers after being given virtual education on the contents of my plate increased by (35%) the results of the Chi Square statistical test obtained a value ( $p = 0.144$ ) which showed no effect of virtual education on the contents of my plate on the level of knowledge of parents/guardians of toddlers. Most children under five's weight increased by 75.0%, the results of the 2-sample paired T test obtained a value ( $p = 0.12$ ) which showed that there was no effect of virtual education on the contents of my plate on toddlers' weight. It is recommended for parents/guardians of toddlers to use the contents of my plate as a guide to achieve optimal nutritional conditions by understanding and implementing it, namely varied foods according to needs, do physical activity regularly, drink enough mineral water and maintain an ideal body weight. It was concluded that the provision of content education to the level of knowledge and weight of toddlers was not effective.*

**Keywords:** Virtual Education, Knowledge Level and Toddler Weight.

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi virtual isi piringku terhadap tingkat pengetahuan dan berat badan anak balita di wilayah kerja Puskesmas Kapasa. Jenis penelitian ini adalah studi *pra eksperimen* dengan rancangan *one group pre-test dan post-test design*. Lokasi penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Kapasa. Sampel adalah balita usia 12-59 bulan sebanyak 40 orang yang diperoleh secara *simple random sampling*. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 3 Februari 2021 – 13 April 2021. Hasil disajikan dalam bentuk tabel dan narasi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Kapasa menunjukkan bahwa pengetahuan orang tua/wali balita setelah diberikan edukasi virtual isi piringku mengalami peningkatan sebesar (35%) hasil uji statistik *Chi Square* diperoleh nilai ( $p=0,144$ ) yang menunjukkan tidak ada pengaruh edukasi virtual isi piringku terhadap tingkat pengetahuan pada orang tua/wali balita. Berat badan anak balita sebagian besar naik sebanyak (75,0%), hasil uji 2 sampel *T berpasangan* diperoleh nilai ( $p=0,12$ ) yang menunjukkan tidak ada pengaruh edukasi virtual isi piringku terhadap berat badan balita. Disarankan bagi orang tua/wali balita menggunakan isi piringku sebagai pedoman untuk mencapai kondisi gizi yang optimal dengan memahami dan melaksanakannya yaitu makanan bervariasi sesuai dengan kebutuhan, lakukan aktivitas fisik secara teratur, minum air mineral yang cukup serta mempertahankan berat badan ideal. Disimpulkan bahwa pemberian edukasi Isi terhadap tingkat pengetahuan dan berat badan balita tidak efektif.

**Kata Kunci** : Edukasi Virtual, Tingkat Pengetahuan dan Berat Badan Balita.

### PENDAHULUAN

Gizi ialah salah satu aspek yang bisaengaruhi kesehatan seseorang ataupun warga. Gizi kurang yakni sesuatu permasalahan yang diakibatkan oleh minimnya konsumsi gizi, baik dalam jangka waktu pendek ataupun jangka waktu panjang, pada dasarnya ditetapkan oleh berbagai macam zat gizi yang tidak diberikan pada bayi (Afriyani, 2019).

Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*), didapatkan kalau ditahun 2018 terdapat ada 49 juta anak pada usia 5

tahun kebawah hadapi gizi kurang, di dunia, antara lain 68% ada di Asia serta 28% di Afrika. Indonesia merupakan salah satu negeri yang menempati dengan angka pravelensi permasalahan gizi kurang, serta gizi kurang baik yang masih lumayan besar jika dibanding pada ambang batasan yang telah ditetapkan oleh badan kesehatan dunia ataupun yang biasa diketahui dengan WHO (*World Health Organization*, 2017).

Hasil Studi Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, angka peristiwa gizi kurang di Indonesia pada tahun 2013

sebesar 19, 6% menyusut bila dibanding dengan 17, 7% pada tahun 2018, angka tersebut belum memenuhi sasaran RPJMN 2019 sebesar 17, 0% serta gizi kurang yang masih ada pada bayi di daerah Sulawesi Selatan ialah sebesar 6, 8% (Kemenkes, 2018).

Pada saat ini orang Indonesia masih sangat minim dalam pemanfaatan sayuran dan produk buah. Pemanfaatan normal sayuran untuk penduduk Indonesia hanya 63,3% dari jumlah yang disarankan, dan untuk buah-buahan orang Indonesia hanya mengkonsumsi sekitar 62,1% asupan dari jumlah yang disarankan. Persoalan mendasar yang terlihat dalam pemanfaatan bahan pangan sayuran ini adalah bahwa pemanfaatan hasil bumi orang Indonesia secara umum masih dibawah pemanfaatan yang disarankan. Berdasarkan hasil Eksplorasi Kesejahteraan Dasar (Risesdas) 2013, terlihat bahwa terdapat kecenderungan individu yang berumur  $\geq 10$  tahun untuk mengkonsumsi sayur mayur dan buah masih dibawah anjuran dan tidak ada perubahan kritis antara tahun 2007 sebesar 93,6% sedangkan pada tahun 2013 93,5% (Norfai & Abdullah, 2019).

Salah satu masalah yang masih terjadi di Indonesia saat ini ialah tingkat pengetahuan yang masih kurang terhadap pentingnya perilaku dalam menjalankan gaya hidup yang sehat. Tingginya angka balita penderita kurang gizi di Indonesia menunjukkan bahwa kesadaran atau informasi pada ibu tentang *nutrisi* yang masih belum cukup . pengetahuan ibu tentang kesehatan yang kurang, dapat memberikan pengaruh kepada ibu untuk membangun dan membina anak-anaknya dengan memberikan pola makan yang baik sesuai dengan kebutuhan anak-anak mereka yang sehat. Kebutuhan gizi yang disesuaikan akan membuat status gizi bayi normal dan jumlah anak kurang gizi akan berkurang (Mayudi, Arliaty, & Usman, 2020). Berdasarkan latar belakang inilah yang mendasari peneliti untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Edukasi Virtual Isi Piringku Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Berat Badan Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Kapasa Kota Makassar”.

## METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian yang digunakan adalah Quasi-Eksperimental dengan desain Two-group pre-post test yang melibatkan

dua kelompok dimana subjek diamati sebelum diberikan perlakuan kemudian diobservasi kembali setelah diberikan perlakuan. Salah satu kelompok digunakan sebagai pembanding. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Kapasa Kecamatan Tamalanrea, Kota Makassar, Sulawesi Selatan. Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari – April 2021 dimana pengumpulan data dilakukan pada bulan Januari 2021 selama 3 hari. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh balita berat badan kurang dan balita gizi normal. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah bagian dari populasi yang berjumlah 40 responden. Dimana dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah metode *cluster random sampling* yaitu pengambilan sampel yang pemilihannya mengacu pada kelompok yang dipilih secara acak, dengan kriteria Inklusi adalah bersedia mengikuti penelitian di wilayah kerja Puskesmas Kapasa. Kriteria Eksklusi adalah kriteria dimana sampel penelitian tidak dapat mewakili sampel karena tidak memenuhi syarat sampel penelitian.

Data karakteristik responden diperoleh dengan cara pengisian biodata menggunakan kuesioner. Data berat badan diperoleh dengan cara wawancara menggunakan kuesioner. Data berat badan diperoleh dengan melakukan penimbangan menggunakan timbangan digital. Data sekunder diperoleh dari Puskesmas. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah aplikasi software komputer statistika SPSS, uji statistik yang digunakan adalah uji *Chi Square* dengan taraf signifikan yang digunakan, syarat uji *Chi Square* terpenuhi jika tidak terdapat sel yang nilai harapannya kurang dari 70% sehingga  $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar sampel adalah balita dengan jenis kelamin perempuan sebesar (60%). Untuk klasifikasi umur, sebagian besar sampel adalah balita dengan umur 3-4 tahun sebesar (42,5%). Untuk pendidikan Ayah, sebagian besar responden dengan pendidikan ayah adalah SMA/SMK sebesar (50,0%). Untuk pendidikan Ibu, sebagian besar responden dengan pendidikan ibu adalah SMA/SMK sebesar (50,0%). Untuk pekerjaan ayah, sebagian besar responden

dengan pekerjaan ayah adalah karyawan swasta sebesar (30,0%). Untuk pekerjaan Ibu, sebagian besar responden dengan pekerjaan ibu adalah mengurus rumah tangga sebesar (92,5%). Untuk status gizi berat badan balita yang mengalami kenaikan setelah diberikan edukasi yaitu sebesar (50,0%).

Pada penelitian ini sebelum diberikan edukasi terlebih dahulu dilaksanakan *pretest* menggunakan kuisioner secara virtual, kemudian setelah itu diberikan edukasi isi piringku dengan metode virtual. Edukasi ini diberikan 2 kali sebulan kepada sampel balita gizi kurang, dimana edukasi ini dikirim di grup WhatsApp dalam bentuk *power point*, sedangkan pada sampel balita gizi normal tidak diberikan perlakuan. Edukasi isi piringku diberikan selama 3 bulan.

## Pembahasan

### Pemberian Edukasi Isi Piringku

Edukasi gizi bertujuan untuk merubah perilaku seseorang menjadi baik. Edukasi ini diberikan dua kali (selama 3 bulan). Edukasi dilakukan dengan cara *virtual* dikirim ke grup *whatsApp* dalam bentuk *power point*. Pada sampel balita gizi kurang, sedangkan pada sampel balita gizi normal tidak diberikan intervensi.

Edukasi diberikan pada orang tua/wali balita gizi kurang yakni tentang Isi Piringku. Hasil penelitian pada tingkat pengetahuan orang tua/wali balita sebelum diberikan edukasi yaitu kurang sebesar (97,5%) dan yang baik sebesar (2,5%), sedangkan hasil penelitian pada tingkat pengetahuan orang tua balita setelah diberikan edukasi mengalami peningkatan yaitu sebesar (35%) dapat dilihat pada tabel 10. Hasil uji statistik *Chi Square* diperoleh nilai  $p = 0,144$  hal tersebut menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh pemberian edukasi isi piringku terhadap tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh orang tua/wali balita, hal ini disebabkan karena pemberian edukasi yang tidak efektif.

Pemberian edukasi dengan memanfaatkan media online ini tentunya menjadikan banyak hal yang tidak dapat terkontrol, salah satunya kurangnya partisipatif secara emosional dari peneliti karena tidak bertemu langsung atau sekedar menyampaikan materi dari tujuan penelitian

ini, sehingga masih ada kemungkinan responden kurang memperhatikan materi yang diberi. Penelitian yang dilakukan oleh Sari, Widardo & Cahyato, 2019 di Desa Sambirejo, Mantingan Ngawi, pemberian edukasi gizi kepada ibu balita dengan metode penyuluhan dapat diterima atau terdapat pengaruh terhadap tingkat pengetahuan ibu balita pola makan balita di Desa Sambirejo, Kecamatan Mantingan, Kabupaten Ngawi secara signifikan (nilai  $p = 0,001$ ). Informasi yang diberikan pada responden dengan metode penyuluhan dapat dimengerti karena setiap responden akan mudah mencermati jika terdapat interaksi secara langsung oleh pemateri dan responden. Dalam hal ini dianggap efisien dan lebih bersifat mudah dipahami efektif untuk mengubah pandangan sasaran yang akan di intervensi.

### Perubahan Berat Badan

Perubahan berat badan dalam penelitian ini dilihat dari penimbangan awal pada bulan Januari 2021 dengan data yang diperoleh dari Puskesmas dan penimbangan akhir dilakukan pada tanggal 13-14 April 2021. Dengan selang waktu kurang lebih 3 bulan.

Sebagaimana penjelasan diatas bahwa pemberian edukasi berjalan selama 72 hari atau kurang lebih 3 bulan. Hasil penelitian ini terlihat bahwa dari 40 sampel menunjukkan sampel dengan perubahan berat badan yang mengalami kenaikan sebesar (50%). Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh edukasi dengan perubahan berat badan balita dengan dengan nilai ( $p = 0,0573 > 0,05$ ).

Perilaku makan merupakan suatu respon perilaku yang berhubungan dengan makanan yang dikonsumsi mencakup jenis dan jumlah makanan, faktor tersebut akan mempengaruhi gaya hidup yang akan ditunjukkan dengan perilaku makan yang pada akhirnya terhadap perubahan berat badan. Kelemahan penelitian yaitu pada saat pemantauan asupan, tidak ada respon dari ibu balita dalam mengirimkan foto makanan yang diberikan pada anak sebelum dan setelah diberikan edukasi sehingga peneliti tidak bisa melihat asupan apakah edukasi yang diberikan telah diterapkan di kehidupan sehari-hari atau tidak.

**KESIMPULAN DAN SARAN****Kesimpulan**

1. Tingkat pengetahuan ibu balita sebelum diberikan edukasi yaitu kurang sebesar (32,5%) dan baik sebesar (67,5%).
2. Perubahan berat badan sebagian besar adalah naik sebanyak 30 balita (75,9%).
3. Hasil uji menggunakan uji Chi Square menunjukkan, tidak adanya pengaruh edukasi terhadap pengetahuan ibu balita ditunjukkan dengan nilai  $p < 0,144$ .

**Saran**

1. Untuk ibu responden atau keluarga reponden perlu menerapkan pengetahuan tentang isi piringku yang telah dimiliki agar tercipta sikap gizi seimbang.
2. Bagi peneliti lain dalam pemberian edukasi perlu memanfaatkan waktu yang singkat agar sasaran dapat memahami edukasi yang diberikan dan memanfaatkan media yang menarik agar sasaran bersemangat mengikuti kegiatan edukasi misalnya poster bergambar yang menarik
3. Untuk Puskesmas khususnya petugas gizi dan semua pihak yang terkait untuk memberikan informasi atau melakukan konseling kepada ibu balita tentang pentingnya asupan zat gizi balita dalam upaya meningkatkan status gizi.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Afriyani, R. (2019). FAKTOR RESIKO GIZI KURANG PADA BALITA USIA 1-3 TAHUN. *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 11.
- Alamsyah, D., & dkk. (2017). Beberapa Faktor Risiko Gizi Kurang dan Gizi Buruk. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 2 (1), 54-62.
- Barus, R. A. (2017). *Pengertian edukasi, Macam-macam edukasi, dan manfaatnya bagi manusia*. Dipetik November 12, 2020, dari pengertian edukasi macam-macam
- BPOM. (2013). PEDOMAN PANGAN JAJANAN ANAK SEKOLAH UNTUK. 23.
- Chimuk, A. (2019). *Pendidikan dan pelatihan gizi*. Dipetik November 20, 2020, dari Pendidikan\_dan\_pelatihan\_gizi:
- Depkes. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Gizi, D. B. (2014). PEDOMAN GIZI SEIMBANG.
- Izwardy, D., Thahah, A. R., & Astuti, M. (2014). PEDOMAN GIZI SEIMBANG.
- Junita, D., & Wulansari, A. (2020). Media Pendidikan Gizi dalam Mengenali dan Mengatur Makanan Cegah Balita Gizi Kurang. *Jurnal Abdimas Kesehatan*, 2 (2).
- Kemendes. (2013). AKG. Jakarta: Jenderal Bina Gizi dan KIA.
- Kemendes. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KIA.
- Kemendes, 2. (2018). Riset Kesehatan dasar.
- Kurnia, J., Marlenywati, & Ridha, A. (2019). FAKTOR-FAKTOR RISIKO YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN GIZI BURUK DAN KURANG PADA BALITA. *JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT KHATULISTIWA*.
- Kurniasih, Hilmansyah, & Dede. (2010). *Sehat dan Bugar Berkat Gizi Seimbang*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Madhiah, A., Riyanti, R., & Marlina. (2020). EFEKTIFITAS PENYULUHAN DAN MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP. *Jurnal Kesehatan Global*, 3 (1), 18-25.
- Masyudi, Arliati, N., & Usman, S. (2020). PENGARUH PENYULUHAN DENGAN METODE CERAMAH DAN MEDIA LEMBAR BALIK TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU BALITA GIZI KURANG DI PUSKESMAS KRUENG BARONA JAYA. 3 (1), 40-49.
- Ngoma, D. N., Adu, A. A., & Odo, D. O. (2019). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN GIZI KURANG PADA BALITA DI KELURAHAN OESAPA KOTA KUPANG. *Media Kesehatan Masyarakat*, 1 (2), 76-84.
- Norfai, & Abdullah. (2019). Program Kemitraan Edukasi Tentang Slogan "Isi Piringku" Dalam Aspek. 22-29.
- Notoadmojo, S. (2010). *Metologi Riset Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- P Ardianto, d. M. (2019, Maret 04). *SOSIALISASI GERMAS "ISI PIRINGKU"*. Dipetik November 12,

- 2020, dari Promkes-Isi-Piringku-docx:
- Sari, A. S., Widardo, & Cahyanto, B. E. (2019). PENGARUH PENYULUHAN GIZI TERHADAP PENGETAHUAN IBU TENTANG POLA MAKAN BALITA DI DESA SAMBIREJO KECAMATAN MANTINGAN KABUPATEN NGAWI. *Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 7 (1).
- Simanjuntak, B. Y., & Wahyudi, A. (2019). PENINGKATAN PENGETAHUAN SISWA MENGGUNAKAN APLIKASI "ISI PIRING AMBO" SEBAGAI UPAYA PENERAPAN GIZI SEIMBANG. *JURNAL PENGAMAS KESEHATAN SASAMBO*, 1 (2), 2715-0496.
- Soekirman. (2000). *Ilmu Gizi Dan Aplikasinya*. Jakarta .
- Sulistyoningsih. (Jakarta). *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. 2012: Graha Media.
- Syarifah, L., Mardjan, & Budiastutik, I. (2014). HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU. *Jurnal Mahasiswa dan Peneliti Kesehatan* .
- Utami, Ummairah Putri;. (2019). Iptek ISI PIRINGKU.
- World Health Organization. (2017). *STATE OF HEALTH INEQUALITY*

Tabel 1.  
Karakteristik Sampel dan Responden

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	16	40,0
Perempuan	24	60,0
Total	40	100,0

(Sumber: Data Primer, 2021)

Tabel 2.  
Umur Pada Balita Gizi Kurang dan Balita Normal Tahun 2021

Umur	n	%
1-2 tahun	10	25,0
2-3 tahun	13	32,5
3-4 tahun	17	42,5
Total	40	100,0

(Sumber: Data Primer, 2021)

Tabel 3.  
Pendidikan Ayah Pada Balita Gizi Kurang dan Balita Normal

Pendidikan Ayah	n	%
SD	5	12,5
SMP	11	27,5
SMA/SMK	20	50,0
D3	1	2,5
S1	2	5,0
S2	1	2,5
Total	40	100,0

(Sumber: Data Primer, 2021)

Tabel 4.  
Pendidikan Ibu Pada Balita Gizi Kurang dan Balita Normal

Pendidikan Ibu	n	%
SD	3	7,5
SMP	12	30,0
SMA/SMK	22	55,0
D1	2	5,0
S1	1	2,5
Total	40	100,0

(Sumber: Data Primer, 2021)

Tabel 5.  
Pekerjaan Ayah Pada Balita Gizi Kurang dan Balita Normal

<b>Pekerjaan Ayah</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
PNS/TNI/Polri	2	5,0
Karyawan swasta	12	30,0
Pedagang	2	5,0
Petani	1	2,5
Sopir	7	17,5
Buruh	10	25,0
Tidak bekerja	2	5,0
Lain-lain	4	10,0
Total	40	100,0

(Sumber: Data Primer, 2021)

Tabel 6.  
Pekerjaan ibu Pada Balita Gizi Kurang dan Balita Normal

<b>Pekerjaan Ibu</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
IRT	37	92,5
Karyawan swasta	3	7,5
Total	40	100,0

(Sumber: Data Primer, 2021)

Tabel 7.  
Status Gizi Balita Setelah Diberikan Edukasi

<b>Kategori</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Naik	30	75,0
Tidak Naik	10	25,0
Total	40	100,0

(Sumber: Data Primer, 2021)

Tabel 8.  
Berat Badan Pada Balita Gizi Kurang dan Balita Normal

Variabel	N	%	Min (-)	Max (+)	z	p	Std Dev	Mean	T score
<b>Kategori</b>									
<b>Naik</b>	30	75, 0							
<b>Tidak naik</b>	10	25, 0	7	16	0,7 83	0,57 3	1965	10,81	54,5
<b>Total</b>	40	100 ,0							

(Sumber: Data Primer, 2021)

Tabel 9.  
Tingkat Pengetahuan Orang Tua Pada Balita Gizi Kurang dan Balita Normal  
Setelah Di Berikan Edukasi

Kategori	n	%
Kurang	13	32,5
Baik	27	67,5
Total	40	100,0

(Sumber: Data Primer, 2021)

Tabel 10.  
Tingkat Pengetahuan Orang Tua Pada Balita Gizi Kurang dan Balita Normal

Pengetahuan orang tua	n	Min(-)	Max(+)	z	p
<b>Sebelum</b>	40	4	9	0,18	0,144
<b>Sesudah</b>	40				

(Sumber: Data Primer, 2021)