

Volume 16
Maret

Nomor 1
2023

Journal *Nasuwakes*



**POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN ACEH**



NASUWAKES

Jurnal Kesehatan Ilmiah

NASUWAKES
Jurnal Ilmiah Kesehatan
Volume 16, Nomor 1, Februari 2023

Penanggung Jawab
Cut Aja Nuraskin

Manager
Nora Usrina,

Diterbitkan Oleh:
Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh

Alamat Redaksi
Jalan Soekarno - Hatta, Lagang, Kecamatan Darul Imarah Kecamatan Aceh Besar
Website: www.poltekkesaceh.ac.id
Email: nasuwakes@poltekkesaceh.ac.id
Contact: Alrizki Istighfar Ekatama Hidayat 0852 7717 2978

Editorial Team

CHIEF IN EDITOR

Dr. drg. CUT AJA NURASKIN (Poltekkes Kemenkes Aceh)

ASSOCIATE EDITOR

Dr. Ns. Lilin Rosyanti, S.Kep, M.Kep (Poltekkes Kemenkes Kendari)

Ferdi Riansyah, S, Tr, Kep., M.K.M., Ns (Universitas Bina Bangsa Getsempena)

Mhd. Hidayatullah, SKM., MKM (Universitas Abulyatama)

Yeni Rimadeni, SKM, M.Si (Poltekkes Kemenkes Aceh)

REVIEWER

Prof. Dr. Heru Santoso Wahito Nugroho, CPMC (Poltekkes Kemenkes Surabaya)

Ns. Hidayat Arifin, S.Kep, M.Kep (Universitas Padjajaran Bandung)

Dr. Irma Seriana, SST, M.Keb (Poltekkes Kemenkes Aceh)

Dr. Teuku Tahlil, S.Kp, M.S, Ph.D (Universitas Syiah Kuala)

Dr. Syamsul Firdaus, S.Kp, M.Kes (Poltekkes Kemenkes Banjarmasin)

Dr. Aripin Ahmad, S.SiT, M.Kes (Poltekkes Kemenkes Aceh)

Dr. Dewi Marianthi, M.Kep, Sp.Mat (Poltekkes Kemenkes Aceh)

Dr. T. Salfiadi, M.Pd (Poltekkes Kemenkes Aceh)

Dr. Wirdahayati, M.Kep, Sp.Kom (Poltekkes Kemenkes Aceh)

EDITORIAL OFFICER

Agus Hendra SKM., MPH (Poltekkes Kemenkes Aceh)

Nora Usrina S. SST., MKM (Poltekkes Kemenkes Aceh)

Mahruri. Ns. S. Kep. M. Kep, Universitas Bina Bangsa Getsempena, Indonesia

Eridha Putra. Ns. S. Kep. M. Kep, Universitas Bina Bangsa Getsempena, Indonesia

Fitra Rahmadani, Universitas Bina Bangsa Getsempena, Indonesia

ADMIN

Alfiandi, S.STr, T (Poltekkes Kemenkes Aceh)

Alrizki Istighfar Ekatama Hidayat, A.Md (Poltekkes Kemenkes Aceh)

Nasrullah, S.Kom (Poltekkes Kemenkes Aceh)

SEKRETARIAT

Nonong Hanis, SST, MKM (Poltekkes Kemenkes Aceh)

Thaila Nensis, SST (Poltekkes Kemenkes Aceh)

Zahratul Husna, Amd.Keb (Poltekkes Kemenkes Aceh)

PENGANTAR PENYUNTING

Puji syukur kita panjatkan kehadiran Allah SWT, atas rahmat-Nya maka Jurnal Ilmiah Kesehatan NASUWAKES, Poltekkes Kemenkes Aceh, Volume 16 Nomor 1, Februari 2023 dapat diterbitkan. Dalam volume kali ini, Jurnal Ilmiah Kesehatan NASUWAKES menyajikan 10 tulisan yang bias dilihat pada bagian daftar isi

Jurnal Ilmiah Kesehatan NASUWAKES merupakan jurnal ilmiah di bidang kesehatan masyarakat yang diterbitkan secara berkala 2 (tiga) kali dalam setahun oleh Poltekkes Kemenkes Aceh. Jurnal Ilmiah Kesehatan NASUWAKES kembali mengundang berbagai ilmuwan dari berbagai lembaga pendidikan tinggi maupun peneliti untuk memberikan sumbangan ilmiahnya dalam bentuk artikel ilmiah dari hasil penelitian, laporan/studi kasus, kajian/tinjauan pustaka di bidang kesehatan masyarakat dalam rangka mengatasi permasalahan kesehatan masyarakat yang semakin kompleks.

Redaksi sangat mengharapkan masukan-masukan dari para pembaca dan professional bidang kesehatan masyarakat untuk peningkatan kualitas jurnal dan berharap semoga artikel-artikelyang termuat dalam Jurnal Ilmiah Kesehatan NASUWAKES bermanfaat dalam pengembangan ilmu di bidang kesehatan masyarakat.

Akhirnya Redaksi berharap semoga jurnal edisi kali ini dapat menjadi warna tersendiri bagi bahan literature bacaan bagi kita semua yang peduli terhadap dunia pendidikan.

Banda Aceh, Februari2023

Pimpinan Redaksi

DAFTAR ISI

	Hlm.
Susunan Pengurus	i
Editorial Team	ii
Pengantar Penunting	iii
Daftar Isi	iv
Kebiasaan Makan dan Kejadian Anemia pada Santriwati Pesantren di Kota Banda Aceh, Aceh, Indonesia	1
Konseling Gizi Terhadap Asupan Makanan Sumber Indeks Glikemik Dan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di RSUD Cut Meutia Kabupaten Aceh Utara	10
Kualitas Organoleptik Nugget dengan Penambahan Labu Kuning (<i>Cucurbita maschata</i>)	20
Pengaruh Status Gizi dan Status Anemia terhadap Prestasi Belajar Siswa SD Negeri 2 Aceh Tamiang	29
Asupan Serat dan Cairan terhadap Konstipasi pada Masyarakat Lanjut Usia di Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar	38
Efektifitas Penyuluhan Dengan Menggunakan Media Lembar Balik Dan <i>Powerpoint</i> Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di SMAN 11 Banda Aceh	48
Pemberian Makanan Pendamping Asi (MP-ASI) Berhubungan Dengan Status Gizi Bayi	56
Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Keluarga Kecamatan Pasie Raja	63
Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Dalam Menghadapi Wabah Covid-19 (<i>Corona Virus Disease-19</i>) Di Desa Karang Anyar Kecamatan Langsa Baro Kota Langsa	70
Literatur Review : Hubungan Pemberian MP-ASI Dengan Status Gizi Pada Baduta	75



Kebiasaan Makan dan Kejadian Anemia pada Santriwati Pesantren di Kota Banda Aceh, Aceh, Indonesia
Eating habits and the incidence of anemia in Islamic boarding school students in Banda Aceh, Aceh Indonesia

Jufiza Putri^{1*}, Aripin Ahmad²

¹ Proram Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh, Aceh, Indonesia. E-mail: jufiza99@gmail.com

² Dosen Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh, Aceh, Indonesia.

*Email : jufiza99@gmail.com

Received date: 04 January 2023	Revised date: 28 January 2023	Accepted date: 28 February 2023
-----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

Abstrak

Remaja putri merupakan kelompok berisiko lebih tinggi terkena anemia disebabkan factor fisiologis siklus menstruasi, pola makan yang tidak sehat dan perilaku hidup yang tidak sehat. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan pola makan, keragaman konsumsi, dan kebiasaan sarapan pagi dengan kejadian anemia pada santriwati pondok pesantren. Desain cross-sectional study pada 142 santriwati di Pondok Pesantren di Kabupaten Aceh Besar, dilakukan pada bulan Mei 2021. Data pola makan dikumpulkan dengan metode food frequency questionnaire (FFQ), keragaman konsumsi menggunakan metode Individual dietary diversity score (IDDS), dan kebiasaan sarapan pagi dengan metode *food recall*. Data kadar haemoglobin dikumpulkan dengan alat *Easy touch*, anemia bila kadar Hb < 12 g/dL. Analisis data dilakukan dengan uji Chi-square test pada tingkat kepercayaan 95%. Hampir setengah dari santriwati memiliki pola makan dengan kategori cukup (42,5%), 95,1% konsumsi beragam, dan 78,2% sarapan setiap pagi. Hasil analisis bivariat menunjukkan ada hubungan signifikan pola makan, keragaman konsumsi dan kebiasaan sarapan pagi dengan anemia ($p=0,025$, $p=0,003$ dan $p=0,025$). Pola konsumsi makan, keragaman dan sarapan pagi berpengaruh signifikan terhadap kejadian anemia pada santriwati, perlu upaya untuk meningkatkan pola makan pada santriwati terutama yang tinggal secara boarding melalui perbaikan menu makanan dan edukasi gizi seimbang pada Santriwati di Pondok Pesantren untuk mencegah anemia.

Kata kunci: anemia; kebiasaan makan; pesantren; sarapan pagi; santriwati

Abstract

Adolescent girls are a group at higher risk of anemia due to physiological factors of the menstrual cycle, unhealthy eating patterns and unhealthy living behavior. This study aims to analyze the relationship between diet, consumption diversity, and breakfast habits with the incidence of anemia in Islamic boarding school students. Cross-sectional study design on 142 female students at Islamic boarding schools in Aceh Besar district, conducted in May 2021. Dietary data were collected using the food frequency questionnaire (FFQ), dietary diversity using the Individual Dietary Diversity Score (IDDS) method, and morning suggestions using the food recall method. Hemoglobin level data was collected using *Easy touch*, anemia if Hb level < 12 g/dL. Data analysis was carried out by using the Chi-square test at a 95% confidence level. The results of the study, almost half of the female students had an adequate diet (42.5%), 95.1% varied consumption, and 78.2% breakfast every morning. The results of the bivariate analysis showed that there was a significant relationship between eating patterns, dietary diversity and breakfast habits with anemia ($p=0.025$, $p=0.003$, and $p=0.025$). Dietary consumption patterns, diversity and breakfast have a significant effect on the incidence of anemia in female students, it is necessary to make efforts to improve the diet of female students, especially those who live boarding through improving food menus and education on balanced nutrition for female



students at Islamic boarding schools to prevent anemia.

Keywords: *Anemia, eating habits, breakfast, female students, Islamic boarding school*

PENDAHULUAN

Menurut laporan dari World Health Organization (WHO) tahun 2015 diketahui bahwa 2 milyar orang di dunia berstatus anemia. Sedangkan Indonesia yang merupakan salah satu negara berkembang juga mengalami hal tersebut (1). Data Riskesdas 2013 menyatakan bahwa prevalensi anemia defisiensi besi pada remaja perempuan sebesar 22.7 %, sedangkan pada remaja laki-laki sebesar 12.4 % Prevalensi anemia dunia berkisar 50-80%. Diketahui pula bahwa prevalensi anemia pada remaja putri (usia 15-19 tahun) sebesar 26,5% (2). Pada Tahun 2015 prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia berada pada angka 18,22%. Sementara target dari Kementerian Kesehatan yaitu 30%. Ini menandakan bahwa masih banyak terdapat remaja yang menderita anemia khususnya usia 15-21 tahun dalam (3).

Hasil Survey PSG tahun 2018 di Aceh menunjukkan secara data prevalensi Proporsi Remaja putri usia 12 – 18 tahun yang mendapatkan TTD sebesar 17,5%, keadaan ini jika dibandingkan dengan hasil PSG 2016 (24,7%), terjadi penurunan sebesar 7,2%. Namun dikarenakan sampel yang diperoleh dalam menentukan remaja putri ini sangat sedikit (80 sampel) sehingga tidak dapat menggambarkan prevalensinya menurut kabupaten/kota. Namun defisiensi besi

di Indonesia tahun 2011 pada remaja putri yaitu 31,1%. Menurut laporan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013, prevalensi anemia usia 13-18 tahun yaitu 23,9% (4).

Ada beberapa faktor yang menjadi penyebab anemia antara lain ialah sosial ekonomi (5,6). Hasil penelitian Hasyim tahun 2018 menyatakan bahwa remaja dengan ekonomi rendah lebih berisiko terjadinya anemia bila dibandingkan dengan ekonomi yang lebih tinggi (7). Kecukupan asupan mikronutrien juga menjadi faktor utama, asupan vitamin A merupakan mikronutrien yang paling berhubungan terhadap peningkatan kadar hemoglobin. Zat besi dan asam folat juga dapat meningkatkan kadar hemoglobin (8).

METODE

Penelitian ini merupakan studi penelitian analitik deskriptif dengan desain *Cross Sectional* yang menelaah hubungan antara anemia dan pola makan dengan kejadian *anemia* pada remaja putri. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei tahun 2021 di Dayah Madinatul Fata dan Dayah Liwaul Mukhlisin Aceh Besar.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santriwati pondok pesantren. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan teknik



probability sampling yaitu *proportional stratified Random Sampling* dengan menggunakan rumus berikut ini. serta memenuhi kriteria sampel sebagai berikut: Kriteria inklusi, yaitu; usia sampel 12 – 21 tahun, sedangkan kriteria eksklusi adalah; tidak dalam kondisi menstruasi, tidak dalam keadaan sakit, tidak sedang puasa dan diet. Besar sampel 142 santriwati, ditentukan dengan rumus Lameshow (1998):

$$n = \frac{Z^{2(1-\alpha/2)} * p * (1 - p)}{d^2}$$

Keterangan:

n = jumlah sampel/jumlah responden

$Z^{2(1-\alpha/2)}$ = score pada $1-\alpha/2$ tingkat kepercayaan (1,96)

p = estimasi proporsi (prevalensi anemia pada remaja 23,9% Riskesdas, 2013)

d = presisi 5% (0.05)

Keragaman konsumsi dalam penelitian ini ialah pengaturan jumlah dan jenis makanan kaya sumber Fe. Pola makan merupakan gambaran mengenai frekuensi, macam, dan model bahan makanan yang dikonsumsi setiap hari, dalam penelitian ini terdapat dua kategori dari pola makan yaitu baik dan tidak baik. Kebiasaan sarapan pagi ialah pengaturan jadwal konsumsi makanan di pagi hari dari pukul 06.00 sampai 10.00. dengan pengelompokan iya atau tidak.

Untuk data sekunder berupa pola makan, keragaman konsumsi dan

sarapan pagi diperoleh dari hasil kuesioner dan wawancara. Sedangkan data anemia diperoleh dari hasil pengecekan Hb menggunakan alat berupa *easy touch*. Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan SPSS dengan teknik *probability sampling* yaitu *proportional stratified Random Sampling*.

Variabel independent dalam penelitian ini adalah Pola makan, keragaman Konsumsi dan kebiasaan sarapan pagi. Variabel dependent dalam penelitian ini adalah Anemia. Pengkategorian data diatas diantaranya pola makan dikategorikan menjadi baik dan tidak baik, keragaman konsumsi dikategorikan menjadi beragam dan tidak beragam, sarapan pagi dikategorikan menjadi iya dan tidak. Data anemia juga digolongkan menjadi anemia dan tidak anemia.

Adapun anemia merupakan kadar hemoglobin dibawah kategori yang berdasarkan kadar Hb (gr/dl) pada remaja usia 14 tahun. Daftar pertanyaan dibuat secara berstruktur dengan bentuk pertanyaan terbuka dan pilihan berdasarkan kesesuaian kejadian. Data pola makan diperoleh dari form FFQ (9), data keragaman diperoleh dari *Food Recall* dan IDDS (10) dan data kebiasaan sarapan pagi dikumpulkan melalui form food recall (11). Untuk pengumpulan data kadar Hb menggunakan alat berupa *easy touch* (12).

Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan SPSS. Untuk mengetahui pengaruh pola makan,



sarapan pagi dan keragaman konsumsi terhadap prevalensi anemia pada santriwati pondok pesantren. dilakukan pengujian statistik dengan uji Chi-Square pada tingkat kemaknaan 95% ($\alpha < 0,05$).

Hasil

Analisis Univariat

Responden penelitian ialah santriwati pondok pesantren yang berjumlah 142 orang. Karakteristik responden meliputi umur, pendidikan orang tua, pendapatan orangtua, jumlah anggota keluarga dan status gizi.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	Jumlah (n)	Percent (%)
Kategori Umur (Tahun)		
Fase Awal (12-15 Tahun)	54	38,0
Fase Madya (15-18 Tahun)	24	16,9
Fase Akhir (19-21 Tahun)	64	54,1
Pekerjaan Ayah		
Bekerja	131	92,3
Tidak Bekerja	11	7,7
Pendidikan Ayah		
Tamat SD/MI	12	8,5
SMP/SMA	76	53,5
Perguruan Tinggi/Sarjana	54	38,0
Pekerjaan Ibu		
Bekerja	50	35,2
Ibu Rumah Tangga	92	64,8
Pendidikan Ibu		
Tamat SD/MI	13	9,2
SMP / SMA	94	66,2
Perguruan Tinggi/Sarjana	35	24,6
Jumlah Keluarga		
≥4 orang	106	74,6
<4 orang	36	25,4
Pendapatan Keluarga		
Tinggi	61	43,0
Rendah	81	57,0

Variabel	Jumlah (n)	Percent (%)
Status Gizi (IMT)		
Kurang	25	17,6
Normal	70	49,3
Gemuk	21	14,8

Tabel 2. Pola makan, keragaman konsumsi dan kebiasaan sarapan pagi

Variabel	Jumlah (n)	Percent (%)
Pola makan		
Baik	24	16,9
Cukup	60	42,3
Kurang	68	40,8
Keragaman konsumsi (IDDS)		
Beragam	135	95,1
Tidak Beragam	7	4,9
Kebiasaan sarapan pagi		
Ya	111	78,2
Tidak	31	21,8

Pola makan dengan cakupan baik adalah modal utama untuk mencegah anemia pada remaja putri, selain itu keragaman konsumsi dan sarapan pagi juga ikut andil dalam menghambat kejadian anemia. Hasil penelitian yang merupakan variabel independen menunjukkan bahwa variabel pola makan santriwati sebagian besar santriwati berada pada katagori cukup dengan persentase 42,3%. Untuk variabel keragaman konsumsi, hasil yang diperoleh ialah santriwati lebih banyak yang mengkonsumsi makanan yang beragam yaitu 95,1%. Pada variabel kebiasaan sarapan pagi diperoleh hasil bahwa kebanyakan santriwati telah membiasakan sarapan pagi dengan persentase sebanyak 78,2%.

Analisis Bivariat

Tabel 3. Pola makan, keragaman konsumsi dan kebiasaan sarapan pagi

Variabel	Kejadian Anemia			
	Tidak anemia		Anemia	
	n	%	n	%
Pola Makan				
Baik	23	95,8	1	4,2
cukup	50	83,3	10	16,7
kurang	41	70,7	17	29,3
Keragaman konsumsi				
Beragam	112	83,0	23	17,0
Tidak	2	28,6	5	71,4
Kebiasaan Sarapan Pagi				
Ya	94	84,7	17	15,3
Tidak	20	64,5	11	35,5

Hubungan pola makan dengan anemia

Berdasarkan hasil uji *chi square test* dapat dilihat sebagian besar sampel tidak mengalami anemia dengan kategori pola makan cukup yaitu 50 orang (83,3%). Dari hasil tersebut didapati bahwa adanya hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian anemia ditandai dengan $p < 0.025$.

Hubungan sarapan pagi dengan anemia

Berdasarkan hasil uji *chi square test* dapat dilihat bahwa 84,7% tidak mengalami anemia dengan pembiasaan sarapan pagi. Maka hasil ini menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan pagi dengan kejadian anemia yang ditandai dengan nilai signifikansi $p < 0.025$.

Hubungan keragaman konsumsi dengan anemia

Dari hasil uji *chi square test* dapat dilihat bahwa sebanyak 83,0% tidak mengalami anemia dengan

kategori konsumsi yang beragam. Maka hasil tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara keragaman konsumsi dengan kejadian anemia pada santriwati dengan signifikansi $p < 0.003$.

PEMBAHASAN

Adanya hubungan antara pola makan, dengan kejadian anemia pada santriwati pondok pesantren. Selain itu santriwati yang memiliki pola makan baik hanya berisiko 0,363 kali mengalami anemia. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (13) dimana terdapat hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Pada penelitiannya Tiaki (2017) diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,026. Menurut peneliti hasil penelitian ini memiliki hubungan antara pola makan dengan anemia disebabkan oleh pola makan merupakan gambaran mengenai frekuensi, macam dan model bahan makanan yang dikonsumsi tiap hari. Pola makan yang dianjurkan adalah makanan dengan gizi seimbang.

Santriwati dengan keragaman konsumsi yang beragam memiliki risiko sebesar 0,082 kali mengalami anemia, hal ini menunjukkan bahwa dengan makanan yang beragam santriwati mampu mencegah kejadian anemia. dimana ini menunjukkan bahwa hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Olumakaiye (2013) dengan judul *adolescent girls with low dietary diversity score are predisposed to iron deficiency in*



southwestern nigeria. Dimana hasil penelitian ini, remaja dengan IDDS rendah berada pada risiko yang lebih tinggi untuk kekurangan zat besi yang menjadi salah satu penyebab terjadinya anemia. Menurut peneliti keragaman konsumsi berhubungan dengan anemia disebabkan oleh perilaku konsumsi remaja putri terhadap bahan makanan. Pada masa ini remaja mulai memilih makanan yang disukai dan tidak disukai (15). Pemilihan makanan remaja biasanya tidak didasarkan pada kandungan gizinya, melainkan didasarkan pada kesenangan dan kegiatan sosialisasi agar tidak kehilangan status (16).

Selain itu santriwati dengan kebiasaan sarapan pagi berisiko 0,329 kali mengalami anemia. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dari (17) yang mana menunjukkan adanya hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dengan kejadian anemia pada anak sekolah. Dari 83 murid, 58 murid (69,9%) memiliki kebiasaan makan pagi dan 74 murid (89,2%) yang tidak anemia. Menurut peneliti, santriwati yang memiliki kebiasaan sarapan pagi lebih cenderung tidak mengalami anemia. Sarapan pagi memiliki kontribusi penting bagi santriwati dalam membantu proses belajar yang akan dijalani disepanjang harinya.

Pada masa remaja, kebutuhan zat besi semakin meningkat karena pertumbuhan yang pesat. Untuk meningkatkan penyerapan zat besi, kadar feritin menurun. Selain itu,

permulaan menstruasi pada anak perempuan menyebabkan penurunan kadar feritin. Kebiasaan makan yang tidak teratur dan rendahnya konsumsi makanan sumber hewani berkontribusi terhadap berkembangnya anemia (18,19).

Kebiasaan makan adalah rakitan-rakitan dari bermacam-macam segi yang bersifat multidimensional. Kebiasaan makan adalah berupa apa, oleh siapa, untuk siapa, kapan, dan bagaimana makanan siap di atas meja untuk disantap. Cara seseorang atau kelompok memilih dan memakannya sebagai tanggapan terhadap pengaruh fisiologis, psikologis, budaya, dan sosial juga disebut kebiasaan makan (20–22).

Kebiasaan makan remaja dibentuk oleh orang tua sejak kecil dan dipengaruhi oleh banyak faktor (23,24). Ini termasuk harga, teman sebaya, ajaran orangtua, ketersediaan makanan, pilihan makanan, keyakinan, kepercayaan diri, dan budaya, media masa, penampilan fisik, kegiatan sosial, dan aktivitas di luar rumah. Remaja cenderung menyukai makanan asin, gurih, dan pedas, seperti makanan cepat saji yang mengandung banyak natrium. Beberapa faktor, seperti lingkungan alam, lingkungan sosial, lingkungan agama, dan lingkungan budaya, dapat memengaruhi kebiasaan makan seseorang. Anemia lebih sering terjadi pada remaja putri. Pertama, remaja putri haid setiap bulan. Wanita yang haid lebih dari lima hari dikhawatirkan kehilangan besi,



sehingga membutuhkan lebih banyak besi daripada wanita yang haid hanya tiga hari atau sedikit, hal ini juga menjadi penyebab anemia pada remaja (25,26).

KESIMPULAN

Kesimpulan yang diperoleh dari hasil penelitian ini ialah sebagian besar santriwati memiliki pola makan dengan kategori cukup yaitu 84,2%, keragaman konsumsi sebagian besar santriwati dalam kategori kurang yaitu 86%, dan kebiasaan sarapan pagi sebagian besar yang dengan kategori cukup yaitu 56,1%. Santriwati Pondok Pesantren Madinatul Fata dan Liwaul Mukhlisin sebagian besar tidak mengalami anemia yaitu 80,3%. Dan terdapat hubungan yang bermakna antara ketiga variable dengan kejadian anemia.

SARAN

Melalui penelitian ini diharapkan kepada Santriwati Pondok Pesantren Madinatul Fata dan Liwaul Mukhlisin dapat memperhatikan gizi seimbang dalam menu makan sehari-hari, sehingga tidak hanya mengkonsumsi snack dan mie instant. Sebaiknya meningkatkan pola makan yang lebih baik, serta tetap mengkonsumsi makanan yang beragam dari berbagai sumber pangan dan juga membiasakan sarapan pagi yang mana sangat berpengaruh besar terhadap peningkatan kadar Hb dalam tubuh sehingga dapat mencegah terjadinya anemia.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sumarmi S. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Darul Ulum Peterongan Jombang. 2016;1(1).
2. Akib A, Sumarmi S. Kebiasaan Makan Remaja Putri yang Berhubungan dengan Anemia: Kajian Positive Deviance Food Consumption Habits of Female Adolescents Related to Anemia: A Positive Deviance Approach. *Amerta Nutrition*. 2017;1(2):105–16.
3. Saranani FF. Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Puteri di SMA Negeri 2 Unaaha Kabupaten Konawe Tahun 2018. 2018;1–73.
4. Poltekkes Kemenkes Aceh. Laporan Survey Pemantauan Status Gizi Provinsi Aceh. Hasil Status Masalah Gizi di Aceh. 2017;36.
5. Zulaekah S, Kusumawati Y, Nugraheni R, Astuti RAT. Hubungan Tingkat Sosial Ekonomi Keluarga dan Pengetahuan tentang Anemia dengan Perilaku Konsumsi FE Remaja. 2017;
6. Suryani L, Rafika R, Gani SIAS. Hubungan Pengetahuan dan Sosial Ekonomi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri SMK Negeri 6 Palu. *Jurnal Media Analisis Kesehatan*. 2020;11(1):19–26.
7. Hasyim DI. Pengetahuan, sosial ekonomi, pola makan, pola haid, status gizi dan aktivitas fisik dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah*.



- 2018;14(1):06–14.
8. Sahana ON, Sumarmi S. Hubungan asupan mikronutrien dengan kadar hemoglobin pada wanita usia subur (Wus). *Media Gizi Indonesia*. 2015;10(2):184–91.
 9. R NB, Nelly M, Shirley K. Gambaran pola konsumsi makanan pada ibu hamil di kota Manado. *jurnal e-Biomedik*. 2016;4(2).
 10. Andadari DPPS, Mahmudiono T. Keragaman Pangan dan Tingkat Kecukupan Energi serta Protein Pada Balita. *Amerta Nutrition*. 2017;1(3):172.
 11. Syatriani S, Aryani A. Konsumsi Makanan dan Kejadian Anemia pada Siswi Salah Satu SMP di Kota Makassar. *Kesmas: National Public Health Journal*. 2010;4(6):251.
 12. Farida RN. Gambaran dan Determinan Anemia Pada Mahasiswi S-1 Reguler Fakultas Kesehatan Mahasiswi S-1 Reguler Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia Tahun 2012. Universitas Indonesia. 2012;
 13. Tiaki NKA. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Kelas XI di SMK N 2 Yogyakarta. Naskah Publikasi. 2017;10.
 14. Olumakaiye MF. Adolescent Girls With Low Dietary Diversity Score Are Predisposed to Iron Deficiency in Southwestern Nigeria. *Infant Child Adolesc Nutr*. 2013;5(2):85–91.
 15. Akib A, Sumarmi S. Kebiasaan Makan Remaja Putri yang Berhubungan dengan Anemia: Kajian Positive Deviance Food Consumption Habits of Female Adolescents Related to Anemia: A Positive Deviance Approach. *Amerta Nutrition*. 2017;1(2):105–16.16.
 16. Sirait AW. Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Anemia dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Kelas VIII di SMP Negeri 3 Lubuk Pakam. 2019;
 17. Tandirerung EU, Mayulu N, Kawengian SES. Hubungan Kebiasaan Makan Pagi Dengan Kejadian Anemia Pada Murid Sd Negeri 3 Manado. *Jurnal e-Biomedik*. 2013;1(1):53–8.
 18. Işık Balcı Y, Karabulut A, Gürses D, Ethem Çövüt I. Prevalence and Risk Factors of Anemia among Adolescents in Denizli, Turkey. *Iran J Pediatr*. 2012 Mar;22(1):77–81.
 19. Yunita FA, Parwatiningsih SA, Hardiningsih M, Yuneta AEN, Kartikasari MND, Ropitasari M. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri tentang Konsumsi Zat Besi dengan Kejadian Anemia Di SMP 18 Surakarta. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*. 2020;8(1):36–47.
 20. Ahmady A, Hapzah H, Mariana D. Penyuluhan Gizi dan Pemberian Tablet Besi terhadap Pengetahuan dan Kadar Hemoglobin Siswi Sekolah Menengah atas Negeri di Mamuju. *Jurnal Kesehatan Manarang*. 2017;2(1).
 21. Kussoy VFM, Kundre R, Wowiling F. Kebiasaan Makan Makanan Tinggi Purin dengan Kadar Asam Urat di Puskesmas. *Jurnal Keperawatan*. 2019;7(2).
 22. Romandani QF, Rahmawati T. Hubungan Pengetahuan Anemia dengan Kebiasaan Makan pada Remaja Putri di SMPN 237



- Jakarta. Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI). 2020;4(3):193–202.
23. Delvika Y, Mustafa K. Penyuluhan Pengaruh Makanan Instan Terhadap Pola Makan dan Kesehatan Remaja di Desa Manunggal. JURNAL PRODIKMAS Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat. 2017;2(1).
24. Hafiza D. Hubungan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi pada Remaja SMP YLPI Pekanbaru. Jurnal Medika Utama. 2020;2(01 Oktober):332–42.
25. Sharief SA, Azrida M. Kebiasaan Makan dan Kejadian Anemia. Jurnal Penelitian Kesehatan" SUARA FORIKES"(Journal of Health Research" Forikes Voice"). 2021;12:168–72.
26. Sholicha CA, Muniroh L. Hubungan Asupan Zat Besi, Protein, Vitamin C dan Pola Menstruasi dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di SMAN 1 Manyar Gresik. Media Gizi Indonesia. 2019;14(2):147–53.

Konseling Gizi Terhadap Asupan Makanan Sumber Indeks Glikemik Dan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di RSU Cut Meutia Kabupaten Aceh Utara

Nutrition Counseling on Intake of Food Sources Glycemic Index and Blood Sugar Levels in Patients with Type II Diabetes Mellitus at RSU Cut Meutia, North Aceh District

Marliana¹, Nunung Sri Mulyani^{2*}

¹ Proram Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh, Aceh, Indonesia.

² Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh, Aceh, Indonesia.

*Email : nunungsri.mulyani@poltekkesaceh.ac.id

Received date: 10 January 2023	Revised date: 03 February 2023	Accepted date: 28 February 2023
-----------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------

Abstrak

Diabetes Mellitus merupakan hiperglikemia kronis disertai kelainan metabolik akibat gangguan hormon disebabkan asupan makanan sumber indeks glikeik tinggi. Indeks glikemik merupakan konsep penting yang diajukan dalam memilih makanan yang sesuai bagi penderita diabetes mellitus. konseling gizi merupakan salah satu cara untuk mencegah naiknya kadar gula darah. Penelitian quasi eksperimen untuk melihat adanya pengaruh pemberian konseling gizi terhadap asupan makanan sumber indeks glikemik dan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus. Penelitian ini dilakukan pada juni – juli 2022 di rumah sakit Cut Meutia Lhokseumawe dengan jumlah 31 sampel sesuai dengan kriteria inklusi, Pengolahan data menggunakan uji Paired T Test. Rata rata asupan indeks glikemik sebelum konseling 117,2 kkal setelah konseling rata rata 114,9 kkal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Asupan sumber indeks glikemik Sebelum dan sesudah dilakukan konseling gizi dengan hasil p value = 0.006 ($P < 0.05$). pada kadar gula darah sebelum dan sesudah dilakukannya konseling gizi p value = 0.000 ($P < 0.05$). Ada hubungan signifikan antara pemberian Konseling gizi terhadap asupan indeks glikemik pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2, dan terdapat hubungan signifikan antara pemberian Konseling gizi terhadap Kadar Gula Darah pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. Disarankan agar penderita diabetes mellitus agar dapat menjaga asupan bahan makanan yang mengandung indeks glikemik yang tinggi untuk menghindari peningkatan kadar glukosa darah

Kata kunci : asupan indeks glikemik; kadar gula darah; konseling gizi

Abstract

Diabetes Mellitus is a chronic hyperglycemia accompanied by metabolic disorders due to hormonal disorders due to high intake of food sources of the glycemic index. The glycemic index is an important concept proposed in choosing the right food for



people with diabetes mellitus. Nutrition counseling is one way to prevent the increase in blood glucose levels. A quasi-experimental study to see the effect of providing nutritional counseling on the intake of food sources of the glycemic index and blood glucose levels in patients with diabetes mellitus. This research was conducted in June-July 2022 at Cut Meutia Hospital Lhokseumawe with a total of 31 samples according to the inclusion criteria. Data processing used the Paired T Test. The average intake of the glichemic index before counseling was 117.2 kcal after counseling the average was 114.9 kcal. The results showed that food intake was the source of the glucemic index before and after nutrition counseling with p value = 0.006 ($p < 0.05$). on blood glucose levels before and after nutritional counseling, p value = 0.000 ($P < 0.05$). There is a significant relationship between the provision of nutritional counseling to the intake of glycemic index in patients with Type 2 Diabetes Mellitus, and there is a significant relationship between the provision of nutritional counseling to blood glucose levels in patients with Type 2 Diabetes Mellitus. It is recommended that people with diabetes mellitus be able to maintain the intake of foodstuffs containing a high glycemic index to avoid increasing blood glucose levels.

Keywords: *glycemic index intake; blood glucose levels; nutrition counseling*

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus adalah keadaan hiperglikemia kronis yang disertai dengan kelainan metabolic akibat gangguan hormon (1,2). Diabetes mellitus (DM) merupakan suatu penyakit menahun yang ditandai dengan kadar glukosa darah (gula darah) melebihi normal yaitu kadar gula darah sewaktu sama atau lebih dari 200 mg/dl, dan kadar gula darah puasa di atas atau sama dengan 126 mg/dl selain itu, diabetes mellitus juga dikenal sebagai silent killer karena sering tidak disadari oleh penyandanginya dan saat diketahui sudahterjadi komplikasi (3).

International Diabetes Federation (IDF) menyebutkan bahwa prevalensi diabetes mellitus di dunia adalah 1,9% dan telah menjadikan diabetes mellitus sebagai penyebab kematian urutan ke tujuh di dunia sedangkan tahun 2013 angka kejadian

diabetes di dunia adalah sebanyak 382 juta jiwa dimana proporsi kejadian diabetes mellitus tipe 2 adalah 95% dari populasi dunia. Prevalensi kasus Diabetes melitus tipe 2 sebanyak 85-90% (4).

Diabetes Mellitus sebagai permasalahan global terus meningkat prevalensinya dari tahun ke tahun baik di dunia maupun di Indonesia. Berdasarkan data International Diabetes Federation (IDF) prevalensi DM global pada tahun 2019 diperkirakan 9,3% (463 juta orang), naik menjadi 10,2% (578 juta) pada tahun 2030 dan 10,9% (700 juta) pada tahun 2045. Pada tahun 2015, Indonesia menempati peringkat 7 sebagai negara dengan penyandang DM terbanyak di dunia dan diperkirakan akan naik peringkat 6 pada tahun 2040 (5). Laporan Riskesdas tahun 2018 menyebutkan terjadi peningkatan prevalensi pada



penderita DM 2,0% pada tahun 2013 menjadi 3,4% pada tahun 2018 (6).

Provinsi Aceh menempati urutan ke 8 pada seluruh Indonesia dengan prevalensi diabetes mellitus sebesar 2.6% dan prevalensi nasional sebesar 2.1% (6). Berdasarkan penelitian yang dilakukan dimana hasil rekap surveilans terpadu penyakit berbasis puskesmas, prevalensi diabetes mellitus di Aceh adalah 1.6% sementara di kota Lhokseumawe prevalensi diabetes mellitus 9.7%. Sementara itu diabetes ini merupakan salah satu penyakit terbanyak dengan urutan kedua setelah hipertensi pada pasien rawat jalan di puskesmas tersebut (7).

Prevalensi kasus diabetes pada Rumah Sakit Cut Meutia Lhokseumawe pada tahun 2020 yang bergantung dengan insulin 270 orang pasien dan yang tidak bergantung dengan insulin 453 orang pasien sedangkan pada tahun 2021 yang bergantung dengan insulin 198 orang pasien dan yang tidak bergantung dengan insulin 290 orang pasien. Pada rumah sakit ini juga memberikan pelayanan seperti penyuluhan dan konseling gizi. Penyuluhan biasanya diadakan sebulan sekali oleh mahasiswa kedokteran yang sedang coas. Sedang konseling gizi diadakan ketika ada pasien yang dikonsulkan oleh dokter kepada ahli gizi rumah sakit.

Konseling juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi asupan zat gizi pasiendiabetes mellitus

(8,9). Apabila karbohidrat meningkat maka akan terjadi pembentukan lemak sebagai akibat penyimpanan pada jaringan adipose kulit (10). Konseling ini bertujuan untuk mengetahui asupan makanan sumber indeks glikemik dan kadar gula darah guna untuk mencapai perubahan sikap dan perilaku agar sesuai dengan tujuan penatalaksanaan diet. Perubahan perilaku pengetahuan dan pemahaman tersebut, yang diikuti dengan adanya kesadaran untuk menerapkan dalam tindakan pencegahan adanya komplikasi (11).

Penelitian terdahulu yang pernah dilakukan oleh Hermawan et al. (2017) menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara skor Healthy Eating Index awal (pretest) dengan kualitas diet akhir (post Test). Sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling gizi menggunakan media booklet dapat berpengaruh positif signifikan meningkatkan skor Healthy Eating Index (HEI) pasien diabetes mellitus type 2. Penelitian lain juga menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna setelah dilakukan konseling terhadap glukosa darah. Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa konseling gizi yang rutin dan modifikasi gaya hidup dapat memperbaiki kadar glukosa dalam darah (12).

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian dengan rancangan Quasi Eksperimen. Quasi eksperimen dalam



penelitian ini digunakan untuk melihat adanya pengaruh pemberian konseling gizi terhadap asupan makanan sumber indeks glikemik dan kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien diabetes mellitus dengan jumlah 31 orang di RSUD Cut Meutia Kabupaten Aceh Utara, penelitian ini dilakukan pada bulan Juni-Juli 2022.

Pengumpulan data identitas sampel, dan karakteristik diperoleh dengan cara wawancara menggunakan kuisisioner, asupan makanan diperoleh dengan cara recall 24 jam menggunakan form food recall, dan kadar gula darah sampel diperoleh dengan cara pemeriksaan gula darah menggunakan Easy Touch. Data yang dikumpulkan selanjutnya dilakukan prosedur pengolahan data.

Analisa data untuk melihat bagaimana pengaruh konseling gizi terhadap asupan makanan sumber indeks glikemik dengan kadar gula darah dilakukan uji statistik dengan Uji T Test Dependent, hipotesa dikatakan ada pengaruh jika nilai $p < 0.05$.

Hasil

Penelitian ini menggunakan pasien diabetes mellitus sebagai subjek. Secara lebih rinci disajikan pada tabel berikut.

Tabel 1. Karakteristik subjek penelitian (n= 41)

Karakteristik Ibu Hamil	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	8	25,8
Perempuan	23	74,2
Usia		
45-50 tahun	12	38,7
51-55 tahun	19	61,3
Pendidikan		
Dasar	19	61,3
Menengah	9	29,0
Tinggi	3	9,7
Pekerjaan		
Pedagang	9	9,7
Wirawasta	1	3,2
Petani	6	19,4
IRT	21	67,7

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar sampel dengan jenis kelamin perempuan yaitu 23 orang (74,2%). Sebagian besar sampel dengan rentan usia 51 – 55 Tahun yaitu 19 orang (61,3%). Pendidikan sampel yang paling banyak dengan kategori pendidikan dasar yaitu 19 orang (61,3%). Pekerjaan sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) dominan lebih besar yaitu 21 orang (67,7%). Dan sebagian besar sampel dengan Status Gizi Baik yaitu 23 orang (74,2%). (61,3%). Pekerjaan sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) dominan lebih besar yaitu 21 orang (67,7%). Dan sebagian besar sampel dengan Status Gizi Baik yaitu 23 orang (74,2%).

Berdasarkan Tabel 2 di dapatkan hasil rata rata asupan makanan sumber indeks glikemik sebelum konseling gizi adalah 117,2 kkal dan sesudah konseling gizi 114,9 kkal. hasil tersebut



menunjukkan adanya penurunan rata rata asupan makanan sumber indeks glikemik sebanyak 2.3 kkal. Dari analisis menggunakan uji paired T Test didapatkan asupan Makanan Sumber Indeks Glikemik Sebelum dan sesudah konseling gizi di dapatkan p value

=0.006 ($p < 0.05$). Dari hasil tersebut bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara konseling gizi terhadap asupan makanan sumber indeks glikemik pada pasien Diabetes Mellitus Tipe II.

Tabel 2. Pengaruh konseling gizi terhadap asupan makanan sumber IG dan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe II di RSU Cut Meutia Aceh Utara

Variabel	Mean	Min	Max	SD	t	Nilai p
Asupan Makanan IG						
Sebelum	117,2	27,5	199,8	44,2	2,958	0,006
Sesudah	114,9	65,1	175,0	25,1		
Kadar Gula darah						
Sebelum	100,9	180	487,0	90,1	10,34	0,000
Sesudah	135,5	81,0	275,0	49,3		

Berdasarkan Tabel 2 di dapatkan hasil rata rata kadar gula darah sebelum konseling gizi adalah 300.9 mg/dl dan sesudah konseling gizi 135.5 mg/dl. Dari analisa menggunakan uji T Test didapatkan kadar gula darah Sebelum dan sesudah konseling gizi di dapatkan p value = 0.000 ($P < 0.05$) sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang bermakna Konseling gizi terhadap kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe II.

PEMBAHASAN

Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Asupan Makanan Sumber Indeks Glikemik

Dari hasil uji statistic menggunakan uji paired T Test, Asupan Makanan Sumber Indeks Glikemik Sebelum dan sesudah dilakukannya konseling gizi di dapatkan hasil nilai t test = 2.958 dan p

value =0.006 ($P < 0.05$). dari hasil tersebut dapat dijelaskan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pemberian Konseling gizi terhadap asupan makanan sumber indeks glikemik pada pasien Diabetes Mellitus Tipe II.

Berdasarkan Teori indeks glikemik membantu penderita diabetes dalam menentukan jenis pangan karbohidrat yang dapat mengendalikan kadar glukosa darah. Dengan mengetahui indeks glikemik pangan, penderita diabetes dapat memilih makanan yang tidak menaikkan kadar glukosa darah secara drastis sehingga kadar glukosa darah dapat dikontrol pada tingkat yang aman (13,14).

Konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor dengan metode tatap muka, konseling gizi sangat berpengaruh dengan asupan indeks glikemik tinggi seperti karbohidrat



dikarenakan adanya konseling yang dilakukan dapat menambah pengetahuan pasien tentang makanan dengan indeks glikemik sehingga pasien dapat mengurangi asupan indeks glikemik tinggi seperti karbohidrat pada pasien dengan diabetes mellitus (15–17).

Indeks Glikemik bahan makanan yang dikonsumsi pasien merupakan bahan makanan yang dikonsumsi responden dalam sehari yang mengandung indeks glikemik yang diperoleh berdasarkan perhitungan IG menyeluruh. Informasi IG pangan dapat membantu penderita DM dalam memilih makanan yang tidak menaikkan kadar gula darah secara drastis, sehingga kadar gula darah dapat dikontrol pada tingkat yang aman. Pangan IG rendah membantu orang untuk mengendalikan rasa lapar, selera makan, dan kadar gula darah. Jadi, pangan dengan IG rendah dapat membantu mengurangi kelebihan berat badan (18). Indeks glikemik membantu penderita diabetes dalam menentukan jenis pangan karbohidrat yang dapat mengendalikan kadar glukosa darah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Annisa (2015) mengenai hubungan konsumsi bahan makanan yang mengandung indeks glikemik dengan kadar gula darah pada pasien DM-tipe 2 di RSUD Abdul Moeloek, menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara indeks glikemik bahan makanan yang dikonsumsi dengan kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe 2. Pangan

yang mempunyai indeks glikemik tinggi bila dikonsumsi akan meningkatkan kadar gula dalam darah dengan cepat dan tinggi. Sebaliknya, seseorang yang mengonsumsi pangan berindeks glikemik rendah maka peningkatan kadar gula dalam darah berlangsung lambat dan puncak kadar gula darahnya rendah.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Valdes et al. (2018) mengenai pengaruh pemberian konseling gizi terhadap asupan zat gizi dan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Motoling, menunjukkan bahwa hasil uji statistik menggunakan uji paired sampel T Test terdapat perbedaan yang signifikan asupan karbohidrat sebelum dan sesudah konseling gizi dengan nilai $p < 0.05$, ($p=0,002$). Begitu juga dengan asupan lemak sebelum dan sesudah dilakukan konseling gizi menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dengan nilai $p < 0,05$ ($p=0.009$)

Pengaruh pemberian konseling gizi terhadap kadar gula darah Pasien

Dari hasil uji statistik menggunakan uji paired T Test didapatkan bahwa kadar Glukosa Darah Sebelum dan sesudah dilakukannya konseling gizi di dapatkan hasil nilai t test = 10.342 dan $p \text{ value} = 0.000$ ($P < 0.005$). dari hasil tersebut dapat dijelaskan bahwa terdapat hubungan yang bermakna pemberian Konseling gizi terhadap Kadar Glukosa Darah Pasien.



Berdasarkan teori diabetes mellitus merupakan suatu penyakit yang menahun ditandai dengan kadar glukosa darah (gula darah) melebihi batas normal yaitu kadar gula darah sewaktu sama atau lebih dari 200 g/dl, dan kadar gula darah puasa diatas atau sama dengan 126 mg/dl.penderita diabetes mellitus sangat rentan terhadap komplikasi penyakit lain. Untuk mencegah komplikasi penderita harus meningkatkan pengetahuan mengenai penyakit diabetes mellitus, proses penatalaksanaan, terapi pengobatan, interaksi, aktivitas fisik, serta pemanfaatan faskes yang ada di masyarakat (21).

Menurut Mulyani (2019) konseling gizi sangat berpengaruh pada kadar gula darah pasien diabetes mellitus dimana dengan adanya kegiatan konseling gizi, pasien diabetes mellitus dapat mengetahui makanan apa saja yang dapat menyebabkan kadar gula darah meningkat dan pasien juga dapat mengetahui bagaimana cara menurunkan kadar gula darah.

Glukosa darah merupakan gula yang terdapat dalam darah yang berasal dari karbohidrat dalam makanan dan disimpan sebagai glikogen dihati dan di otot rangka. Glukosa darah berfungsi sebagai penyedia energi tubuh dan jaringan-jaringan dalam tubuh (22,23). Kadar glukosa juga mempengaruhi berbagai faktor dan hormon insulin yang dihasilkan kelenjar pankreas, sehingga hati dapat mengatur kadar glukosa

dalam darah (24).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Valdes et al. (2018) pada penderita Diabetes Mellitus tipe 2 di lokasi pengamatan diketahui bahwa rata-rata kadar glukosa darah responden sebelum dan sesudah konseling gizi didapatkan perubahan dari 255 mg/dl menjadi 202.39 mg/dl dengan penurunan sebesar 52.60 mg/dl.

Hasil ini juga sama halnya dengan hasil pada penelitian Sukraniti dan Ambartana (2011) dari 35 sampel yang diketahui kadar gula darah sebelum konseling rata-rata sebesar 243.31 mg/dl dan setelah konseling menunjukkan adanya penurunan menjadi 173.74 mg/dl dengan rata – rata perubahan yang terjadi sebesar 69.71 mg/dl. Hasil uji statistic Wilcoxon rank menunjukkan terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara kadar glukosa darah sebelum dan sesudah pemberian konseling gizi $p < 0,05$ ($p=0.000$). Hal ini menunjukkan bahwa konseling gizi dapat memberikan pengaruh terhadap penurunan kadar glukosa darah.

KESIMPULAN

Rata rata asupan makanan sumber indeks glikemik yaitu 117,2 kkal dan kadar gula darah sebelum dilakukan konseling gizi dengan rata rata 300.9 mg/dl , rata rata asupan makanan sumber indeks glikemik pasien 114,9 kkal dan kadar gula darah 135,5 mg/dl setelah dilakukan konseling gizi. Terdapat pengaruh



antara konseling gizi terhadap asupan makanan sumber indeks glikemik dan kadar glukosa darah

SARAN

Pasien penderita diabetes mellitus agar dapat menjaga asupan bahan makanan yang mengandung indeks glikemik yang tinggi untuk menghindari peningkatan kadar glukosa darah dengan cara menjaga pola makan dan mengurangi asupan indeks glikemik tinggi.

DEKLARASI KONFLIK

KEPENTINGAN

Penulis telah menyatakan bahwa pada artikel ini tidak ada maupun terdapat potensi konflik kepentingan baik dari penulis maupun instansi sehubungan dengan penelitian yang telah dilakukan, baik berdasarkan kepengarangan, maupun publikasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Ketua Jurusan Gizi dan Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika di Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh yang telah membantu kontribusi terhadap pelaksanaan penelitian. Selain itu, ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada Bapak pembimbing/ supervisor yang telah membantu perbaikan baik secara teknis maupun isi dalam pelaksanaan penelitian ini. Kepala RSUD Cut Meutia, Aceh Utara yang telah memberikan kesempatan dan membantu penulis dalam melakukan

penelitian, juga para staf RSUD Cut Meutia serta para responden.

DAFTAR PUSTAKA

1. Yunsanda F, Rochadi RK, Maas LT. Pengaruh Kebiasaan Makan terhadap Kejadian Diabetes Mellitus pada Pra Lansia di BLUD RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan*. 2017;1(2):153–8.
2. Silalahi L. Hubungan Pengetahuan dan Tindakan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Promkes*. 2019;7(2):223.
3. Datuela N, Akbar H, Langingi ARC. Hubungan Motivasi Diri dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus di Klinik Kotamobagu Wound Care Center. *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2021;11(2):158–63.
4. IDF. IDF Diabetes Atlas Eighth edition 2017. In *International Diabetes Federation. IDF Diabetes Atlas*. 8th ed. Belgium: International Diabetes Federation; 2017.
5. Persatuan Diabetes Indonesia, PERKENI. *Pedoman Pengolaan dan Pencegahan Prediabetes di Indonesia 2019*. *Journal of Chemical Information and Modeling*. 2019;53(9).
6. Kemenkes RI. *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI; 2018.
7. Munawar. *Pengaruh Obesitas, Aktifitas Fisik, Merokok, Riwayat Keluarga terhadap Kejadian*



- Pradiabetes pada Usia < 45 Tahun di Kota Lhokseumawe. [Medan]: Universitas Sumatera Utara; 2014.
8. Lestari C, Ahmad Fahrudin SKM. Literature Review: Faktor-faktor yang Mempengaruhi Asupan Zat Gizi Makro Pada Pasien Rawat Inap Penyakit Jantung Koroner. 2022;
 9. Montol AB, Sineke J, Kolompoy TME. Pengaruh Pemberian Konseling Gizi terhadap Asupan Zat Gizi dan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Motoling. *Jurnal Gizido*. 2018;10(1):7–16.
 10. Emilia E, Cilmiyati R. Pengaruh Konseling Gizi, Aktifitas Fisik, dan Asupan Makanan Terhadap Penurunan Berat Badan Remaja SMA yang Kegemukan. *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*. 2020 Mar 4;3(1):6.
 11. Hermawan H, Kurdanti W, Tifauzah N. Efektivitas Konseling Gizi Menggunakan Media Booklet Dibandingkan dengan Leaflet terhadap Kualitas Diet Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Gamping II. [Yogyakarta]: Poltekkes Kemenkes Yogyakarta; 2017.
 12. Pusthika I, Tjahjono K, Nuggetsiana A. Pengaruh Frekuensi Konseling Gizi dan Gaya Hidup terhadap Indeks Massa Tubuh, Lingkar Pinggang, Tekanan Darah, dan Glukosa Darah pada Penderita Diabetes Mellitus. [Semarang]: Universitas Diponegoro; 2011.
 13. Ernawati. Penatalaksanaan Keperawatan Diabetes Mellitus. Jakarta: Penebar Swadaya; 2013.
 14. Kasmiyetti K, Yomi DF. Konsumsi Bahan Makanan Sumber Karbohidrat dan Buah Indeks Glikemik Tinggi dengan Kejadian DM. *Jurnal Sehat Mandiri*. 2018;13(2):10–7.
 15. Mulyani NS. Pengaruh Konsultasi Gizi terhadap Asupan Karbohidrat dan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Poliklinik Endokrin RSUZA Banda Aceh. *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan*. 2019;1(1):54–60.
 16. Fatchurahman M. Problematik pelaksanaan konseling individual. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*. 2018;3(2):25–30.
 17. Partika R, Angraini DI, Fakhruddin H. Pengaruh Konseling Gizi Dokter terhadap Peningkatan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Majority*. 2018;7(3):276–83.
 18. Bertalina B, Aindyati A. Hubungan pengetahuan terapi Diet dengan Indeks Glikemik bahan Makanan yang dikonsumsi pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Kesehatan*. 2016;7(3):377–87.
 19. Annisa D. Hubungan konsumsi bahan makanan yang mengandung indeks glikemik dengan kadar gula darah sewaktu pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2 di Ruang Rawat Jalan Puskesmas Kemiling tahun 2015. [Lampung]: Poltekkes Kemenkes Tjungk Karang; 2015.
 20. Valdes AM, Walter J, Segal E, Spector TD. Role of the Gut Microbiota in Nutrition and Health. *BMJ*. 2018 Jun 13;k2179.
 21. Simanjuntak AK, Haya M, Wahyudi A, Rizal A, Wahyu T.



- Pengaruh Konseling Gizi terhadap Pengetahuan, Sikap dan Asupan Serat Vitamin c pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II . [Bengkulu]: Poltekkes Bengkulu; 2021.
22. Rachmawati N. Gambaran Kontrol dan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus di Poliklinik Penyakit Dalam RSJ Prof. Dr. Soerojo Magelang. [Semarang]: Universitas Diponegoro ; 2015.
23. Lesmana HS, Broto EP. Profil Glukosa Darah Sebelum, Setelah Latihan Fisik Submaksimal dan Setelah Fase Pemulihan Pada Mahasiswa FIK UNP. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*. 2018;8(2):44–8.
24. Ekawati ER. Hubungan Kadar Glukosa Darah terhadap Hypertriglyceridemia pada Penderita Diabetes Mellitus. In: *Prosiding Seminar Nasional Kimia Unesa Universitas Negeri Surabaya*. 2012.
25. Sukraniti DP, Ambartana IW. Pengaruh Konseling Gizi terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Berdasarkan Pengetahuan dan Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus di Poliklinik Gizi RSUD Kabupaten Karangasem. *J Ilmu Gizi*. 2011;2(2):100–8.

**Kualitas Organoleptik Nugget dengan Penambahan
Labu Kuning (*Cucurbita maschata*)**
*Organoleptic Quality of Nuggets with the Addition of
Yellow Pumpkin (*Cucurbita maschata*)*

Mustaqim¹, andriani²

¹ Mahasiswa Prodi D-IV Kesehatan Bidang Gizi,

² Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Aceh Program Sarjana Terapan dan Dietetika

*Email: mustaqimadnan@gmail.com

<i>Received date:</i> 10 January 2023	<i>Revised date:</i> 05 February 2023	<i>Accepted date:</i> 28 February 2023
--	--	---

Abstrak

Kebanyakan produk daging olahan seperti nugget pada umumnya memiliki kelemahan pada kandungan serat yang rendah sehingga belum mencukupi serat pangan. Adanya penambahan labu kuning pada nugget akan meningkatkan kandungan serat, vitamin, dan karbohidrat yang tinggi. Serat makanan yang ada pada labu kuning banyak manfaatnya bagi kesehatan manusia, yakni untuk mencegah diabetes, obesitas, penyakit jantung koroner, kanker usus besar, divertikular dan konstipasi. Untuk mengetahui pengaruh penambahan labu kuning terhadap sifat organoleptik (rasa, aroma, tekstur, dan warna) nugget. Study literatur ini menggunakan metode penggabungan inti sari atau meringkas serta menganalisis fakta dari beberapa sumber ilmiah yang akurat dan valid. Study literatur menyajikan ulang beberapa materi yang pernah diterbitkan sebelumnya. Hasil studi literatur ini, terdapat pengaruh yang nyata penambahan labu kuning terhadap kualitas organoleptik (warna, rasa, aroma dan tekstur) dari beberapa penelitian dalam study literatur yang sudah dilakukan. Penambahan labu kuning pada rata-rata produk menambah cita rasa serta menghasilkan nugget yang hampir sama dengan yang beredar dipasaran. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa penambahan labu kuning secara keseluruhan berpengaruh terhadap sifat organoleptik produk diharapkan sebaiknya lebih dipertimbangkan penggunaan labu kuning pada pengolahan nugget dalam bentuk kukus, rebus, tepung atau pasta dikarenakan akan mempengaruhi nilai gizi dan sifat organoleptik nugget yang dihasilkan.

Kata kunci: kualitas organoleptik nugget; nugget labu kuning; labu kuning

Abstract

Most processed meat products, such as nuggets, generally have the weakness of low fiber content, so they do not have enough dietary fiber. Adding yellow pumpkin to nuggets will increase the high fiber, vitamin, and carbohydrate content. The dietary fiber in pumpkin has many benefits for human health, namely preventing diabetes, obesity, coronary heart disease, colon cancer, diverticular and constipation. To determine the effect of adding pumpkin on nuggets' organoleptic properties (taste, aroma, texture, and color). This literature study combines essences or summarizes and analyzes facts from several accurate and valid scientific sources. The literature study re-presents some previously published material. The results of this literature study show a discernible influence of the addition of pumpkin on organoleptic quality (color, taste, aroma, and texture) from several studies in the literature study that have been carried out. Adding yellow pumpkin to most products adds flavor and produces nuggets almost the same as those on the market. Therefore, adding pumpkin as a whole has an effect on the product's organoleptic properties. More consideration should be given to using pumpkins when processing nuggets in steamed, boiled, flour, or pasta because it will affect the nutritional value and organoleptic properties of the nuggets produced.

Keywords: organoleptic quality of nuggets; pumpkin nuggets; summer squash



PENDAHULUAN

Nugget adalah suatu produk olahan daging giling yang diberi bumbu-bumbu serta dicampur dengan bahan pengikat kemudian dicetak dalam bentuk tertentu dan dikukus sampai matang (1,2). Setelah dingin dipotong, dicelupkan putih telur, dan dilumuri tepung roti, selanjutnya digoreng setengah matang. Kemudian dibekukan untuk mempertahankan mutunya selama penyimpanan. Saat ini nugget yang beredar dipasaran menggunakan bahan baku daging ayam atau ikan yang harganya relatif mahal (3,4).

Kebanyakan produk daging olahan seperti nugget pada umumnya memiliki kelemahan pada kandungan serat yang rendah sehingga belum mencukupi serat pangan (5). Adanya penambahan sayuran pada nugget akan meningkatkan kandungan serat karena sayuran merupakan salah satu sumber serat pangan yang terbukti mempunyai peranan penting untuk menjaga kesehatan tubuh (6,7).

Adapun factor yang mempengaruhi kualitas nugget salah satunya adalah bahan pengisi (filler). Upaya untuk meningkatkan daya ikat air produk daging, mengurangi pengerutan selama pemasakan, meningkatkan flavor, meningkatkan karakteristik irisan produk, mengurangi biaya formulasi perlu penambahan filler (8–10).

Labu kuning atau waluh (*Cucurbita moschata*), termasuk komoditas hortikultura yang telah banyak dikenal masyarakat. Labu kuning berbentuk bulat gepeng, lonjong, atau bulat gemuk, berkulit tebal, daging buahnya berwarna kuning sampai orange. Tingkat produksi labu kuning di Indonesia relatif tinggi, dan produksinya dari tahun ke tahun terus meningkat yaitu pada tahun 1999 produksinya 73.744 ton, pada 2000 naik menjadi 83,333 ton, pada 2001 menjadi 96,667 ton, 103.451 ton pada tahun 2003 dan 212.697 ton pada tahun 2006 (11). Jumlah produksi tahun 2010 yang tercatat dalam BPS mencapai 369.846 ton. Hasil panen labu kuning berlimpah dan membutuhkan ruang penyimpanan yang besar. Namun, pengolahannya masih sebatas pengolahan produk secara umum misal: kolak, dodol, maka dari itu perlu adanya diversifikasi pangan yang berbahan baku labu kuning antara lain: selai, jelly, manisan, kue, dan nugget.

Labu kuning juga memiliki kandungan serat, vitamin, dan karbohidrat yang tinggi. Selain itu, di dalam labu kuning juga terkandung 34 kalori, lemak 0,8 gram, kalsium 45 mg, dan mineral 0,8 sehingga labu kuning sangat baik dikonsumsi oleh anak-anak maupun orang tua. Kandungan gizi labu kuning cukup besar, khusus kandungan serat makanan dan perlu dikembangkan suatu produk sebagai sumber serat makanan agar dapat

memenuhi konsumsi serat makanan penduduk Indonesia. Serat makanan yang ada pada labu kuning banyak manfaatnya bagi kesehatan manusia, yakni untuk mencegah diabetes, obesitas, penyakit jantung koroner, kanker usus besar, divertikular, konstipasi (11).

Labu kuning mengandung β karoten yang cukup tinggi (2100 $\mu\text{g}/100\text{ g}$) sehingga apabila konsumen mengkonsumsi 70 gram labu kuning segar perhari, asupan provitamin A telah dicapai (11). Berdasarkan hal-hal diatas terhadap keunggulan labu kuning mendorong peneliti untuk melakukan study literatur tentang “Kualitas Organoleptik Nugget dengan Penambahan Labu Kuning (*Cucurbita moschata*)”.

METODE PENELITIAN

Bentuk penelitian ini adalah kajian pustaka (Studi Literatur) yaitu melakukan penelusuran artikel ilmiah dengan cara membaca dan melakukan kritik serta memberikan pendapat,

kemudian menggabungkan inti sari atau meringkas serta menganalisis fakta dari beberapa sumber ilmiah yang pernah diterbitkan sebelumnya.

Pencarian artikel menggunakan data base jurnal yaitu google scholar. Pencarian menggunakan kata kunci “Nugget”, “Labu Kuning”. Jika konten artikel muncul tidak sesuai dengan topik maka kata kunci ditulis lebih rinci “penambahan labu kuning terhadap sifat organoleptik dan sifat kimia pada nugget”.

Pemilihan artikel dan jurnal berdasarkan kriteria inklusi: terbit di jurnal terindeks google scholar, artikel terbit pada tahun 2013 sampai 2020, desain penelitian nasional local, lokasi penelitian dari berbagai daerah di Indonesia. Analisis data dilakukan dengan melakukan kajian terhadap seluruh artikel dalam dua tahap yaitu meringkas dan memberikan kritik atau pendapat.

HASIL

Tabel 1. Perbandingan hasil penelitian

Peneliti	Hasil penelitian
Puspitasari dan Adawyah (2019)	Dari segi organoleptik rasa menunjukkan tidak ada pengaruh penambahan labu kuning terhadap rasa, aroma, tekstur nugget ikan nila yang dihasilkan akan tetapi berpengaruh nyata terhadap warna nugget. Semakin tinggi penambahan labu kuning maka semakin tinggi kadar protein yang ada pada nugget ikan nila. Hal ini disebabkan oleh kadar protein yang ada dalam labu kuning lebih tinggi dibandingkan protein yang ada dalam tepung tapioka. Maka, selain dari sumber protein ikan nila, labu kuning juga memiliki kandungan protein yang tinggi dibandingkan tepung tapioka sehingga penambahan labu kuning kukus berpengaruh nyata terhadap kadar protein nugget

Peneliti	Hasil penelitian
	ikan nila.
Nihamiyah (2017)	Dari segi organoleptik rasa, warna dan tekstur berpengaruh nyata terhadap nugget ayam pasta labu kuning yang dihasilkan. Akan tetapi segi organoleptik aroma tidak berpengaruh nyata terhadap nugget ayam pasta labu kuning yang dihasilkan. Kadar protein pada nugget ayam pasta labu kuning ini belum sesuai dengan SNI protein dalam nugget protein nugget berkisar 60% akan tetapi kadar nugget yang dihasilkan setelah proses penggorengan 52,59% padahal sebelum penggorengan kadar protein nugget sebanyak 62,58%.
Janika (2015)	Dari segi organoleptik aroma, warna dan tekstur tidak berpengaruh nyata terhadap pengolahan nugget kijing dengan penambahan labu kuning yang dihasilkan. Akan tetapi segi organoleptik rasa berpengaruh nyata terhadap nugget kijing yang dihasilkan.
Nurharyati et al. (2017)	Segi rasa, aroma, warna, dan tekstur nugget dengan penambahan tepung labu kuning dalam formulasi nugget cumi-cumi berpengaruh nyata terhadap nilai rupa nugget yang dihasilkan. Sama halnya dengan hasil organoleptik, penambahan tepung labu kuning juga berpengaruh nyata terhadap kadar protein dan serat nugget yang dihasilkan.
Fatmawati et al. (2018)	Hasil penelitian sifat fisik nugget berdasarkan uji kruskal-wallis menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna pada tingkat kesukaan panelis terhadap warna, rasa, aroma dan tekstur nugget jamur tiram putih dengan penambahan tepung labu kuning yang dihasilkan. Kadar serat pada nugget setiap perlakuan hampir sama, kandungan serat tertinggi terdapat pada nugget dengan perbandingan jamur tiram putih dan penambahan labu kuning 85% : 15% yaitu 21,4721 dan terendah pada perlakuan 70% : 30% 19,5517%. Mengonsumsi satu porsi nugget ini dengan berat 20 g sudah dapat menyumbang 15% dari kebutuhan serat pada anak sekolah yaitu sebesar 4 g. Sedangkan untuk konsumsi serat pada orang dewasa 30 – 38 g/hari dengan rata-rata 34 g/hari, dengan mengonsumsi 1 porsi nugget ini setara dengan menyumbang 11% dari kebutuhan serat pada orang dewasa.
Marsuki (2017)	Hasil uji anova pada penelitian ini juga menunjukkan adanya perbedaan yang nyata penambahan daging ayam terhadap nugget labu kuning. Semakin meningkatnya penambahan labu kuning maka mutu warna, rasa, aroma dan tekstur pada nugget, dengan penambahan daging ayam menjadikan mutu nugget labu kuning menjadi lebih baik.

Peneliti	Hasil penelitian
Rahman (2012)	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kesukaan panelis terhadap warna nugget ikan substitusi labu kuning adalah 57,8%, 54,4% terhadap rasa, dan 50% terhadap tekstur.
Bendri (2019)	Hasil penelitian ini menunjukkan nugget mocaf labu kuning dengan perbandingan tepung mocaf dan labu kuning yang berbeda-beda berpengaruh nyata terhadap rasa, aroma dan tekstur tetapi tidak berpengaruh nyata terhadap warna nugget mocaf labu kuning yang dihasilkan. 1 potong nugget labu kuning dengan berat 20 gr mengandung energi 33,21 dengan kandungan protein 2,23 gr.
Prabowo dan Sukmiyati (2017)	Hasil penelitian menunjukkan bahwa perbandingan labu kuning dan buah naga super merah memberikan pengaruh nyata terhadap karakteristik sensoris hedonik dan mutu hedonik untuk atribut warna, rasa, dan aroma nugget yang dihasilkan. Semakin banyaknya proporsi buah naga merah semakin menurunnya tingkat kesukaan panelis terhadap nugget.
Arifianto (2017)	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa substitusi labu kuning memberikan pengaruh berbeda sangat nyata terhadap warna, rasa, aroma dan tekstur. Hasil uji hedonik menunjukkan panelis lebih menyukai nugget itik dengan penambahan tepung abu kuning 10%, serta memberikan hasil terbaik untuk data kuantitatif fisik dan kualitatif organoleptik dengan nilai rata-rata warna 5,28, aroma 5,11, rasa 5,01 dan tekstur 5,09.

PEMBAHASAN

Nugget adalah suatu produk makanan siap saji yang biasanya terbuat dari bahan baku daging giling dengan penambahan bumbu-bumbu, dibentuk dan dilapisi dengan tepung panir untuk penyimpanan jangka panjang nugget perlu dibekukan dan dilanjutkan dengan penggorengan untuk dikonsumsi. Faktor yang mempengaruhi kualitas nugget salah satunya ialah bahan pengisi (filler) (21,22).

Labu kuning (*Cucurbita moschata* Durh) adalah salah satu tanaman yang banyak tumbuh di Indonesia, yang penanamannya tidak

sulit, baik pembibitannya, perawatannya, hasilnya cukup memberikan nilai ekonomis untuk masyarakat. Tanaman ini dapat ditanam di daerah tropis maupun subtropis (23,24).

Labu kuning juga mempunyai kandungan gizi yang cukup tinggi, terutama sangat potensial digunakan sebagai salah satu sumber provitamin A. Karotenoid merupakan provitamin A dan suatu zat warna alami yang menyebabkan warna kuning, orange, dan merah yang merupakan pigmen tanaman. Semakin cerah warnanya semakin banyak pula kandungan betakarotennya (25).



KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat ditarik dari beberapa literatur study pustaka yang sudah dirangkum, yaitu; Penambahan labu kuning yang berpengaruh pada rasa yaitu nugget kijing, nugget ayam pasta, nugget cumi-cumi, nugget jamur tiram putih, nugget ikan, nugget mocaf, nugget buah naga super merah, dan nugget itik; Penambahan labu kuning yang berpengaruh pada warna yaitu nugget ikan nila, nugget ayam pasta, nugget cumi-cumi, nugget jamur tiram putih, nugget daging ayam, nugget ikan, nugget buah naga super merah, dan nugget itik; Penambahan labu kuning yang berpengaruh pada aroma yaitu nugget cumi-cumi, nugget jamur tiram putih, nugget daging ayam, nugget mocaf, nugget buah naga super merah, dan nugget itik; Penambahan labu kuning yang berpengaruh pada tekstur yaitu nugget ayam pasta, nugget cumi-cumi, nugget jamur tiram putih, nugget daging ayam, nugget mocaf, nugget buah naga super merah, dan nugget itik.

Adapun hasil kimia protein dan serat nugget dengan penambahan labu kuning, rata-rata penambahan labu kuning menambah nilai protein dan serat nugget, nilai protein dan serat meningkat seiring banyaknya penambahan labu kuning.

SARAN

Diharapkan lebih dipertimbangkan penggunaan labu kuning pada pengolahan nugget dalam bentuk kukus, tepung atau pasta dikarenakan akan mempengaruhi nilai gizi dan sifat organoleptik nugget yang dihasilkan. Untuk labu kuning dengan pengolahan dikukus pada nugget ikan nila, dan nugget kijing. Untuk labu kuning dalam bentuk tepung pada nugget cumi-cumi, nugget jamur tiram putih dan nugget itik. Dan untuk labu kuning dalam bentuk pasta pada nugget ayam.

DAFTAR PUSTAKA

1. Alamsyah A, Basuki E, Prarudiyanto A, Cicilia S. Diversifikasi Produk Olahan Daging Ayam. *Jurnal Ilmiah Abdi Mas TPB Unram*. 2019;1(1).
2. Prastiwi WD, Santoso SI, Marzuki S. Preferensi dan Persepsi Konsumsi Produk Nugget sebagai Alternatif Konsumsi Daging Ayam pada Masyarakat di Kecamatan Secang Kabupaten Magelang. *AGROMEDIA: Berkala Ilmiah Ilmu-ilmu Pertanian*. 2017;35(1).
3. Hartati ME. Variasi Penggunaan Tepung Terigu dan Labu Kuning untuk Naget. *Jurnal Berita Litbang Industri*. 2011;48(3):39–47.
4. Afyah DN. Pengaruh Perbedaan Bagian Daging Ayam Broiler terhadap Kandungan Protein dan Sifat Organoleptik Nugget Ayam.



- Anoa: Journal of Animal Husbandry. 2022;1(2):81–7.
5. Safitri W. Pengaruh Penambahan Tepung Susu sebagai Bahan Pengikat Terhadap Kandungan Nutrisi Nugget Ayam. *Journal Of Animal Center (Jac)*. 2019;1(2):124–38.
 6. Ibrahim FM, Fitriyana NI. Analisis Fisikokimia Dan Organoleptik Nugget Ikan Nila (*Oreochromis Niloticus*) Dengan Penambahan Daun Singkong (*Cassa Leaves*). [Jember]: Universitas Jember; 2017.
 7. Nguju AL, Kale PR, Sabtu B. Pengaruh Cara Memasak yang Berbeda terhadap Kadar Protein, Lemak, Kolesterol dan Rasa Daging Sapi Bali. *Jurnal Nukleus Peternakan*. 2018;5(1):17–23.
 8. Janika R. Pengolahan Nugget Kijing (*Pseudodon Vadenbushianus*) Dengan Konsentrasi Daging Kijing Dan Labu Kuning (*Curcubita Moschara*). *AGRITEPA: Jurnal Ilmu dan Teknologi Pertanian*. 2015;2(1).
 9. Anwar C, Irhami I, Irmayanti I, Endiyani E. Karakteristik Nugget Ikan Cucut Kacangan (*Hemistriakis indroyonoi*) dengan Perbedaan Bahan Pengisi. *Jurnal Fishtech*. 2020;9(1):56–64.
 10. Mawati A, Sondakh EHB, Kalele JAD, Hadju R. Kualitas Chicken Nugget yang Difortifikasi dengan Tepung Kacang Kedelai untuk Peningkatan Serat Pangan (Dietary Fiber). *Zootec*. 2017;37(2):464–73.
 11. Santoso EB. Pengaruh Penambahan Berbagai Jenis Susu Terhadap Sifat Sensoris Dan Fisikokimia Puree Labu Kuning (*Cucurbita Moschata*). [Surakarta]: Universitas Sebelas Maret; 2013.
 12. Puspitasari F, Adawyah R. Substitusi Labu Kuning (*Curcubita moshcata*) untuk Perbaikan Nugget Ikan Nila (*Oreochromis niloticus*). In: *Prosiding Seminar Nasional Lingkungan Lahan Basah*. 2019. p. 83–7.
 13. Nihamiyah F. Pembuatan Nugget Ayam Pasta Labu Kuning (*Cucurbita Moschata L.*) Kajian Proporsi Pasta Labu Kuning Dan Tepung Terigu Terhadap Organoleptik Nugget Ayam. [Malang]: Universitas Brawijaya; 2017.
 14. Nurharyati L, Suparmi S, Sari NI. Study on the Formulation of Squid (*Loligosp*) Nugget Added with Yellow Pumpkin (*Curcubitoschata*) Flour. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan Universitas Riau*. 2017;4(1):1–14.
 15. Fatmawati I, Susilo J, Lestari NT. Variasi Campuran Jamur Tiram Putih Dan Tepung Labu Kuning Pada Pembuatan Nugget Ditinjau Dari Sifat Fisik, Sifat Organoleptik Dan Kadar Serat.



- [Yogyakarta]: Poltekkes Kemenkes Yogyakarta; 2018.
16. Marsuki HR. Nugget Labu Kuning Sebagai Sarapan Pagi Anak SDN Batu Laccu Kota Makassar. [Makassar]: Universitas Negeri Makassar; 2017.
 17. Rahman SRND. Pembuatan Nugget Ikan Dengan Substitusi Labu Kuning. [Malang]: UM Malang; 2012.
 18. Bendri PD. Pengaruh Komposisi Tepung Mocaf dan Labu Kuning terhadap Karakteristik Nugget Mocaf Labu Kuning. [Denpasar]: Poltekkes Denpasar; 2019.
 19. Prabowo CS, Sukmiyati A. Studi Perbandingan labu Kuning (*Cucurbita Moschata*) Dan Buah Naga Super Merah (*Hylocereus Costaricensis*) Terhadap Sifat Kimia Dan Sensoris Nugget. *Jurnal Teknologi Pertanian Universitas Mulawarman*. 2017;12(1):11–5.
 20. Arifianto M. Pengaruh Substitusi Tepung Tapioka Dengan Tepung Labu Kuning (*Cucurbita Moschata*) Terhadap Warna, Tekstur Dan Mutu Organoleptik Nugget Itik. [Malang]: Universitas Brawijaya; 2017.
 21. Suradi S, Haslindah A, Jamilah J. Analisis Kelayakan Pendirian Usaha Nugget Ikan Bandeng dengan Metode Net Present Value (Npv) di Kabupaten Maros. *ILTEK*. 2017;12(02):1751–4.
 22. Yuniartini NLPS, Nugrahani R. Pengaruh Kombinasi Tepung Terigu dan Jamur Tiram (*Pleurotus Ostreatus*) terhadap Sifat Organoleptik Nugget. *Journal of Agritechology and Food Processing*. 2022;2(1):1–9.
 23. Manurung H, Naibaho B. Pelatihan Pembuatan Mi Labu Kuning (*Cucurbita moschata* Durch) pada Masyarakat Ibu PKK Desa Gung Pinto Kecamatan Namanteran Kabupaten Karo. *Citra Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2021;1(1):8–14.
 24. Maryanto S, Harly W, Oktianti D. Indeks Glikemik dan Beban Glikemik Bolu Kukus dan Kukis Labu Kuning (*Cucurbita moschata* Durch) Berbahan Formula Modisco. *Amerta Nutrition*. 2022;6.
 25. Nilasari OW, Susanto WH, Maligan JM. Pengaruh suhu dan lama pemasakan terhadap karakteristik lempok labu kuning (waluh). *Jurnal Pangan dan Agroindustri*. 2017;5(3).

Pengaruh Status Gizi dan Status Anemia terhadap Prestasi Belajar Siswa SD Negeri 2 Aceh Tamiang
The Influence of Nutritional Status and Anemia Status on Student Learning Achievement at SD Negeri 2 Aceh Tamiang

Ummairah Putri Utami^{1*}, T. Khairul Fadjri²

¹Mahasiswa Program Studi D-IV Kesehatan Bidang Gizi

²Dosen Jurusan Gizi, Program Sarjana Terapan dan Dietetika, Poltekkes Kemenkes Aceh

*Email: ummairahputriutami28@gmail.com

<i>Received date:</i> 16 January 2023	<i>Revised date:</i> 15 February 2023	<i>Accepted date:</i> 28 February 2023
--	--	---

Abstrak

Status gizi dan status anemia sangat mempengaruhi kemampuan seseorang dan tingkat kecerdasannya dalam menangkap pelajaran di sekolah, sehingga anak yang memiliki daya tangkap lebih baik dan dapat memperoleh prestasi yang baik pula di sekolahnya diperlukan status gizi yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mengkaji pengaruh status gizi dan status anemia terhadap prestasi belajar siswa di SD Negeri 2 Karang Bandar Kecamatan Karang Baru Kabupaten Aceh Tamiang. Penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan desain penelitian crosssectional. Sampel dalam penelitian adalah siswa SD Negeri 2 Karang Bandar Kecamatan Karang Baru Kabupaten Aceh Tamiang. Sampel terdiri dari kelas IV dan V sebanyak 49 orang dan cara pengambilan data dengan dua cara yaitu data primer BB/TB, pengukuran kadar Hb. Untuk data sekunder prestasi belajar dengan cara penelusuran nilai rapor. Hasil pada penelitian ini yaitu status gizi dengan status gizi baik sebanyak 75,5%, sebagian besar siswa yang berstatus tidak anemia yaitu 85,70% dan siswa dengan prestasi baik yaitu sebanyak 36,7%. Ada hubungan yang signifikan antara status anemia dengan prestasi belajar (p -value 0,004) dan tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan prestasi belajar di SD Negeri 2 Karang Bandar Kecamatan Karang Baru Kabupaten Aceh Tamiang. Diharapkan juga pihak sekolah bekerja sama dengan pihak puskesmas untuk memberikan penyuluhan pada orang tua anak sekolah tentang pengaruh rendahnya kadar hemoglobin terhadap prestasi belajar siswa, sehingga orang tua lebih memperhatikan asupan makanan bergizi untuk anaknya agar dapat meningkatkan prestasi belajar.

Kata kunci: prestasi belajar; status anemia; status gizi

Abstract

Nutritional and anemia status greatly influence a person's ability and level of intelligence in comprehending lessons at school, so children who have better comprehension skills and can perform well in school also need good nutritional status. This research aims to determine and examine the influence of nutritional and anemia status on student learning achievement at SD Negeri 2 Karang Bandar, Karang Baru District, Aceh Tamiang Regency. This research is descriptive-analytic with a cross-sectional research design. The sample in the research were students at SD Negeri 2 Karang Bandar, Karang Baru District, Aceh Tamiang Regency. The sample consisted of 49 people from classes IV and V, and the data was collected in two ways, namely primary data on BB/TB measurement of Hb levels and secondary data on learning achievement by tracking report card grades. The results of this study were: 75.5% of students with good nutritional status; 85.70% of students with good nutritional status; 85.70% of students with good performance; 36.7% of students with good performance. There is a significant relationship between anemia status and learning achievement (p -value 0.004), and there is no significant relationship between nutritional status and learning achievement at SD Negeri 2 Karang Bandar, Karang Baru District, Aceh Tamiang Regency. It is also hoped that the school will work with the community health center. To educate parents of school children about the effect of low

hemoglobin levels on student learning achievement so that parents pay more attention to their children's nutritional food intake to improve learning achievement.

Keywords: *learning achievement; anemic status; nutritional status*

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah adalah investasi bagi bangsa, karena mereka adalah generasi penerus bangsa (1). Kualitas bangsa di masa depan ditentukan oleh kualitas anak-anak saat ini. Indonesia dan negara berkembang lain pada umumnya masih didominasi oleh empat masalah gizi utama (2). Masalah tersebut adalah Kurang Energi Protein (KEP), Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY), Kurang Vitamin A (KVA) dan Anemia defisiensi Besi (3).

Status gizi adalah salah satu faktor yang dapat dipengaruhi oleh prestasi belajar (4). Adapun faktor lain yang mempengaruhi status gizi adalah faktor keluarga, lingkungan, motivasi, sarana dan prasarana yang didapat oleh anak disekolah. Kebutuhan gizi pada anak merupakan masalah kesehatan di seluruh dunia. Gangguan perkembangan pada anak sangat dipengaruhi oleh kesulitan makan sehingga berkaitan dengan status gizi anak. Hal ini dapat menyebabkan terjadinya malnutrisi, dehidrasi, berat badan kurang, ketidakseimbangan elektrolit, gangguan perkembangan kognitif, gangguan kecemasan, dan pada keadaan yang lebih parah dapat menjadi kondisi yang mengancam hidup (5).

Adapun faktor lain yang mempengaruhi status gizi adalah faktor

keluarga, lingkungan, motivasi, sarana dan prasarana yang didapat oleh anak disekolah. Kebutuhan gizi pada anak merupakan masalah kesehatan di seluruh dunia. Gangguan perkembangan pada anak sangat dipengaruhi oleh kesulitan makan sehingga berkaitan dengan status gizi anak. Hal ini dapat menyebabkan terjadinya malnutrisi, dehidrasi, berat badan kurang, ketidakseimbangan elektrolit, gangguan perkembangan kognitif, gangguan kecemasan, dan pada keadaan yang lebih parah dapat menjadi kondisi yang mengancam hidup (5).

Anemia gizi merupakan salah satu masalah gizi utama di Indonesia. Prevelensi anemia gizi besi pada balita sebagian disebabkan kekurangan zat besi dalam makanan. Dampak nyata dari anemia gizi terhadap kualitas sumber daya manusia tergambar pada angka kematian ibu dan bayi, menurunkan prestasi belajar anak sekolah dan produktifitas pekerja (6). Masalah gizi utama di Indonesia yang berkaitan dengan kurang energi protein dan anemia gizi besi pada anak sekolah erat kaitannya dengan faktor lingkungan (7). Data anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat indonesia. Prevelensi anemia pada anak usia 5 – 12 tahun sebesar 29%. Faktor utama penyebab



anemia adalah asupan yang kurang dan terlihat dari kurangnya asupan pangan hewani pada pola makan penduduk Indonesia yang menyebabkan tidak terpenuhinya asupan zat besi. Defisiensi besi memiliki dampak yang besar bagi bayi dan anak dikemudian harinya seperti gangguan sistem imun, peningkatan angka kesakitan, kemerosotan perkembangan mental, capaian hasil belajar yang rendah dan gangguan fungsi pertumbuhan, dan juga memiliki dampak pada prestasi belajar (8).

Masalah gizi yang terjadi pada anak usia sekolah menyebabkan beberapa masalah kesehatan. Menurut WHO, prevalensi anemia di seluruh dunia pada anak pra sekolah 47,4% anak usia sekolah 25,4% wanita hamil 41,8% wanita tidak hamil 30,2% pria dewasa 12,7% dan usia tua 23,9%.

Anak usia sekolah sedang dalam masa perkembangan di mana anak sedang dibina untuk mandiri, belajar menyesuaikan diri dengan lingkungannya, peningkatan berbagai kemampuan dan perkembangan lain yang memerlukan fisik yang sehat, maka membutuhkan keadaan gizi yang baik untuk tumbuh kembang yang optimal. Sayangnya, masih banyak anak Indonesia yang belum mendapatkan gizi seimbang yang cukup atau bahkan mendapatkan gizi berlebih. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (9), menunjukkan angka status gizi kurang dan gizi buruk di Provinsi Aceh masih sangat tinggi yaitu 23,7% dibandingkan dengan

angka status gizi kurang dan gizi buruk Nasional yaitu 17,9%. Hal ini menunjukkan bahwa seperempat anak di Provinsi Aceh mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan otak. Anak dengan kriteria sangat pendek dan pendek sebanyak 38,8%, hal ini juga mengindikasikan bahwa masih banyaknya anak Aceh yang bermasalah dengan asupan zat gizi.

Menurut Data PSG (2017), prevalensi status gizi indikator IMT/U di Provinsi Aceh Khususnya Kabupaten Aceh Tamiang yaitu 7,7% anak usia sekolah berada dalam status gizi kategori sangat kurus dan kurus, sedangkan untuk status gizi dalam kategori gemuk sebesar 38,5%. Permasalahan tersebut diperlukan adanya penanganan yang cukup serius. Intervensi perlu dilakukan agar dapat memperbaiki kualitas SDM pada usia sekolah (11).

Status gizi dan status anemia sangat mempengaruhi kemampuan seseorang dan tingkat kecerdasannya dalam menangkap pelajaran di sekolah, sehingga anak yang memiliki daya tangkap lebih baik dan dapat memperoleh prestasi yang baik pula di sekolahnya diperlukan status gizi yang baik. Sebaliknya apabila anak memiliki status gizi dan status anemia yang kurang atau lebih akan berdampak pada tingkat kecerdasannya sehingga tidak optimal dalam kemampuan menangkap pelajaran di sekolah sehingga prestasi belajar kurang baik (12).

METODE

Penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan menggunakan desain *Cross Sectional*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari sampai Mei 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SD Negeri 2 Karang Bundar Kecamatan Karang Baru Kabupaten Aceh Tamiang, terdiri dari murid kelas IV berjumlah 20 murid dan kelas V berjumlah 29 murid jumlah semua sampel 49 murid. Teknik analisis data yang digunakan adalah *uji statistik chi-square*. Dengan batas kemaknaan ($\alpha = 0,05$) atau *Convident Interval* (CI) = 95%. Data yang sudah dikumpulkan, diolah dan dianalisis kemudian disajikan dalam tekstular dan tabular.

HASIL

Berdasarkan tabel 1 secara proposional didapatkan bahwa pada

siswa yang memiliki prestasi belajar pada kategori cukup sebagian besar 71,4% dimiliki oleh siswa yang memiliki status gizi lebih dibandingkan status gizi baik 67,6% dan status gizi kurang 20,0%. Sedangkan anak memiliki prestasi belajar dalam kategori baik sebagian besar 80,0% dimiliki oleh siswa yang memiliki status gizi kurang dibandingkan status gizi baik 32,4% dan status gizi lebih 28,6%. Hasil uji analisa statistik dengan menggunakan uji *chi-square* diperoleh nilai yang didapatkan p value 0,104, dengan demikian p value signifikan ($p < 0,05$) artinya dimana tidak ada hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar siswa SD Negeri 2 Karang Bundar Kecamatan Karang Baru Kabupaten Aceh Tamiang.

Tabel 1. Hubungan status gizi dengan prestasi belajar siswa

Status Gizi IMT/U	Prestasi Belajar						P value
	Cukup		Baik		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Kurang	1	20,0%	4	80,0%	5	100,0%	0,104
Baik	25	67,6%	12	32,4%	37	100,0%	
Lebih	5	71,4%	2	28,6%	7	100,0%	
Total	31	63,3%	18	36,7%	49	100,0%	

Berdasarkan tabel 2 secara proposional didapatkan bahwa pada siswa yang memiliki prestasi belajar pada kategori cukup sebagian besar 71,4% dimiliki oleh siswa yang berstatus tidak anemia dibandingkan yang berstatus anemia ringan 14,3%. Sedangkan pada siswa yang memiliki prestasi belajar pada kategori baik sebagian besar 85,7% dimiliki oleh

siswa yang berstatus anemia ringan dibandingkan tidak anemia 28,6%. Hasil uji analisa statistik dengan menggunakan uji *chi-square* diperoleh nilai yang didapatkan p value 0,004 yaitu p value signifikan ($p < 0,05$) artinya dimana ada hubungan antara status anemia dengan prestasi belajar siswa SD Negeri 2 Karang Bundar

Kecamatan Karang Baru Kabupaten
 Aceh Tamiang.

Tabel 2. Hubungan status anemia dengan prestasi belajar siswa

Status Anemia	Prestasi Belajar						P Value
	Cukup		Baik		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Tidak Anemia	30	71,4	12	28,6	42	100,0	0,004
Anemia Ringan	1	14,3	6	85,7	7	100,0	
Total	31	63,3	18	36,7	49	100,0	

PEMBAHASAN

Hubungan Status Gizi berdasarkan IMT/U dengan Prestasi Belajar Siswa

Dari hasil penelitian status gizi berdasarkan IMT/U dengan berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor 2 Tahun 2020 tentang standar Antropometri Penilaian Status Gizi yang telah dilakukan terhadap 20 siswa kelas IV dan 29 siswa kelas V di SD Negeri 2 Karang Bundar Kecamatan Karang Baru Kabupaten Aceh Tamiang. Hasil penelitian menunjukkan, anak yang memiliki status gizi baik memiliki prestasi belajar cukup. Namun, sebagian anak juga berstatus gizi baik memiliki prestasi belajar yang baik. Secara statistik yang diperoleh status gizi tidak berpengaruh terhadap prestasi belajar. Hal ini dapat disebabkan karena prestasi belajar tidak hanya dipengaruhi oleh status gizi saja melainkan banyak faktor yang mempengaruhinya seperti faktor pola

asuh, faktor sosial, dan faktor psikologi anak.

Setelah dilakukan uji statistik dengan menggunakan uji chi-square diperoleh nilai yang didapatkan p value 0,104 yaitu p value signifikan ($p < 0,05$) yang bermakna H_0 ditolak. Maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar siswa SD Negeri 2 Karang Bundar Kecamatan Karang Baru Kabupaten Aceh Tamiang.

Status gizi anak didasarkan pada indikator Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) untuk menggambarkan status gizi yang bersifat kronis, merupakan akibat keadaan kurang gizi dalam waktu yang panjang (13). Penilaian status gizi dapat dilakukan secara langsung meliputi antropometri, klinik, biokimia dan biofisika dan penilaian status gizi secara tidak langsung, yang meliputi konsumsi makanan, statistik vital, dan faktor ekologi (13,14). Dalam penelitian ini status gizi diperoleh dengan pengukuran antropometri yaitu berat



badan dan tinggi badan yang dinyatakan dalam Indeks Massa Tubuh (IMT), yang merupakan salah satu perwujudan dari status kesehatan seseorang (15,16).

Hasil penelitian ini sejalan dengan (17), Hubungan pola makan dengan status gizi pada anak sekolah dasar AL-Hidayah Terpadu Medan Tembung. Desain penelitian adalah cross sectional. Populasi penelitian kelas IV-V sebanyak 69 siswa. Kesimpulan yang diperoleh tidak ada hubungan jumlah makanan dengan status gizi anak sekolah sedangkan jumlah makanan dan pola makan tidak berhubungan dengan status gizi anak sekolah.

Adapun penelitian yang dilakukan oleh Maleke et al. (2015), hubungan status gizi dengan prestasi belajar siswa sekolah dasar di Kecamatan Modinding penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan desain potong lintang. Status gizi dan prestasi dilihat berdasarkan nilai IMT dan hasil rapor. Jumlah sampel sebanyak 114 siswa. Data dianalisa secara univariat dan bivariat dengan uji anova F. Hasil analisis atau memperlihatkan tidak terdapat hubungan bermakna antara status gizi dan prestasi belajar siswa dengan nilai $p = 0,792$.

Hubungan Status Anemia dengan Prestasi Belajar Siswa

Berdasarkan uji statistik yang telah dilakukan diperoleh nilai yang didapatkan p value 0,004 yaitu p value

signifikan ($p < 0,05$) artinya dimana ada hubungan antara status anemia dengan prestasi belajar siswa SD Negeri 2 Karang Bundar Kecamatan Karang Baru Kabupaten Aceh Tamiang.

Anemia merupakan gangguan gizi yang sering terjadi pada negara maju maupun negara berkembang (19). Anemia defisiensi besi sering terjadi pada golongan usia rentan, seperti pada anak-anak, remaja, ibu hamil serta pada pekerja dengan penghasilan yang belum mencukupi kebutuhan (20). Masalah anemia defisiensi besi dapat berpengaruh luas terhadap kemampuan belajar dan produktivitas kerja (21).

Kekurangan zat besi mengakibatkan terganggunya proses metabolik dalam tubuh, karena terganggunya fungsi dari hemoglobin sebagai alat transportasi oksigen yang digunakan sebagai bahan bakar (22). Konsentrasi anak dalam belajar juga menurun akibat kekurangan zat besi (23). Beberapa penelitian dalam 25 tahun terakhir menunjukkan telah terbukti bahwa kemampuan belajar dan produktivitas kerja dapat dipengaruhi oleh terjadinya anemia, bukti lain menunjukkan terjadinya anemia dapat mengakibatkan gangguan pada perkembangan psikomotor dan kemampuan intelektual serta perubahan perilaku, bila terjadi kekurangan dalam pemenuhan zat gizi maka dapat mengakibatkan terjadinya kekurangan kadar hemoglobin di dalam darah (21).

Penelitian Yanti dan Wibowo (2017) tentang kadar hemoglobin (Hb)



rendah dikenal sebagai anemia, dapat mengurangi konsentrasi belajar dan daya tahan tubuh. Anemia secara tidak langsung memengaruhi Indeks Prestasi hasil belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari pengaruh kadar Hb terhadap prestasi belajar pada anak usia sekolah. Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan analisis statistik regresi linier dengan α 0,05 dengan cara cross sectional untuk anak usia sekolah kelas II–VI sebagai sampel. Sampel diperoleh dengan teknik simple random sampling yang dilakukan dengan cara lotre sejumlah 67 anak sekolah dasar kelas II–VI. Berdasarkan analisis regresi linier menunjukkan bahwa kadar hemoglobin memiliki pengaruh yang signifikan $p = 0,002$ terhadap prestasi belajar anak usia sekolah.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Husjain dan Chairlan (2011) menunjukkan hubungan yang kuat antara kadar Hb dengan prestasi belajar mahasiswa penghuni asrama Poltekkes Kemenkes Jakarta III di mana ditemukan mahasiswa memiliki kadar hemoglobin darah $< 12g\%$ ada indikasi menderita anemia, hal tersebut diakibatkan kebiasaan pola makan mahasiswa jarang menghadirkan lauk hewani seperti daging sebagai makanan sehari-hari, yang merupakan sumber besi hem yang mudah diserap oleh tubuh dibandingkan besi non-hem yang berasal dari sumber nabati.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian yaitu Hubungan status gizi anemia dengan prestasi belajar di SD Negeri 2 Karang Bundar Kecamatan Karang Baru Kabupaten Aceh Tamiang, dapat diketahui ada hubungan status anemia dengan prestasi belajar siswa SD Negeri 2 Karang Bundar Kecamatan Karang Baru Kabupaten Aceh Tamiang, dengan nilai p value = 0,004 yaitu p value signifikan ($p < 0,05$). Dan tidak ada hubungan status gizi dengan prestasi belajar siswa SD Negeri 2 Karang Bundar Kecamatan Karang Baru Kabupaten Aceh Tamiang, dengan nilai p value = 0,104 $> \alpha = 0,05$.

SARAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan saran yang dapat diberikan yaitu Mengingat kepada pihak sekolah bahwa ternyata status gizi dan status anemia secara tidak langsung dapat mempengaruhi prestasi belajar. Hendaknya pihak sekolah memperhatikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhinya, yang diharapkan akan dapat meningkatkan hasil belajar siswa siswinya. Dan diharapkan juga pihak sekolah bekerja sama dengan pihak puskesmas untuk memberikan penyuluhan pada orang tua anak sekolah tentang pengaruh rendahnya kadar hemoglobin terhadap prestasi belajar siswa, sehingga orang tua lebih memperhatikan asupan makanan bergizi untuk anaknya agar dapat meningkatkan prestasi belajar.



DAFTAR PUSTAKA

1. Anggraini DI, Damayanti AS. Sarapan Meningkatkan Prestasi Belajar pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Majority*. 2017;6(2):115–9.
2. Utama LJ, Sembiring AC, Sine JGL. Perilaku Sarapan Pagi Kaitannya dengan Status Gizi dan Anemia pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*. 2018;7(1):63–8.
3. Utama L. Faktor yang Berhubungan dengan Status Iodium Anak Usia Sekolah di Indonesia. [Surabaya]: Universitas Erlangga; 2018.
4. Fauzan MA, Nurmalsari Y, Anggun A. Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*. 2021;10(1):105–11.
5. Abdullah A, Norfai N. Nutritional Analisis Status Gizi dengan Prestasi Belajar pada Siswa di SDN Mawar 8 Kota Banjarmasin. *Jurnal Kesehatan Indonesia*. 2019;9(2):53–8.
6. Arifin SU, Mayulu N, Rottie J. Hubungan Asupan Zat Gizi dengan Kejadian Anemia pada Anak Sekolah Dasar di Kabupaten Bolaang Mongondow Utara. *Jurnal Keperawatan* . 2013;1(1).
7. Kulsum U. Pola Menstruasi dengan Terjadinya Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*. 2020;11(2):314–27.
8. Hidayanti L, Rahfiludin MZ. Dampak Anemi Defisiensi Besi pada Kehamilan: A Literature Review. *Gaster*. 2020;18(1):50–64.
9. Riskesdas. Laporan Riset Kesehatan dasar 2018. Jakarta: Badan Penelitian Pengembangan Kesehatan RI; 2018.
10. PSG. Buku Saku Pemantauan Status Gizi (PSG) 2017. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2017.
11. Candra AA, Setiawan B, Damanik R. Pengaruh Pemberian Makanan Jajanan, Pendidikan Gizi, dan Suplementasi Besi terhadap Status Gizi, Pengetahuan Gizi, dan Status Anemia pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi dan Pangan*. 2013;8(2):103–8.
12. Masrurroh A. Pengaruh Status Gizi, Konsumsi Pangan dan Fasilitas Belajar terhadap Prestasi Belajar Matematika. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*. 2016;6(3).
13. Alfarisi R, Nurmalsari Y, Nabilla S, Dokter PP, Kedokteran F, Malahayati U. Status Gizi Ibu Hamil dapat Menyebabkan Kejadian Stunting pada Balita. *Jurnal Kebidanan Malahayati*. 2019;5(3):271–8.



14. Kusudaryati DPD, Oktavia YA. Status Gizi Berdasarkan Indeks Antropometritb/U dan IMT/U pada Anak di SD Negeri Banyuanyar II Surakarta. In: Prosiding University Research Colloquium. 2018. p. 449–56.
15. Latifah AN. Hubungan Asupan Kalsium dengan Status Gizi pada Anak SD Kelas 1. [Bandung]: Poltekkes Kemenkes Bandung ; 2015.
16. Puspita ID, Amar MI. Refreshing Kader Posyandu dengan Pelatihan Pengukuran Antropometri dan Penilaian Status Gizi di Wilayah UPT Puskesmas Sukmajaya. In: Seminar Nasional Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat. 2018.
17. Panjaitan WF, Siagian M, Hartono H. Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar Al Hidayah Terpadu Medan Tembung. *Jurnal Dunia Gizi*. 2019;2(2):71–8.
18. Maleke V, Umboh A, Pateda V. Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan Modoinding. *e-CliniC*. 2015;3(3).
19. Budiarti A, Anik S, Wirani NPG. Studi Fenomenologi Penyebab Anemia Pada Remaja Di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*. 2021;6(2).
20. Faiqah S, Ristrini R, Irmayani I. Hubungan Usia, Jenis Kelamin dan Berat Badan Lahir dengan Kejadian Anemia pada Balita di Indonesia. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*. 2018;21(4):281–9.
21. Almatsier S. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama; 2019.
22. Dewi EK, Nindya TS. Hubungan Tingkat Kecukupan Zat Besi dan Seng dengan Kejadian Stunting pada Balita 6-23 Bulan. *Amerta Nutr*. 2017;361–8.
23. Wulandari AF, Sutrisminah E, Susiloningtyas I. Literature Review: Dampak Anemia Defisiensi Besi pada Ibu Hamil. *ojs poltekkes-medan ac id*. 2021;16(3).
24. Yanti D, Wibowo A. Pengaruh Kadar Hb terhadap Prestasi Belajar Anak Usia Sekolah Kelas II-VI di SDN Sonoageng 6 Prambon Nganjuk. *The Indonesian Journal of Public Health*. 2017;12(1):97–105.
25. Husjain D, Chairlan M. Analisis Hubungan Kadar Hemoglobin dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Penghuni Asrama Poltekes Jakarta III. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*. 2011;1(93–100).

**Asupan Serat dan Cairan terhadap Konstipasi pada Masyarakat Lanjut Usia di
Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar**
*Fiber and Liquid Intake Against Constipation in Elderly Community in District of
Darul Imarah Aceh Besar*

Wirdayana¹, Agus Hendra Al Rahmad^{2*}

^{1,2}Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh, Jl. Soekarno-Hatta, Kampus Terpadu
Polltekkes Kemenkes RI Aceh, Lampeneurut, Aceh Besar

*Email: 4605.ah@gmail.com

Received date: 17 January 2023	Revised date: 14 January 2023	Accepted date: 28 February 2023
-----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

Abstrak

Konstipasi/sembelit merupakan susah buang air besar, fesesnya yang keras dan merasa tidak puas saat buang air besar. Makanan rendah serat akan menyebabkan feses menjadi keras dan kering sehingga mengeluarkan feses dibutuhkan peningkatan tekanan saluran cerna. Tujuan untuk mengukur tingkat hubungan asupan serat dan cairan terhadap konstipasi pada masyarakat Lanjut usia di Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar. Penelitian bersifat deskriptif analitik dengan desain penelitian cross-sectional. Jumlah sampel sebanyak 68 orang dengan tehnik purposive sampling. Penelitian dilakukan pada bulan juni 2019. Variabel penelitian terdiri asupan serat, cairan dengan kejadian konstipasi, menggunakan uji chi-square. Pada lanjut usia asupan Serat kategori kurang yaitu 52,9%, asupan cairan kategori kurang yaitu 47,1% dan yang mengalami konstipasi yaitu 58,8%. Terdapat hubungan asupan serat dengan kejadian konstipasi dengan p value 0.000 ($p < 0,05$) dan tidak terdapat hubungan asupan cairan dengan kejadian konstipasi pada masyarakat lanjut usia di Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar dengan p value 0.462 ($p > 0,05$). Diharapkan bagi petugas tenaga gizi Puskesmas dibagian Poswindu agar dapat memberikan konseling dan penyuluhan tentang pentingnya konsumsi asupan serat dan asupan cairan untuk mencegah terjadinya konstipasi.

Kata kunci: Asupan Serat; Cairan; Konstipasi

Abstract

The aim is to measure the relationship between fiber and fluid intake and constipation in older adults. The research is descriptive and analytical with a cross-sectional research design. The total sample was 68 people using the purposive sampling technique. The research was conducted in June 2019. The research variables consisted of fiber intake, fluid intake, and the incidence of constipation. In older adults, fiber intake in the low category is 52.9%, fluid intake in the low category is 47.1%, and those who experience constipation are 58.8%. There is a relationship between fiber intake and the incidence of constipation with a p-value of 0.000, and there is no relationship between fluid intake and the incidence of constipation in the elderly, with a p-value of 0.462. It is hoped that Puskesmas nutrition staff will be able to provide counseling and education about the importance of consuming fiber and fluid to prevent constipation.

Keywords: Fiber Intake, Fluid Intake; Constipation



PENDAHULUAN

Di masyarakat konstipasi dikenal dengan istilah sembelit yang merupakan susah buang air besar, feses (tinja) yang keras, rasa buang air besar yang tidak tuntas (ada rasa ingin buang air besar tetapi tidak dapat mengeluarkannya), merasa tidak puas saat buang air besar atau jarang buang air besar. Konstipasi dapat terjadi pada semua lapisan usia, termasuk pada lansia. Konstipasi pada umumnya ditandai dengan frekuensi buang air besar yang rendah yaitu kurang dari 3 kali dalam satu minggu. Konstipasi masih sering dianggap remeh oleh masyarakat. Mereka menganggap kesulitan buang air besar bukan masalah besar melainkan hanya akibat dari salah makan atau kurang minum air sehingga disepelekan dan dianggap akan sembuh dengan sendirinya. Padahal konstipasi dapat mengakibatkan kanker usus besar (*colon cancer*) yang dapat berujung pada kematian (1).

Berdasarkan data WHO sekitar 30-40% orang diatas 65 tahun di Inggris mengeluh konstipasi, 30% penduduk diatas usia 60 tahun merupakan konsumen yang teratur menggunakan obat pencahar. Sekitar 20% populasi diatas 65 tahun di Australia, mengeluh menderita konstipasi (2). Dalam survey global yang terkait, prevalensi kejadian konstipasi di Asia yang di wakili oleh Korea Selatan, Cina dan Indonesia diperkirakan 15-23 % pada perempuan dan sekitar 11 % di laki-laki.

Prevalensi konstipasi pada lansia di Indonesia adalah sebesar 3,8% untuk lansia usia 60–69 tahun dan 6,3% pada lansia diatas usia 70 tahun (1).

Konstipasi atau sembelit sering dikeluarkan oleh usia lanjut, yang disebabkan oleh berbagai hal karena usia lanjut kurang aktifitas, kurang masukan air (kurang dari delapan gelas/1.600 cc per hari), kurangnya asupan serat, pengaruh obat yang dikonsumsi, pengaruh dari penyakit yang diderita (1,3).

serat, *Insoluble fibre* bersifat menahan air pada fragmen serat sehingga menghasilkan tinja yang lebih banyak dan berair. Kurangnya asupan serat dikaitkan dengan kesulitan buang air besar atau konstipasi. Sebab makanan yang rendah serat akan menyebabkan feses menjadi keras dan kering sehingga untuk mengeluarkan feses tersebut dibutuhkan peningkatan tekanan saluran cerna (4,5). Faktor intake cairan, merupakan seluruh cairan yang masuk ke dalam tubuh, baik yang berasal dari minuman maupun dari makanan. Cairan berperan dalam menentukan bentuk dan konsistensi feses. Air yang membawa sisa metabolisme akan bertindak sebagai pelumas untuk membantu sisa metabolisme ini bergerak di sepanjang kolon. Semakin tubuh membutuhkan air, semakin besar usahanya untuk menyerap kembali air yang tersedia di dalam usus. Asupan cairan yang tidak adekuat meningkatkan resiko feses keras, kering dan sulit dikeluarkan.



Keadaan inilah yang disebut dengan konstipasi (4,6).

Di Indonesia tingkat konsumsi sayuran termasuk yang paling rendah di dunia. Rakyat Indonesia hanya mengkonsumsi 35 kilogram sayuran per kapita per tahun (7). Sedangkan organisasi pangan dan pertanian dunia (*Food and Agriculture Organization/FAO*) berdasarkan data profil kesehatan menganjurkan konsumsi sayur sebanyak 75 kilogram per kapita per tahun. Data kesehatan Indonesia tahun 2008 menunjukkan bahwa masyarakat Indonesia yang mengkonsumsi sayur dan buah-buahan hanya sebesar 32.67% kg/kapita dalam setahun, hasil tersebut belum memenuhi kecukupan konsumsi serat yang dianjurkan WHO minimal sebesar 65 kg/kapita dalam setahun. Jumlah konsumsi sayur dan buah rumah tangga setiap orang per hari di kota sebesar 9.9 gram, berbeda dengan di desa yang konsumsinya sedikit lebih tinggi dari perkotaan yaitu sebesar 10 gram per orang dalam sehari. Hal tersebut masih jauh dari kecukupan konsumsi serat yang dianjurkan, serat yang dianjurkan per orang dalam sehari sebesar 20-35 gram (8).

Tingkat konsumsi sayur dan buah-buahan pada suatu keluarga masih dalam kategori kurang, dan sering terjadi kekurangan serat yang dapat menimbulkan berbagai penyakit. Di provinsi Aceh hanya terdapat 2,7% yang mengkonsumsi sayur dan buah sebanyak 5 porsi. Di kabupaten Aceh

Besar penduduk yang mengkonsumsi sayur dan buah sebesar 5 porsi hanya 0.8%. konsumsi sayur dan buah-buahan pada penduduk Aceh Besar yang memenuhi rekomendasi masih lebih rendah dari rata-rata konsumsi nasional. Rerata konsumsi sayur dan buah-buahan di Aceh yaitu 1.0%, khususnya di Aceh Besar yaitu 1.0% (8).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan desain penelitian *cross-sectional*, dimana variabel dependen dan variabel independen diteliti dalam waktu yang bersamaan, yaitu untuk mengukur tingkat hubungan asupan serat dan asupan cairan terhadap konstipasi pada Masyarakat lanjut Usia di Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar. Populasi dalam penelitian ini adalah lanjut usia yaitu sebanyak 228 orang yang berusia antara rentang umur > 60 tahun yang terdistribusi di 11 Desa diKemukiman Lamreung Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar. Sampel dalam penelitian ini adalah bagian dari populasi. Teknik pengambilan sampel menggunakan cara *Purposive Sampling*. Jadi besar sampel pada penelitian ini yaitu 68 orang.

Pada penelitian ini alat alat yang digunakan adalah kuesioner konstipasi dan kuesioner identitas responden yaitu nama, umur, jenis kelamin dan pendidikan terakhir. Selanjutnya form food recall, yaitu menyakan makanan yang dikonsumsi selama 1x 24 jam untuk melihat asupan serat dan asupan cairan yang dikonsumsi.



Penelitian ini menggunakan nilai signifikan 0,05 hasil uji chi-square yang diberikan kepada 68 sampel maka diperoleh hasil dari kuesioner konstipasi, asupan serat dan asupan dengan form recall 1x24 jam. Analisis data yang dilakukan secara deskriptif univariat disajikan dalam bentuk tabel, sedangkan analisis bivariat menggunakan SPSS dengan uji hipotesis *chi-square* untuk menentukan adanya pengaruh pengaruh asupan serat, asupan cairan dengan kejadian konstipasi pada lanjut usia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di Kemukiman Lamreung Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar pada tanggal 13-18 Juni 2019 dengan jumlah sampel 68 orang lanjut usia. Pengumpulan data dilakukan dengan cara pembagian kuesioner konstipasi dan kuesioner identitas responden nama, umur, jenis kelamin dan pendidikan terakhir yaitu sebagai berikut:

A. Gambaran Umum Sampel

Tabel 1. Distribusi karakteristik sampel berdasarkan jenis kelamin, umur dan pendidikan terakhir

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	12	17,6
Perempuan	56	82,4
Umur		
60-69 Tahun	58	85,3
> 70 Tahun	10	14,7
Pendidikan Terakhir		
	19	27,9

Tidak Sekolah	45	66,2
SD	4	5,9
SMP		
Total	68	100.0

Berdasarkan **Tabel 1** dapat dilihat bahwa jumlah sampel berdasarkan jenis kelamin pada lanjut usia lebih dominan yang berjenis kelamin perempuan yaitu sebesar 82,4% dibandingkan yang berjenis kelamin Laki-laki. Pada Sampel berdasarkan umur pada lanjut usia lebih dominan pada kategori umur 60-69 tahun yaitu sebesar 85,3%. Selanjutnya pada sampel berdasarkan pendidikan terakhir pada lanjut usia umumnya tamatan SD yaitu sebesar 66,2% pada masyarakat lanjut usia di Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar.

HASIL PENELITIAN

1. Asupan Serat dan Cairan

Tabel 2. Deskripsi asupan serat dan cairan

Asupan	Minimal	Maximal	Rata-rata	Standar Deviasi
Serat (gr/hari)	1.50	33.10	14.06	9.769
Cairan (%)	36.70	119.70	83.24	22.634

Tabel 2 menunjukkan bahwa pada lanjut usia didapatkan data asupan serat terendah yaitu 1,50 gram/hari dan asupan serat tertinggi yaitu 33,10 gram/hari. Rata-rata asupan serat pada lanjut usia yaitu 14,06 gram/hari dengan standar deviasi sebesar 9.769. Data asupan cairan terendah adalah 36,70% dan asupan cairan tertinggi adalah 119,70%. Rata-rata asupan cairan pada lanjut usia yaitu 83.24% dengan standar deviasi sebesar 22.634 pada masyarakat lanjut usia di Kecamatan Darul Imarah



Aceh Besar. Konsumsi rata-rata konsumsi asupan serat dan cairan masih kurang dari angka kecukupan yang dianjurkan.

Tabel 3. Distribusi sampel berdasarkan asupan serat dan cairan

Asupan	n	%
Serat		
Kurang	36	52,9
Cukup	25	36,8
Lebih	7	10,3
Cairan		
Kurang	32	47,1
Cukup	31	45,6
Lebih	5	7,3
Jumlah	68	100.0

Tabel 3 dapat dilihat bahwa berdasarkan tabel terkait dengan tingkat asupan serat menunjukkan bahwa 52,9% masyarakat lanjut usia di Kecamatan Darul Imarah masih kurang mengkonsumsi asupan serat. Sedangkan asupan cairan juga menunjukkan kekurangan asupan cairan sebesar 47,1%, namun demikian juga terdapat 45,6% pada lanjut usia yang sudah cukup asupan cairan. Jadi, pada masyarakat lanjut usia di Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar asupan seratnya masih rendah. Namun demikian, asupan cairan juga masih rendah, tetapi terdapat beberapa orang yang sudah bagus asupan cairannya.

2. Konstipasi Pada Masyarakat Lanjut Usia

Tabel 4. Distribusi sampel berdasarkan konstipasi pada

masyarakat lanjut usia di kecamatan darul imarah aceh besar

Konstipasi	n	%
Konstipasi	40	58,8
Tidak konstipasi	28	41,2
Jumlah	68	100.0

Berdasarkan **Tabel 4** menunjukkan bahwa pada lanjut usia berdasarkan jumlah sampel lebih banyak yang mengalami konstipasi yaitu sebesar 58,8%, sedangkan yang tidak mengalami konstipasi yaitu sebesar 41,2% pada masyarakat lanjut usia di Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar.

3. Hubungan Asupan Serat Dengan Kejadian Konstipasi

Tabel 5. Hubungan asupan serat dengan kejadian Konstipasi pada masyarakat lanjut usia

Asupan Serat	Konstipasi				Jumlah	P
	Konstipasi		Tidak Konstipasi			
	n	%	n	%		
Kurang	3	88,9	4	11,1	36	100,
Cukup	2	24,0	19	76,0	25	0
Lebih	6	28,6	5	71,4	7	100,
	2				0	0
					0	0
					0	0
Jumlah	4	58,8	28	41,2	68	100,
	0				0	0

Berdasarkan **Tabel 5** menunjukkan bahwa pada lanjut usia yang mengalami konstipasi dengan asupan serat kurang yaitu sebesar 88,9%, dibandingkan dengan asupan serat cukup dan asupan serat lebih pada masyarakat lanjut usia di Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar.

Dari perhitungan Uji Chi Square yang dilakukan terhadap hubungan asupan serat dengan kejadian kontipasi



pada masyarakat lanjut usia di kecamatan Darul Imarah Aceh Besar didapatkan p value < 0,05 (0,000). Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan antara asupan serat dengan kejadian konstipasi pada masyarakat lanjut usia di Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar.

4. Hubungan Asupan Cairan Dengan Kejadian Konstipasi

Tabel 6. Hubungan asupan cairan dengan kejadian konstipasi pada masyarakat lanjut usia

Asupan Cairan	Konstipasi				Jumlah		p
	Konstipasi		Tidak Konstipasi		n	%	
	n	%	n	%			
Kurang	21	65,6	11	34,4	32	100,0	0,4 62
Cukup	17	54,8	14	45,2	31	100,0	
Lebih	2	40,0	3	60,0	5	100,0	
Jumlah	40	58,8	28	41,2	68	100,0	

Berdasarkan **Tabel 6** menunjukkan bahwa pada lanjut usia yang mengalami konstipasi dengan asupan cairan kurang yaitu sebesar 65,6%, dibandingkan dengan asupan cairan cukup dan lebih pada masyarakat lanjut usia di Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar.

Dari perhitungan Uji *Chi Square* yang dilakukan terhadap hubungan asupan cairan dengan kejadian konstipasi pada masyarakat lanjut usia di Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar didapatkan p value > 0,05 (0,462) Hal ini menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan antara asupan cairan dengan kejadian konstipasi pada lanjut usia di Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian terdapat hubungan asupan serat dengan kejadian konstipasi pada masyarakat lanjut usia di Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar. Menurut penelitian Ambarita et al. (2014) sejalan dengan penelitian ini yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan serat dengan frekuensi buang air besar dan konsistensi feses (p<0,05). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari (2011) dan Oktaviana (2013) juga menyatakan konsumsi makanan dengan serat rendah berpengaruh terhadap pola defekasi yaitu terjadinya konstipasi. Hal ini dapat terjadi karena perbedaan cara pengolahan makanan yang menjadi sumber serat. Pemanasan yang berlebihan pada makanan yang menjadi sumber serat dapat merusak struktur serat sehingga fungsi serat menjadi tidak optimal (11,12).

Menurut hasil penelitian yang dilakukan Saputra (2016) juga menyatakan bahwa ada hubungan antara asupan serat dengan kejadian konstipasi pada lansia. Hasil penelitian Wulandari (2016) sejalan dengan penelitian ini menyatakan terdapat hubungan antara ketidakcukupan asupan serat makanan dengan konstipasi. Hal ini membuktikan bahwa asupan serat makanan yang sesuai dengan kecukupan asupan serat perhari dapat mengurangi resiko konstipasi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengemukakan bahwa asupan serat yang rendah dipengaruhi



oleh pengetahuan tentang serat yang masih rendah. Selain itu asupan serat juga dipengaruhi oleh gaya hidup, adat istiadat dan kondisi biologis (15).

Serat makanan memiliki kemampuan mengikat air di dalam kolon membuat volume feses menjadi lebih besar dan akan merangsang saraf pada rektum sehingga menimbulkan keinginan untuk defekasi. Dengan demikian feses lebih mudah dieliminir. Pengaruh nyata yang telah dibuktikan adalah bertambahnya volume feses, melunakkan konsistensi feses dan memperpendek waktu transit di usus (9).

Faktor asupan serat, *Insoluble fibre* bersifat menahan air pada fragmen serat sehingga menghasilkan tinja yang lebih banyak dan berair. Kurangnya asupan serat dikaitkan dengan kesulitan buang air besar atau konstipasi. Sebab makanan yang rendah serat akan menyebabkan feses menjadi keras dan kering sehingga untuk mengeluarkan feses tersebut dibutuhkan peningkatan tekanan saluran cerna (4).

Berdasarkan hasil penelitian tidak terdapat hubungan antara asupan cairan dengan kejadian konstipasi pada masyarakat lanjut usia di Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh (16) sejalan dengan penelitian ini mengenai hubungan asupan cairan dengan konstipasi diperoleh nilai p value > 0,05 (0,805) yang menunjukkan tidak ada hubungan antara asupan cairan dan konstipasi.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktaviana (2013) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan cairan dengan konstipasi.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Raissa (2012), namun tidak sejalan dengan penelitian Mulyani (2012) dan Fitriani (2011) yang menyatakan ada hubungan antara asupan cairan dengan kejadian konstipasi. Dari hasil penelitian juga diketahui bahwa responden lebih banyak yang memiliki asupan cairan kurang dibandingkan yang asupan cairan cukup. Asupan cairan yang rendah akan menyebabkan dehidrasi, sedangkan dehidrasi membuat feses menjadi keras, kering dan sulit dikeluarkan. Kurangnya asupan cairan pada responden disebabkan oleh keengganan responden untuk minum dengan alasan tidak merasa haus. Biasanya responden hanya minum ketika mereka selesai makan. Selain itu, alasan individual tidak mengkonsumsi cairan secara cukup dikarenakan kesibukan yang dimiliki oleh individu tersebut sehingga membuatnya lupa dan mengabaikan keinginan mereka untuk minum (4,20). Salah satu faktor yang mempengaruhi proses defekasi adalah asupan air. Air memiliki berbagai fungsi antara lain sebagai media eliminasi sisa metabolisme. Sisa metabolisme tubuh dikeluarkan melalui saluran kemih, saluran nafas, kulit dan saluran cerna dengan media air (21).

Menurut Hardinsyah et al. (2011) dalam menyatakan asupan air pada usia lanjut yang optimal adalah 1-1,5 liter per



hari. Pada keadaan usia lanjut, kepekaan pusat rasa haus berkurang sehingga diperlukan perhatian lebih dari pengasuh usia lanjut untuk mengawasi konsumsi minuman pada kelompok ini. Semakin tubuh kekurangan air, gerak kolon semakin lambat dibagian bawah agar tersedia lebih banyak waktu untuk penyerapan ulang cairan pada sisa metabolisme. Proses pencegahan hilangnya air ini adalah sebuah mekanisme lain pencadangan air oleh tubuh. Salah satu bagian tubuh tempat hilangnya air akan dicegah selama mekanisme pengelolaan kekeringan adalah kolon, melalui penyesuaian konsistensi dan kecepatan aliran bahan sisa. Feses menjadi keras serta tidak cukup air untuk mengalir ketika gerakan ampas metabolisme di kolon menjadi lambat dan mukosa menyerap banyak air (13,23).

Konstipasi termasuk kejadian yang banyak diderita pada seseorang yang semakin bertambahnya usia dewasa lanjut (24). Menurut Musrifatul (2011) menyatakan bahwa setiap tahap perkembangan atau usia memiliki kemampuan mengontrol proses buang air besar yang berbeda. Jadi, kurangnya asupan serat dan asupan cairan akan berdampak pada terjadinya konstipasi (sembelit) terutama pada masyarakat lanjut usia. Untuk mencegah terjadinya masalah konstipasi (sembelit) diperlukan adanya edukasi tentang pentingnya mengkonsumsi makanan yang berserat tinggi dan mengkonsumsi cairan yang

cukup baik cairan yang berupa makanan, minuman dan air metabolik.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian dan uji statistik tentang asupan serat dan cairan terhadap konstipasi pada masyarakat lanjut usia dapat disimpulkan bahwa asupan serat kurang sebesar 52,9%, cukup 36,8% dan lebih yaitu 10,3%. Sedangkan, asupan cairan kurang sebesar 47,1%, cukup 45,6% dan lebih yaitu 7,3%. Pada umumnya yang mengalami konstipasi lebih banyak yaitu sebesar 58,8% dan yang tidak konstipasi yaitu 41,2%. Terdapat hubungan antara asupan serat dengan kejadian konstipasi pada masyarakat lanjut usia di kecamatan Darul Imarah Aceh Besar dengan *P-value* 0,000. Tidak terdapat hubungan antara asupan cairan dengan kejadian konstipasi pada masyarakat lanjut usia di kecamatan darul imarah Aceh Besar dengan *P-value* 0,462.

SARAN

Saran, diharapkan bagi tenaga Gizi Puskesmas dibagian Poswindu agar dapat memberikan penyuluhan tentang pentingnya konsumsi asupan serat dan asupan cairan untuk mencegah terjadinya konstipasi kepada masyarakat lanjut usia.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sari ADK, Wirjatmadi B. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Konstipasi pada Lansia di Kota Madiun. *Media Gizi Indonesia*. 2017;11(1):40–7.



2. Maghfiro L. Aktivitas Fisik dengan Kejadian Konstipasi pada Wanita Menopause di Desa Balung Kecamatan Kendit Kabupaten Situbondo. *KTI D3 Kebidanan*. 2014;
3. Emmanuel A, Mattace-Raso F, Neri MC, Petersen K, Rey E, Rogers J. Constipation in Older People: a Consensus Statement. *Int J Clin Pract*. 2017;71(1):e12920.
4. Oktaviana ES. Hubungan Asupan Serat dan Faktor-Faktor Lain dengan Konstipasi Fungsional pada Mahasiswi Reguler Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia tahun 2013. Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat. [Depok]; 2013.
5. Mudgil D. The Interaction between Insoluble and Soluble Fiber. In: *Dietary fiber for the prevention of cardiovascular disease*. Elsevier; 2017. p. 35–59.
6. Ruiz NS, Kaiser AM. Fecal Incontinence-Challenges and Solutions. *World J Gastroenterol*. 2017;23(1):11.
7. Trihono, Atmarita, Tjandrarini DH, Irawati A, Utami NH, Tejayanti T, et al. Pendek (Stunting) di Indonesia, Masalah dan Solusinya. Sudomo M, editor. Jakarta: Lembaga Penerbit Balitbangkes; 2015.
8. Al Rahmad AH, Almunadia A. Pemanfaatan Media Flipchart dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu tentang Konsumsi Sayur dan Buah. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*. 2017;17(3):140–6.
9. Ambarita EM, Madanijah S, Nurdin NM. Hubungan Asupan Serat Makanan dan Air dengan Pola Defekasi Anak Sekolah Dasar di Kota Bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan*. 2014;9(1).
10. Sari AK. Hubungan pola makan berserat dengan kejadian konstipasi di rumah sakit Haji Adam Malik tahun 2011. [Medan]; 2011.
11. Sari IP, Murni AW, Masrul M. Hubungan Konsumsi Serat dengan Pola Defekasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Unand Angkatan 2012. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 2016;5(2).
12. Huang J yi, Liao J song, Qi J ru, Jiang W xin, Yang X quan. Structural and Physicochemical Properties of Pectin-Rich Dietary Fiber Prepared from Citrus Peel. *Food Hydrocoll*. 2021;110:106140.
13. Saputra F. Hubungan antara Asupan Serat dan Cairan (Air Putih) dengan Kejadian Konstipasi pada Lansia (Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Saigon Kecamatan Pontianak Timur). Fakultas Kesehatan Masyarakat. [Pontianak]; 2016.



14. Wulandari M. Hubungan antara Asupan Serat dengan Kejadian Konstipasi pada Pekerja di PT. Tiga Serangkai Surakarta. Vol. Skripsi, Fakultas Ilmu Kesehatan. [Surakarta]; 2016.
15. Marsita EY. Pengaruh Asupan serat terhadap kejadian Overweight pada remaja di Kecamatan Setia Bakti Kabupaten Aceh Jaya. Vol. Skripsi, Prodi D-III Gizi. [Banda Aceh]; 2016.
16. Muawanah M, Nindya TS. Hubungan asupan serat dan cairan dengan kejadian konstipasi pada ibu pasca Melahirkan. *Media Gizi Indonesia*. 2017;11(1):101–5.
17. Raissa T. Asupan Serat dan Cairan, Aktivitas Fisik, serta Gejala Konstipasi pada Lanjut Usia. *Faculty of Human Ecology*. [Bogor]; 2012.
18. Mulyani S. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Konstipasi pada Lansia di RW II Kelurahan Rejomulyo Kecamatan Semarang Timur. [Semarang]; 2012.
19. Fitriani I. Hubungan Asupan Serat dan Cairan dengan Kejadian Konstipasi pada Lanjut Usia di Panti Sosial Sabai Nan Aluih Sicincin. *Fakultas Keperawatan*. [Padang]; 2011.
20. Taufiqurrahman T, Karera V. Breakfast Intake and Learning Concentration. *Health Notions*. 2017;1(3):204–7.
21. Kant AK, Graubard BI. Contributors of Water Intake in US Children and Adolescents: Associations with Dietary and Meal Characteristics—National Health and Nutrition Examination Survey 2005–2006. *Am J Clin Nutr*. 2010;92(4):887–96.
22. Hardinsyah, Siregar P, Santoso BI, Pardede SO. *Air Bagi Kesehatan*. Jakarta: Centra Communications; 2011.
23. Walke MP, Sakharkar S. Review on Constipation in Adults. *Int J Cur Res Rev*. 2021;13:84–8.
24. Amanda EN, Anggraini D, Hasni D, Jelmila SN. Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Pentingnya Konsumsi Serat Untuk Mencegah Konstipasi Pada Masyarakat Kelurahan Rengas Condong Kecamatan Muara Bulian/Kabupaten Batanghari Provinsi Jambi. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan: Publikasi Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya*. 2022;9(2):219–26.
25. Musrifatul U. *Keterampilan Dasar Praktik Klinik*. Bulungan: Health Books Publishing; 2011.

**Efektifitas Penyuluhan Dengan Menggunakan Media Lembar Balik Dan
Powerpoint Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri
Tentang Anemia Di SMAN 11 Banda Aceh**
***The Effectiveness Of Counseling Using Returns And Powerpoint Media On
Increasing Adolescent Knowledge About Anemia At SMAN 11 Banda Aceh***

Siti Aisyah^{1*}, Andriani²

¹ Proram Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Jurusan Keperawatan Politeknik
Kesehatan Kemenkes Aceh, Aceh, Indonesia. E-mail: aiesiti15@gmail.com

² Dosen Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh, Aceh, Indonesia

*Email: aiesiti15@gmail.com

<i>Received date:</i> 13 January 2023	<i>Revised date:</i> 18 February 2023	<i>Accepted date:</i> 28 February 2-23
--	--	---

Abstrak

Penyuluhan merupakan salah satu kegiatan promosi kesehatan yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, sehingga masyarakat tidak hanya sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjura yang ada hubungannya dengan kesehatan. Daya tarik penyuluhan sangat tergantung pada media yang digunakan, seperti power point dan lembar balik, kedua jenis media ini memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing, karena dapat berisi ilustrasi-ilustrasi yang berkaitan dengan isi pesan yang akan disampaikan. Tujuan penelitian untuk mengetahui efektifitas penyuluhan tentang anemia dengan menggunakan media lembar balik dan power point terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri kelas XI di SMAN 11 Banda Aceh. Metode penelitian ini menggunakan desain Quasi Experimental, dilakukan secara One Pretest dan Posttest. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei 2023 dengan Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, yaitu seluruh siswi kelas XI-3 (30 orang) dan XI-4 (30 orang). Analisa data menggunakan Uji T dependen dan Uji T Independen. Setelah dilakukan uji statistik diperoleh nilai rata-rata pengetahuan tentang anemia sebelum menggunakan media lembar balik yaitu 20,2, dan nilai rata-rata pengetahuan tentang anemia sesudah menggunakan media lembar balik yaitu 24,2. Sedangkan nilai rata – rata pengetahuan tentang anemia sebelum menggunakan media power point yaitu 19,5 dan nilai rata – rata pengetahuan tentang anemia sesudah menggunakan media power point yaitu 27,3. Terdapat perbedaan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan media lembar balik, dengan nilai $p = 0,009$. Serta terdapat perbedaan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan media power point, dengan nilai $p = 0,003$.

Kata Kunci : Lembar Balik, Power Point, Pengetahuan, Remaja, Anemia

Abstract

Counseling is one of the health promotion activities carried out by spreading messages, so that people are not only aware, know and understand, but are also willing and able to do something related to health. Media counseling can be done using flipcharts or power point media. A flipchart is a prop that resembles a picture album. Power point is software that contains educational material in pictures and narration so that it is easier to understand. To determine the effectiveness of counseling about anemia by using flipcharts to increase the knowledge of class XI young women at SMAN 11 Banda Aceh. Quasi-experimental design using quantitative research. Conducted by pretest posttest, at SMAN 11 Banda Aceh, Blang Cut Village, Lueng Bata District, Banda Aceh City. The time for the research was conducted in May 2023. The research sample used total sampling, namely the entire population of students in class XI-3 (30 people) and XI- 4 (30 people) at SMAN 11 Banda Aceh. Data analysis used statistical tests, namely the dependent T-test and the independent T-test. After statistical tests, the average knowledge about anemia before using flipchart media was 20.2 and the average knowledge about anemia after using flipchart media was 24.2. While the average knowledge about anemia before using power point media is 19.5 and the



average knowledge about anemia after using power point media is 27.3. There is a difference between knowledge before and after being given counseling using flipchart media, with a value of $p = 0.009$. And there is a difference between knowledge before and after being given counseling using power point media, with a value of $p = 0.003$

Keywords : *Turnsheet Media, Power Point Media, Adolescent Knowledge about Anemia*

PENDAHULUAN

Saat ini anemia merupakan masalah gizi yang dihadapi oleh remaja Indonesia khususnya remaja putri, sebab anemia lebih banyak dialami dikalangan remaja putri dibandingkan laki laki . Anemia sekarang ini termasuk ke dalam salah satu masalah kesehatan yang berhubungan dengan masalah nutrisi yaitu kekurangan gizi mikronutrien. Pencegahan yang dapat dilakukan pada anemia antara lain mengkonsumsi bahan makanan sumber utama zat besi seperti daging, dan sayuran yang berwarna hijau sesuai kebutuhan, melakukan tes laboratorium untuk mengetahui kualitas sel darah merah (Hemoglobin), harus diyakinkan bahwa masukan zat gizi yang kurang dari yang dibutuhkan akan berakibat buruk bagi pertumbuhan dan kesehatan, istirahat yang teratur dan menggunakan kebiasaan hidup yang sehat.¹

Remaja Putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemi. hal ini berkaitan dengan kondisi remaja putri itu sendiri yang mengalami haid (menstruasi). Saat remaja mulai mengalami menstruasi di masa puber. Dalam fase itu zat gizi seperti zat besi, vitamin A dan kalsium sangat diperlukan. Akibat menstruasi pada remaja putri akan mengalami kehilangan zat besi hingga dua kali jumlah yang dikeluarkan remaja putra. Karena itu

kebutuhan zat besi remaja putri adalah tiga kali lebih besar dari remaja putra untuk mengembalikan kondisi tubuhnya

ke keadaan semula untuk mengganti darah yang keluar pada saat menstruasi.²

Penyuluhan merupakan salah satu kegiatan promosi kesehatan yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, sehingga masyarakat tidak hanya sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjura yang ada hubungannya dengan kesehatan.

Penyuluhan kesehatan juga merupakan gabungan dari berbagai kegiatan dan kesempatan yang berlandaskan prinsip prinsip belajar untuk mencapai suatu keadaan, dimana individu, keluarga, kelompok atau masyarakat secara keseluruhan ingin hidup sehat atau bagaimana caranya dan melakukan apa yang bisa dilakukan, secara perorangan maupun secara kelompok dan meminta pertolongan.²

Media promosi kesehatan yang baik dapat mendukung efektifitas penyampaian pesan dan pendidikan kepada sasaran, hal ini didukung dengan penelitian yang mengatakan bahwa terdapat perbedaan setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media promosi kesehatan. Media promosi kesehatan yang baik menjadi solusi atas permasalahan dan menjadi pesan yang dapat dipahami serta dilaksanakan oleh masyarakat,



selanjutnya pada masyarakat dalam bidang kesehatan.³

Secara garis besar, menurut Notoadmotjo (2005) mengatakan bahwa ada tiga jenis media promosi kesehatan, yaitu: media cetak, media electronic, dan media luar ruangan.⁴ Jenis Jenis media cetak menurut Jatmika 2019, diantaranya booklet, leaflet, flyer (Lembar balik) dan poster, namun masing masing media promosi kesehatan tersebut mempunyai kelebihan dan kekurangan. Media tersebut diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan yang pada akhirnya dapat mengubah perilaku sasaran.⁵

Menurut Maulana (2009) Penggunaan lembar balik menurut pandangan peneliti sejalan dengan strategi global promosi kesehatan WHO (1984), yakni advokasi kesehatan, bina suasana, gerakan masyarakat. Pertimbangan pertimbangan tersebut yang menjadikan lembar balik banyak dipilih oleh tenaga kesehatan sebagai media promosi kesehatan. Lembar balik banyak digunakan sebagai media promosi kesehatan dalam permasalahan kesehatan seperti permasalahan gizi (penanganan stunting, penanganan anemia pada remaja putrid serta pemberian makanan pada bayi dan anak dan edukasi ASI eksklusif.⁶

Selain media Lembar balik, menurut Istiningasih (2012), power point adalah media yang digunakan untuk menarik perhatian anak dalam proses pembelajaran. Media power point merupakan media yang akan membantu dalam menyusun sebuah presentasi yang

efektif, professional, dan mudah menjadikan sebuah gagasan menjadi lebih menarik dan jelas tujuannya.⁷

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini bersifat kuantitatif dengan pendekatan *quasi eksperimen* (eksperimen semu) dimana bentuk desain yang dipakai adalah *two group pre test* dan *post test* untuk mengetahui efektifitas penggunaan media lembar balik dan power point terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah di SMAN 11 Banda Aceh sebelum dan sesudah penyuluhan.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2023 bertempat di SMAN 11 Banda Aceh Desa Blang Cut Kecamatan Lueng Bata Kota Banda Aceh.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas XI-3 dan XI-4 SMAN 11 Banda Aceh yang berjumlah 60 orang. Populasi ini dianggap sesuai dengan kriteria yang diharapkan oleh penelitian karena memiliki waktu dan jadwal yang fleksibel pada saat penelitian ini berlangsung.

Sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling, dimana seluruh populasi menjadi sampel penelitian. Dari penelitian ini maka seluruh populasi siswi kelas XI-3 dan XI-4 di SMAN 11 Banda Aceh yang berjumlah 60 orang, dimana 30 orang menggunakan media lembar balik dan 30 orang menggunakan media power point.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada bulan Mei 2023 di SMAN 11 Banda Aceh Desa Blang cut Kecamatan Lueng Bata Kota Banda Aceh tentang efektifitas penyuluhan dengan menggunakan media lembar balik dan powerpoint terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia, diantaranya:

Media Power Point :					
Sebelum penyuluhan	3	16	22	19.5	1.179
Sesudah penyuluhan	3	24	30	27.3	1.647
Media Lembar Balik :					
Sebelum penyuluhan	3	17	23	20.2	1.627
Sesudah penyuluhan	3	21	27	24.2	1.654

Tabel 1. Karakteristik Responden

Umur	Power Point		Lembar Balik	
	n	%	n	%
16 tahun	20	66,7	9	30,0
17 Tahun	10	33,3	19	63,3
18 Tahun	0	0,0	2	6,7
Total	30	100,0	30	100,0

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa sebagian besar (66,7%) responden yang diberikan penyuluhan dengan alat bantu power point berusia 16 tahun dan sebagian besar (63,3%) responden yang diberikan penyuluhan dengan lembar balik berusia 17 tahun.

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa nilai rata – rata pengetahuan tentang anemia sebelum menggunakan media power point yaitu 19.5 dengan deviasi sebesar 1.179 dan nilai rata – rata pengetahuan tentang anemia sesudah menggunakan media power point yaitu 27.3 dengan deviasi sebesar 1.647. Sedangkan nilai rata – rata pengetahuan tentang anemia sebelum menggunakan media lembar balik yaitu 20.2 dengan deviasi sebesar 1.627 dan nilai rata – rata pengetahuan tentang anemia sesudah menggunakan media lembar balik yaitu 24.2 dengan deviasi sebesar 1.654.

Varibel	Mean	SD	Rerata ± SD	CI 95%	Nilai p
Media Power Point					
Sebelum penyuluhan	19.500	1.79	7.833 ± 0.647	8.075	0,003*
Sesudah penyuluhan	27.333	1.64	7.591		
Media Lembar Balik					
Sebelum penyuluhan	20.200	1.627	4.033 ± 0,182	4.102	0,009*
Sesudah penyuluhan	24.233	1.654	3.965		

Uji Normalitas

Berdasarkan tabel dibawah hasil uji normalitas dengan Sharpiro – Wilk.

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan menggunakan media Power Point dan Lembar Balik

Variabel Penelitian	n	Nilai		Mean	Sdt
		Mi	Ma		
		n	x		

Tabel 3. Uji Normalitas Data Pengetahuan tentang Anemia Sebelum dan Sesudah

Tabel 4. Perbandingan penyuluhan menggunakan media power point dan lembar balik terhadap pengetahuan tentang anemia



Variabel penelitian	t	Nilai p
Pengetahuan (sebelum)	0.962	0,059
Pengetahuan (sesudah)	0,969	0,136

Hasil penelitian sebagaimana disajikan pada tabel di atas menunjukkan bahwa penyuluhan menggunakan media power point rata – rata skor pengetahuan setelah penyuluhan yaitu 27.333 dengan standar deviasi 1,64. Secara statistik terbukti bahwa terdapat perbedaan signifikan (p-value <0,05) antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan media power point, dengan nilai p = 0,003.

Sedangkan penyuluhan menggunakan media lembar balik rata – rata skor pengetahuan setelah penyuluhan yaitu 24.2333 dengan standar deviasi 1,65. Secara statistik terbukti bahwa terdapat perbedaan signifikan (p-value <0,05) antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan media lembar balik, dengan nilai p = 0,009.

2. Pembahasan

Perbandingan peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Menggunakan Media Power Point

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan

media power point, dengan nilai p = 0,003 (p-value <0,05). Penyuluhan menggunakan media power point rata-rata skor pengetahuan setelah penyuluhan yaitu 27.333 dengan standar deviasi 1,64.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Firmawati (2021) tentang efektivitas Penggunaan Media Power Point dalam Pembelajaran Pendidikan dimana penggunaan media power point sangat efektif, karena siswa aktif dalam kelas seperti memberikan umpan balik dengan materi yang kurang dipahami dan siswa sangat memperhatikan karena kebanyakan siswa menyukai penampilan layar dari power point, dibandingkan dengan menggunakan media lainnya.⁸

Media Power Poin ini memiliki kelebihan sebagai berikut: Penyajian menarik karena adanya permainan warna, huruf, dan animasi, baik animasi gambar dan foto. Lebih merangsang anak untuk mengetahui lebih jauh informasi tentang bahan ajar yang tersaji. Pesan informasi secara visual mudah dipahami peserta didik. Narasumber tidak perlu banyak menerangkan bahan yang disajikan dapat diperbanyak sesuai kebutuhan, dan dapat dipakai berulang-ulang dapat disimpan dalam bentuk optik atau magnetik (CD, Disket, Flasdisk), sehingga praktis untuk dibawa kemana-mana.⁹

Dengan menggunakan media powerpoint, siswa sangat aktif dalam kelas seperti memberikan umpan balik dengan materi yang kurang dipahami

atau dimengerti dan siswa sangat memperhatikan, karena kebanyakan siswa menyukai praktek daripada teori. Maka dari itu siswa sangat memperhatikan materi pembelajaran dengan menggunakan media powerpoint. Dengan kenyataan yang ada bahwa siswa lebih menyukai bila menggunakan media dalam proses belajar mengajar. Bila dilihat dari proses belajar mengajar sebelum menggunakan media, hasil belajar siswa

Media Power Point ini memiliki kelebihan sebagai berikut: Penyajian menarik karena adanya permainan warna, huruf, dan animasi, baik animasi gambar dan foto. Lebih merangsang anak untuk mengetahui lebih jauh informasi tentang bahan ajar yang tersaji. Pesan informasi secara visual mudah dipahami peserta didik. Narasumber tidak perlu banyak menerangkan bahan yang disajikan dapat diperbanyak sesuai kebutuhan, dan dapat dipakai berulang-ulang dapat disimpan dalam bentuk optik atau magnetik (CD, Disket, Flasdisk), sehingga praktis untuk dibawa kemana-mana.⁹

Penyuluhan menggunakan media Lembar Balik

Hasil penelitian menunjukkan perbedaan signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan media lembar balik, dengan nilai $p = 0,009$ ($p\text{-value} < 0,05$). Penyuluhan menggunakan

media lembar balik rata – rata skor pengetahuan setelah penyuluhan yaitu 24.2333 dengan standar deviasi 1,65. Secara statistik terbukti bahwa.

Lembar balik memiliki kemampuan untuk mengubah dan melakukan berbagai fungsi antara lain sebagai pamflet, lembar balik adalah alat pendidikan yang baik karena mudah dibagikan, di sesuaikan untuk memenuhi kebutuhan masyarakat tertentu, juga memungkinkan disimpan dibaca berulang kali dan dibagikan kepada orang lain. Dalam membuat lembar balik menuntut enam elemen yang perlu diperhatikan, yaitu : konsistensi, format, organisasi, daya tarik, ukuran huruf, dan penggunaan spasi kosong. Lembar balik merupakan terbitan tidak berkala yang dapat terdiri dari satu hingga sejumlah kecil halaman, tidak berkaitan dengan terbitan lain, dan selesai dalam sekali terbit.¹⁰

Asumsi peneliti dari hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa penggunaan media power point lebih efektif dibandingkan lembar balik untuk jumlah peserta kelas besar, hal ini sejalan dengan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ade Novia (2019) tentang. Efektifitas pendidikan kesehatan dengan media power point terhadap pengetahuan remaja putri tentang 1000 hari pertama kehidupan dimana diperoleh nilai ($p < 0,05$).

KESIMPULAN

1. Penyuluhan menggunakan media lembar balik rata – rata skor pengetahuan sebelum penyuluhan



yaitu 20.200 dengan standar deviasi 1,63. Penyuluhan menggunakan media lembar balik rata – rata skor pengetahuan setelah penyuluhan yaitu 24.2333 dengan standar deviasi 1,65. Secara statistik terbukti bahwa terdapat perbedaan signifikan (p -value $<0,05$) antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan media lembar balik, dengan nilai $p = 0,009$.

2. Penyuluhan menggunakan media power point rata – rata skor pengetahuan sebelum penyuluhan yaitu 19.50. Penyuluhan menggunakan media power point rata – rata skor pengetahuan setelah penyuluhan yaitu 27.333 dengan standar deviasi 1,64. Secara statistik terbukti bahwa terdapat perbedaan signifikan (p - value $<0,05$) antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan media power point, dengan nilai $p = 0,003$
3. Penggunaan media power point lebih efektif dengan nilai rata-rata (27.333) lebih tinggi dibandingkan media lembar balik dengan nilai rata-rata (24.233).

SARAN

Diharapkan sebagai media informasi promosi kesehatan untuk anak sekolah menengah pertama dengan menggunakan media booklet dan lembar balik sebagai media pembelajaran tentang anemia serta setelah melakukan penjelasan ulang materi menggunakan

zoom meeting. Selain itu, diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk memperpanjang jangka waktu intervensi pada kegiatan penelitian sehingga dapat memperoleh hasil perubahan pengetahuan, sikap dan perilaku yang lebih optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini dan semua pihak yang telah berkontribusi dalam penelitian ini, semoga dapat memberi manfaat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Astutik, R. Y., & Ertiana, D. (2018). *Anemia Dalam Kehamilan*. Jember: Pustaka Abadi.
2. Rachmawati, W. C. (2019). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Malang: Penerbit Wineka Media.
3. Sutrisno, & Sinanto, R. A. (2022). Efektivitas Penggunaan Lembar Balik sebagai Media Promosi Kesehatan : Tinjauan Sistematis. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 1-11.
4. Notoatmodjo, 2011 . *Promosi kesehatan teori dan aplikasi* Jakarta, Rineka cipta
5. Jatmika, S. E. D., dkk. (2019). *Buku Ajar Pengembangan Media Promosi Kesehatan*. Yogyakarta: Penerbit K-Media.
6. Maulana, Heri D.J. (2009). *Promosi Kesehatan*. Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta.



7. Istiningsih. (2012). Pemanfaatan TIK Dalam Pembelajaran. Yogyakarta: Skripta Media Creative.
8. Firmawati. (2021). Efektivitas Penggunaan Media Powerpoint Dalam pembelajaran Pendidikan Agama Islam Di Kelas VIII SMP Muhammadiyah Limbung, Jurusan Teknologi Pendidikan, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Makassar.
9. Rahayu T. (2014). Tingkat Pengetahuan siswa XI tentang konsumsi FE saat Menstruasi di MA Neg 1 Sragen Program Studi D III, Kebidanan sekolah tinggi Kesehatan Kusum Husada Surakarta, Karya Tulis.
10. Sutrisni dkk, (2022). Efektifitas penggunaan lembar balik sebagai media promosi kesehatan .2022 .Jurnal kesehatan terpadu <https://www.jurnalpoltekkesmaluku.com/index.php/JKT>



Pemberian Makanan Pendamping Asi (MP-ASI) Berhubungan Dengan Status Gizi Bayi
Provision Of Complementary Foods (MP-ASI) Associated With Nutritional Status

Cut Tasya Ismi¹, Kartinazahri^{2*}, Salmiani A Manaf³.
^{1,2,3}*Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Aceh*
Kampus terpadu, Lampeuneurut, Aceh Besar

*Email: kartinazahri71@gmail.com

<i>Received date:</i> 23 January 2023	<i>Revised date:</i> 20 February 2023	<i>Accepted date:</i> 28 February 2023
--	--	---

Abstrak

Balita yang mengalami gizi sangat kurang di Aceh sebanyak 2.8% dan gizi kurang sebanyak 11.2%. Gangguan pertumbuhan bayi dan anak yang berumur 6-24 bulan di Indonesia disebabkan masih rendahnya mutu Makanan Pendamping ASI (MP-ASI), yang meliputi terlalu dini umur bayi untuk pertama kali mendapatkan MP-ASI menjadi salah satu faktor yang dapat menyebabkan gizi kurang. MP-ASI yang diberikan terlalu awal menyebabkan meningkatnya risiko terjadi diare dan infeksi saluran pencernaan sehingga menyebabkan keterlambatan pertumbuhan pada anak. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana hubungan umur pemberian MP-ASI dengan status gizi anak usia 6-12 bulan di wilayah kerja puskesmas Pirak Timu Kabupaten Aceh Utara. Desain yang dipakai dalam penelitian ini adalah crosssectional, dengan sampel ibu-ibu yang memiliki bayi umur 6-12 bulan berjumlah 73 orang, dan merupakan total sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan pemeriksaan fisik berupa penimbangan berat badan. Data dianalisa menggunakan uji chi-square. Penelitian ini menghasilkan bahwa persentase status gizi buruk berjumlah 9,6% dan gizi kurang berjumlah 13,7%. Persentase diberikan MP-ASI yang pertama pada kategori umur kurang 6 bulan adalah 68,5%. Penelitian ini membuktikan bahwa Ada hubungan umur pertama kali diberikan MP-ASI dengan status gizi bayi umur 6-12 bulan di wilayah kerja Puskesmas Pirak Timu Kabupaten Aceh Utara dengan p-value = 0,011. Penelitian ini menyimpulkan bahwa umur pemberian MP-ASI berhubungan dengan status gizi bayi yang berumur 6-12 bulan. Ibu-ibu diharapkan agar memberikan MP-ASI pada bayi sesuai rekomendasi yaitu umur lebih dari 6 bulan, sementara bayi umur 0-6 bulan yang hanya diberikan ASI saja..

Kata kunci: Umur, pemberian, makanan pendamping ASI, status gizi.

Abstract

Toddlers who are severely malnourished in Aceh are 2.8% and undernourished are 11.2%. Disturbances in the growth of infants and children aged 6-24 months in Indonesia are caused by the low quality of Complementary Foods for Breastfeeding (MP-ASI), which includes too early age for babies to receive MP-ASI for the first time, which is one of the factors that can cause malnutrition. MP-ASI given too early causes an increased risk of diarrhea and digestive tract infections, causing growth delays in children. This research was conducted to find out the relationship between the age of complementary feeding and the nutritional status of children aged 6-12 months in the working area of the Pirak Timu Public Health Center, North Aceh District. The design used in this study was cross-sectional, with a sample of 73 mothers who had babies aged 6-12 months, which was a total sampling. Collecting data using a questionnaire and physical examination in the form of weighing. Data were analyzed using the chi-square test. This study resulted that the percentage of poor nutritional status amounted to 9.6% and undernourishment amounted to 13.7%. The percentage given the first MP-ASI in the less than 6 months age category was 68.5%. This study proves that there is a relationship between the age at which MP-ASI was first given to the nutritional status of infants aged 6-12 months

in the working area of the Pirak Timu Public Health Center, North Aceh District with p-value = 0.011. This study concluded that the age at which MP-ASI was given was associated with the nutritional status of infants aged 6-12 months. Mothers are expected to give MP-ASI to babies according to recommendations, namely aged more than 6 months, while babies aged 0-6 months are only given breast milk.

Keywords: Age, complementary feeding, nutritional status

PENDAHULUAN

Anak sebagai generasi penerus harus mempunyai potensi tinggi untuk mewujudkan keberlangsungan kehidupan bangsa yang berkualitas.¹ Umur 2 tahun pertama kehidupan seorang manusia merupakan masa keemasan (*golden age*), karena terjadi pertumbuhan dan perkembangan organ tubuh secara pesat pada periode ini sehingga memerlukan nutrisi yang tepat. Masa keemasan pada bayi dan anak dapat diwujudkan jika kebutuhan nutrisi terpenuhi sesuai kebutuhan sehingga pertumbuhan dan perkembangan dapat terjadi secara optimal. Jika pada tahap ini kebutuhan bayi dan anak tidak terpenuhi, maka periode keemasan akan berubah menjadi periode kritis dan terjadi gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada tahap ini ataupun tahap berikutnya.²

Tercapainya pertumbuhan dipengaruhi oleh nutrisi yang diperoleh anak usia dibawah 2 tahun berupa pemberian ASI eksklusif dan MP-ASI yang tepat.¹ MP-ASI adalah makanan atau minuman yang mengandung nutrisi selain dari ASI, yang harus diberikan untuk anak berumur setelah 6 bulan. Pemberian MP-ASI dilakukan karena ASI dapat memenuhi 66,3% kebutuhan bayi umur 6-9 bulan dan

memenuhi 50% kebutuhan bayi umur 9-12 bulan.³

Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam memberikan MP-ASI, antara lain umur diberikan MP-ASI, jenis MP-ASI yang diberikan, frekuensi diberikan MP-ASI, porsi MP-ASI dan cara pemberian MP-ASI pada tahap awal.¹ Masih tingginya pemberian MP-ASI terlalu cepat sebelum anak berumur 6 bulan di negara berkembang seperti Indonesia. Dampak yang dapat terjadi antara lain diare, infeksi saluran nafas, alergi, hingga terjadi gangguan pertumbuhan. Pemasukan nutrisi yang kurang tepat dapat menyebabkan anak mengalami gangguan nutrisi, sehingga akan meningkatkan angka kesakitan dan angka kesakitan.⁴

MP-ASI yang diberikan terlalu cepat dapat meningkatkan risiko terjadinya diare dan infeksi saluran pernafasan akut (ISPA), dapat mengakibatkan terjadinya keterlambatan pertumbuhan anak, dan akan berdampak pada status gizi anak umur 6-24 bulan.^{5,6}

Profil kesehatan Indonesia tahun 2020, menjabarkan bahwa di provinsi Aceh ditemukan 1,4% anak balita dengan berat badan sangat kurang dan 6,7% dengan berat badan kurang. Aceh merupakan provinsi ke 5 tertinggi dengan persentase balita yang



mengalami gizi sangat kurang sejumlah 2,8% dan balita dengan gizi kurang berjumlah 11,2%.⁷

Penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya tentang masalah gizi pada bayi dan anak karena kebiasaan diberikan ASI dan MP-ASI yang kurang tepat, salah satu penelitian tersebut dilakukan oleh Apriani, Maria Theodora dkk, memberikan gambaran bahwa anak yang mendapatkan MP-ASI sesuai rekomendasi lebih banyak memiliki gizi yang baik dibandingkan anak yang diberikan MP-ASI pada umur kurang 6 bulan, sementara itu bayi yang mendapatkan MP-ASI tidak sesuai rekomendasi, lebih banyak mengalami gizi kurang. Namun hasil analisis statistik memberikan gambaran bahwa umur diberikan MP-ASI tidak berhubungan dengan status gizi.⁸

METODE PENELITIAN

Desain yang diterapkan pada penelitian ini adalah analitik *cross sectional*, dengan tujuan untuk mendapatkan informasi apakah terdapat hubungan antara umur diberikan MP-ASI dan status gizi bayi umur 6-12 bulan di wilayah kerja Puskesmas Pirak Timu Kabupaten Aceh Utara, dengan populasi bayi yang berumur 6-12 bulan dan sampel total populasi berjumlah 73 orang. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Pirak Timu Kabupaten Aceh Utara, sejak Januari 2022 sampai Juni 2022.

Data yang digunakan berupa data primer, dikumpulkan dengan mewawancarai orang tua bayi dan juga

dilakukan pemeriksaan fisik berupa penimbangan berat badan bayi umur 6 sampai 12 bulan. Instrumen yang dipakai berupa kuesioner dan timbangan bayi.

Data dianalisa secara univariat dan bivariat. Analisa Univariat dilaksanakan untuk memperoleh gambaran tentang distribusi frekuensi umur bayi saat pertama kali diberikan MP-ASI dan distribusi status gizi bayi umur 6 sampai 12 bulan. Analisis bivariat dengan *Uji statistik chi-square* menggunakan batas kemaknaan ($\alpha = 0,05$) atau *Confident level (CL) = 95%*, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan umur pemberian MP-ASI dengan status gizi bayi umur 6-12 bulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Pirak Timu Kabupaten Aceh Utara dengan menganalisa hasil analisis hasil wawancara dan penimbangan berat badan di dapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 1 Hubungan umur pemberian MP-ASI dengan status gizi bayi usia 6-12 bulan

Umur Pertama Pemberian MP-ASI	Status Gizi								Total	P-Value	
	Gizi Baik		Gizi Lebih		Gizi Kurang		Gizi Buruk				
	f	%	f	%	f	%	f	%			
<6 Bulan	24	66,0	1	2,0	9	18,0	7	14,0	50	100	0,011
≥6 Bulan	18	78,3	4	17,4	1	4,3	0	0,0	23	100	
Total	51	69,9	5	6,8	10	13,7	7	9,6	73	100	

Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,011$ ($p < 0,05$), hal ini menunjukkan ada hubungan bermakna antara umur bayi diberikan MP-ASI dengan status gizi bayi umur 6 sampai 12 bulan di wilayah kerja



Puskesmas Pirak Timu Kabupaten Aceh Utara.

Status gizi buruk atau gizi kurang, lebih tinggi terjadi pada bayi yang diberikan MP-ASI pada umur kurang 6 bulan dibandingkan dengan bayi yang mendapatkan MP-ASI pada umur \geq 6 bulan. Secara statistik menunjukkan ada hubungan antara umur diberikannya MP-ASI dengan status gizi bayi umur 6 sampai 12 bulan di wilayah kerja Puskesmas Pirak Timu Kabupaten Aceh Utara.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian di Desa Candimulyo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang, hasil yang peroleh menunjukkan bahwa pemberian MP-ASI terlalu awal berhubungan dengan status gizi bayi yang berumur 6 sampai 12 bulan. Menurut Shofiyah, MP-ASI yang diberikan terlalu awal pada bayi tidak memberikan pengaruh berarti namun dikhawatirkan akan berdampak terhadap status gizi bayi. Hal ini terjadi karena pencernaan bayi belum siap menerima makanan yang diberikan selain ASI, akhirnya akan mempengaruhi keseimbangan gizi bayi.⁹

Hasil penelitian ini seiring dengan penelitian di perkotaan Moshi, Tanzania Utara hasilnya menunjukkan pemberian MP-ASI pada umur 0 sampai 1 bulan secara statistik berisiko untuk bayi mengalami gizi kurang.¹⁰ Begitu juga dengan penelitian di Narok South Kenya yang menunjukkan bahwa variabel infeksi, dan pemberian MP-ASI lebih awal dapat menyebabkan anak-anak mengalami kurang gizi.¹¹

Kedua penelitian tersebut diatas bertolak belakang dengan hasil penelitian di Kabupaten Pangkep, menunjukkan bahwa usia diberikan MP-ASI tidak berhubungan dengan status gizi.⁸ Hal ini terjadi karena berkaitan dengan kurangnya kualitas dan kuantitas MP-ASI yang diberikan, sehingga walaupun MP-ASI pertama kali diberikan tepat waktu, namun kualitas baik dari segi tekstur, keberagaman jenisnya, kecukupan unsur gizinya tidak memenuhi dan kuantitas berupa frekuensi pemberian, dan porsi yang tidak sesuai juga akan berpengaruh. Selain ketidakcukupan, faktor penyakit infeksi juga memiliki peran penting menyebabkan hilangnya nafsu makan pada anak.⁸

Penelitian di Puskesmas Motoboi Kecil Kotamobagu memberikan informasi bahwa anak yang diberikan MP-ASI pada umur 6-24 bulan tidak berdampak besar terhadap status gizi, namun hal yang berpengaruh baik secara langsung atau tidak langsung terhadap status gizi berupa perilaku ibu, tingkat ekonomi keluarga, serta kualitas kebersihan lingkungan tempat bayi pertumbuhan bayi dan anak di usia 6-24 bulan.¹²

Pemberian MP-ASI dini berisiko terjadinya peningkatan diare berulang dan penyakit menular lainnya yang mengakibatkan kekurangan gizi secara substansial.¹³ Bayi pada umur 0 - 6 bulan seharusnya cukup diberikan ASI saja tanpa makanan lain apapun bentuk dan jenisnya.¹⁴ Makanan selain ASI yang diberikan pada bayi kurang 6



bulan akan berdampak pada pencernaannya karena pada umur tersebut kondisi kesiapan usus belum dapat mencerna makanan dengan baik sehingga dapat mengganggu pertumbuhan bayi.¹⁵ Selain itu, MP-ASI yang diberikan terlalu cepat dapat meningkatkan risiko obesitas, alergi dan menurunkan imunitas tubuh sehingga dapat meningkatkan risiko penyakit infeksi yang akan berpengaruh pada status gizi anak.

Pada penelitian ini, persentase paling tinggi dalam memberikan MP-ASI pertama kali pada usia 0-7 hari. Jenis makanan yang diberikan berupa susu formula, buah yang dihaluskan, biskuit, sari buah, dan bubur tepung. Menurut penelitian yang dilakukan di Puskesmas Ganjar Agung menjelaskan bahwa sebanyak 12,4 bayi yang mendapatkan susu formula mengalami status gizi kurang.¹⁶ Susu formula tidak memenuhi antibodi seperti yang terdapat dalam ASI, sehingga pemberian susu formula pada bayi dapat meningkatkan risiko timbulnya penyakit yang ditularkan melalui air, apalagi aksesibilitas keluarga terhadap air bersih masih kurang. Sehingga dapat dipahami bahwa malnutrisi pada anak dapat pula disebabkan pemberian susu formula yang tidak benar.¹⁷

Peneliti berasumsi bahwa terdapat hubungan umur diberikan MP-ASI dengan kondisi status gizi bayi umur 6-12 bulan dikarenakan pemberian MP-ASI yang terlalu awal dapat menyebabkan bayi mudah mengalami penyakit infeksi. Hal ini menyebabkan

asupan gizi pada bayi tidak tercukupi sehingga bayi mengalami malnutrisi. Selain itu, makanan selain ASI tidak memiliki zat gizi yang sesuai untuk bayi jika dibandingkan dengan komponen zat gizi yang terkandung dalam ASI.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa bayi yang diberikan MP-ASI pada umur kurang 6 bulan tetapi memiliki status gizi baik, hal ini diasumsikan karena bayi diberikan susu formula dengan teknik yang benar. Namun, hal ini tidak dianjurkan untuk bayi usia 0-6 bulan, kecuali dengan indikasi medis.

Bayi yang saat ini mengalami status gizi kurang dan gizi buruk juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti pendapatan, jumlah anggota keluarga, kurangnya pengetahuan ibu tentang status gizi anak dan kurang pemantauan tumbuh kembang anak. Hal ini terbukti dari kondisi di lapangan dimana beberapa bayi dengan status gizi kurang baik mempunyai jumlah keluarga >5 orang dan hanya ayahnya yang bekerja untuk mendapatkan penghasilan. Selain itu, beberapa ibu juga mengatakan tidak pernah membawa bayinya ke posyandu dan tidak memperhatikan jenis makanan yang diberikan kepada bayi.

KESIMPULAN

1. MP-ASI pertama kali diberikan pada bayi di wilayah kerja Puskesmas Pirak Timu Kabupaten Aceh Utara sebagian besar pada umur kurang dari 6 bulan.



2. Sebagian besar status gizi bayi di wilayah kerja Puskesmas Pirak Timu Kabupaten Aceh Utara berada pada kategori gizi baik.
3. Ada hubungan bermakna antara umur diberikannya MP-ASI dengan status gizi bayi umur 6 sampai 12 bulan di wilayah kerja Puskesmas Pirak Timu Kabupaten Aceh Utara

SARAN

1. Diharapkan kepada ibu agar tidak memberikan MP-ASI pada bayi usia 0-6 bulan.
2. Diharapkan petugas kesehatan selalu memberikan pemahaman pada ibu secara terus menerus untuk memberikan ASI saja pada bayi usia 0-6 bulan.
3. Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk meneliti faktor lain seperti faktor lingkungan, faktor bayi saat lahir, status gizi ibu, dan faktor sosial ekonomi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Rahayu Wirdayanti. *Pemberian Makanan Pada Bayi Dan Anak*. Deepublish CV Budi Utama; 2019. https://www.google.co.id/books/edition/Pemberian_Makan_Bayi_dan_Anak/UcuXDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=Pemberian+Makan+Bayi+dan+Anak&printsec=frontcover
2. Kementerian Kesehatan RI. *Buku Pegangan Kader Pendamping Keluarga Menuju Keluarga Sadar Gizi (KADARZI)*. Kemenkes RI; 2010.
3. Lestari MU, Lubis G, Pertiwi D. Hubungan pemberian makanan pendamping asi (MP-ASI) dengan status gizi anak usia 1-3 tahun di

- Kota Padang Tahun 2012. *J Kesehat Andalas*. 2014;3(2). <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/83>
4. Kementerian Kesehatan RI. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Kemenkes RI; 2020.
5. Lamid A. Masalah Kependekan (Stunting) pada Anak Balita: Analisis Prospek Penanggulangannya di Indonesia. Published online 2015.
6. Mirania AN, Louis SL. Hubungan Pemberian Makanan Pendamping ASI (Mp-ASI) Dengan Status Gizi Pada Anak Usia 6-24 Bulan. *Citra Delima J Ilm STIKES Citra Delima Bangka Belitung*. 2021;5(1):45-52. doi:10.33862/citradelima.v5i1.232
7. Kementerian Kesehatan. *Profil Kesehatan Indonesia 2020*. Kemenkes RI; 2021. <http://www.kemkes.go.id>
8. Kopa MTAI, Togubu DM, Syahrudin AN. Hubungan Pola Pemberian MPASI dengan Status Gizi Anak Usia 6-24 Bulan di Kabupaten Pangkep. *Al GIZZAI PUBLIC Heal Nutr J*. 2021;1(2):103-110. doi:10.24252/algizzai.v1i2.22176
9. Nofi Sukma Afika SS. Hubungan Pengetahuan dengan Minat Ibu Hamil Trimester III dalam Melakukan Pregnancy Massage (di Wilayah Kerja Puskesmas Plandaan, Kecamatan Plandaan, Kabupaten Jombang). Published online 2017:1-14. <http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/262/>
10. Masuke R, Msuya SE, Mahande JM, et al. Effect of inappropriate complementary feeding practices on the nutritional status of children



- aged 6-24 months in urban Moshi, Northern Tanzania: Cohort study. *PLoS One*. 2021;16(5):e0250562. <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0250562>
11. Koini SM, Ochola S, Ogada IA. Social-Cultural Factors and Complementary Feeding of Children 6-23 Months Among the Maasai in Narok South Kenya. Published online 2019. <http://ir-library.mmarau.ac.ke:8080/handle/123456789/9273>
 12. Agustin A. Analisis Pemberian Mp-Asi Dini Terhadap Status Gizi Bayi. *J Kebidanan Malahayati*. 2021;7(3):365-370. doi:10.33024/jkm.v7i3.4408
 13. Unicef. From the first hour of life: making the case for improved infant and young child feeding everywhere. *New York UNICEF*. Published online 2016:8.
 14. Lestiarini S, Sulistyorini Y. Perilaku Ibu pada Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) di Kelurahan Pegirian. *J Promkes Indones J Heal Promot Heal Educ*. 2020;8(1):1-11.
 15. Lukman S, Wahyuningsih S, Rahmawati R, Sakriawati M. Perbedaan Pemberian ASI Eksklusif dengan PASI terhadap Tumbuh Kembang pada Anak Usia 0-12 Bulan. *J Keperawatan Prof*. 2020;1(1):19-27.
 16. Nahak KA. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Susu Formula Pada Bayi Berusia 0-6 Bulan Di Puskesmas Oeolo Kabupaten Timor Tengah Utara Tahun 2018. *J Ekon Sos Hum*. 2021;2(08):134-145. <https://www.jurnalintelektiva.com/index.php/jurnal/article/view/557>
 17. RAHAYU IP. Determinan Pemberian Susu Formula Terhadap Kejadian Diare pada Bayi Usia 0-6 Bulan. Published online 2018.



**Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)
Tatanan Keluarga Kecamatan Pasie Raja**
*Description of Mother's Knowledge About Clean and Healthy Living Behavior
(PHBS) Family Structure in Pasie Raja District*

Asri Jumadewi ^{1*} Irwana Wahab ²,

¹ Dosen Prodi Teknologi Laboratorium Medik Poltekkes Kemenkes Aceh
Alamat: Jln. Tgk.H.Mohd Daud Beureueh No. 168 A Banda Aceh

Email: asrijumadewi@poltekkesaceh.ac.id

Received date: 23 January 2023	Revised date: 18 January 2023	Accepted date: 28 February 2023
-----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

Abstrak: Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah suatu program kesehatan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. PHBS sudah sejak lama dikenal, dan digaungkan pemerintah khususnya kementerian kesehatan dalam tatanan rumah tangga. PHBS tatanan ini menjadi perilaku yang diharapkan dalam keluarga untuk mendorong perilaku kesehatan. Indikator keberhasilan PHBS ini dapat dilihat dari persalinan harus ditolong oleh tenaga kesehatan, memberikan ASI eksklusif, menimbang bayi dan balita secara berkala, cuci tangan dengan sabun dan air bersih, menggunakan air bersih, jamban sehat, memberantas jentik nyamuk, konsumsi buah dan sayur serta melakukan aktivitas fisik setiap hari, dan ditambah dengan program PHBS rumah tangga tidak merokok di dalam rumah. Penelitian ini dilakukan di desa Mata Ie Pasie Raja Kabupaten Aceh Selatan untuk tujuan mengetahui bagaimana gambaran PHBS keluarga di desa Mata Ie Pasie Raja. Metode penelitian secara deskriptif dilakukan dengan melakukan wawancara menggunakan kuesioner. Responden yang menjadi sampel penelitian ini adalah ibu rumah tangga yang berjumlah 55 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden berada pada katagori sedang, yaitu sebanyak 26 (47,2%), sisanya berada pada katagori baik adalah 17 orang (30,9%) dan pada katagori kurang sebanyak 12 orang (21,8%). Pengetahuan ini dapat ditingkatkan dengan melakukan penyuluhan dan pendampingan program PHBS keluarga oleh pemerintah dan dinas kesehatan setempat, agar diseminasi pengetahuan dapat bertambah dan mempengaruhi masyarakat secara umum.

Kata kunci: : Pengetahuan; Ibu; PHBS

Abstract: The Clean and Healthy Behavior Program (PHBS) is a health program to improve the health status of the community. PHBS has long been known, and echoed by the government, especially the ministry of health in household arrangements. PHBS in this order becomes the expected behavior in the family to encourage health behavior. The indicators for the success of PHBS can be seen from delivery that must be supported by health workers, providing exclusive breastfeeding, weighing infants and toddlers regularly, washing hands with soap and clean water, using clean water, healthy latrines, eradicating mosquito larvae, consuming fruit and vegetables and doing physical activity every day, and coupled with the PHBS program for households not smoking in the house. This research was conducted in the village of Mata Ie Pasie Raja, South Aceh Regency to find out the description of the family PHBS in the village of Mata Ie Pasie Raja. Descriptive research method was conducted by conducting interviews using a questionnaire. Respondents who became the sample of this study were housewives who collected 55 people. The results showed that the level of knowledge of respondents was in the moderate category, as many as 26 (47.2%), the rest were in the good category were 17 people (30.9%) and in the less category as many as 12 people (21.8%). This knowledge can be increased by providing counseling and assistance to the family PHBS program by the government and the health office, so that knowledge dissemination can increase and influence the community in general.

Keywords: Knowledge; Mother; PHBS



PENDAHULUAN

Petugas kesehatan mengakui bahwa pendidikan kesehatan penting untuk menunjang program-program kesehatan. Pendidikan merupakan *behavioral investmen* jangka panjang. Waktu yang singkat (*immediate impact*) pendidikan kesehatan hanya menghasilkan perubahan atau peningkatan perilaku masyarakat. Sedangkan peningkatan perilaku saja belum akan berpengaruh langsung terhadap indikator kesehatan. Perilaku kesehatan akan berpengaruh kepada perilaku sebagai hasil jangka menengah (*intermediate impact*) dari pendidikan kesehatan. Selanjutnya perilaku kesehatan akan berpengaruh pada meningkatnya indikator kesehatan masyarakat sebagai keluaran (*outcome*) pendidikan kesehatan. Perilaku merupakan penyebab kedua dalam status kesehatan masyarakat. Perilaku dilatar belakangi oleh faktor predisposisi (*predisposing factors*), faktor yang mendukung (*enabling factors*) dan faktor yang memperkuat atau mendorong (*reinforcing factors*)¹.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah perilaku kesehatan yang dikenal pada 5 tatanan, yaitu sektor rumah tangga, sekolah, tempat kerja, sarana kesehatan, dan tempat-tempat umum. Salah satu unggulan Departemen Kesehatan RI adalah pada tatanan rumah tangga yang berjumlah sepuluh indikator². Perilaku ini merupakan perilaku kesehatan yang dipengaruhi oleh berbagai aspek, antara lain perilaku, sikap dan tindakan. Keberhasilan PHBS harus

melibatkan semua anggota keluarga yang dilakukan atas dasar kesadaran sehingga anggota keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat. PHBS di rumah tangga adalah upaya untuk memberdayakan anggota rumah tangga agar tahu, mau dan mampu mengaplikasikannya. Selain itu PHBS juga upaya komprehensif untuk mencegah terjadinya berbagai macam penyakit baik menular ataupun tidak. Sektor kesehatan, PHBS adalah program unggulan demi mewujudkan masyarakat Indonesia sehat, dengan indikator keberhasilannya adalah PHBS keluarga³.

Permasalahan kesehatan dalam keluarga sangat penting. Kunci keluarga sehat merupakan manifestasi dari perilaku sang ibu. Menanggulangi masalah tersebut dapat dilakukan melalui penyuluhan kesehatan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)⁴. Informasi yang diperoleh dari penyuluhan kesehatan ini, antara lain bagaimana hidup bersih dan sehat, bagaimana lingkungan sehat, bagaimana perilaku sehat serta bagaimana cara pencegahan permasalahan yang muncul sebagai akibat lingkungan rumah tangga yang tidak sehat. Mewujudkan suatu sikap menjadi suatu perbuatan yang nyata diperlukan faktor pendukung suatu kondisi yang memungkinkan, antara lain adanya fasilitas. Oleh karena itu, pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilakukan melalui



pendekatan tatanan, yaitu salah satunya melalui tatanan rumah tangga¹.

Menurut asumsi penulis, permasalahan keluarga yang tidak melakukan PHBS kemungkinan akibat kekurangan informasi dan perilaku ibu dalam berperilaku hidup bersih dan sehat. Penulis ingin mengetahui sejauh mana pengetahuan ibu rumah tangga tentang PHBS keluarga. Menurut penelitian terdapat hubungan antara pengetahuan, sikap dan tindakan PHBS dalam tatanan keluarga. Rendahnya pengetahuan, sikap dan tindakan PHBS dalam tatanan keluarga mendorong penulis untuk melakukan penelitian ini⁵. Meningkatkan perilaku kesehatan masyarakat dapat dilakukan dengan menggalakkan edukasi dan penyuluhan untuk membantu masyarakat dalam diseminasi pengetahuan dan lingkungan⁶.

Penelitian ini dilakukan di Desa Mata Ie Pasie Raja Kabupaten Aceh Selatan yang dilakukan pada bulan Maret sampai dengan November 2019. Tujuan penelitian dilakukan untuk mengetahui bagaimana pengetahuan ibu rumah tangga tentang PHBS keluarga di Desa Mata Ie Pasie Raja Kabupaten Aceh Selatan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *deskriptif* yang bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Desa Mata Ie Pasie Raja Kabupaten Aceh Selatan. Pengambilan sampel dilakukan secara *total sampling* dengan cara

mengumpulkan warga yang telah diundang dari desa Mata Ie Pasie Raja. Sampel penelitian ini adalah ibu-ibu yang datang ke tempat balai pertemuan warga dengan batasan inklusi dan eklusi sebanyak 55 orang. Ibu rumah tangga yang datang dijadikan sebagai responden, sedangkan yang tidak hadir tidak menjadi responden dalam penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden berdasarkan umur, dikelompokkan menjadi 3 bagian yaitu <21 tahun, 21-30 tahun, 31-40 dan >40 tahun. Hasil kelompok umur dapat dilihat dari sajian di Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Umur

Umur	Responden	
	n	%
<21 tahun	10	18,1
21-30 tahun	15	27,2
31-40 tahun	23	41,8
>40 tahun	7	12,7
Total	55	100

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat dari 55 responden mayoritas berumur 31 – 40 tahun sebanyak 23 responden (41,8%). Hal ini menunjukkan bahwa kisaran usia di atas 31 tahun merupakan usia ibu rumah tangga yang masih produktif.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan pendidikan

Pendidikan	Responden	
	N	%
<SMP	23	41,8
SMP	19	34,5
SMA/Sederajat	9	16,3
PT	4	7,2
Total	55	100

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa tingkat pendidikan responden paling banyak adalah <SMP, yaitu sebanyak 23 responden (41,8%). Pendidikan di atas menunjukkan bahwa responden tidak memerlukan pendidikan yang tinggi dikarenakan biaya dan pekerjaan rata-rata adalah petani atau ibu rumah tangga, sehingga tidak membutuhkan tingkat pendidikan yang lebih tinggi.

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Responden	
	N	%
Ibu Rumah Tangga	33	60,0
Petani	19	34,5
Pegawai	3	5,4
Total	55	100

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat dari 55 responden terdapat mayoritas responden berkerja sebagai ibu rumah tangga, yaitu sebanyak 33 orang (60,0%). Hal ini sesuai dengan tingkat pendidikan responden yang rendah .

2. Pengetahuan

Kategori perilaku responden tentang PHBS dapat dilihat pada tampilan Tabel 4 berikut:

Tabel 4. Kategori Pengetahuan Responden Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Keluarga

Perilaku	Responden	
	n	%
Baik	17	30,9
Sedang	26	47,2
Kurang	12	21,8
Total	55	100

Berdasarkan Tabel 4 di atas, menunjukkan bahwa dari 55 responden terdapat mayoritas berperilaku sedang atau cukup, yaitu sekitar 26 orang (47,2%). Hal ini disebabkan oleh pengetahuan responden pada beberapa indikator Pola hidup bersih dan sehat (PHBS) yang kurang diketahui.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan data yang diperoleh peneliti berasumsi bahwa pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh faktor Pendidikan. Semakin baik pengetahuan seseorang maka akan semakin baik perilaku yang dilaku, begitu juga sebaliknya sebaikin kurang Pendidikan seseorang akan mengakibatkan perilaku kurang baik yang dilakukan⁷.

Peningkatan pengetahuan terkait PHBS dapat dilakukan dengan penyuluhan terkait PHBS, dengan adanya penyuluhan informasi tentang PHBS yang belum diketahui dapat difahami dan dimengerti, dan diharapkan dapat menjadi perilaku atau kebiasaan.

Perilaku merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek



tertentu. Sebagian besar perilaku atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behavior*)¹

Ibu rumah tangga adalah sosok yang penting dalam kehidupan bermasyarakat karena Ibu rumah tangga merupakan gerbang pertama masyarakat mengenal hidup bersih dan sehat melalui kehidupan dalam keluarga. Masyarakat yang sehat lahir dari keluarga yang sehat, keluarga yang sehat lahir dari individu yang sehat, individu yang sehat lahir dari seorang Ibu yang sehat³.

Berdasarkan mayoritas umur, responden tergolong berada pada usia 31-40 tahun. Asumsi penulis bahwa umur mempengaruhi perilaku ibu dalam perilaku PHBS. Menurut teori bahwa, semakin bertambah umur seseorang maka akan mengalami tahap pertumbuhan dan perkembangan fisik yang lebih matang pula. Begitu juga dengan perilaku semakin bertambah umur maka semakin banyak perilaku yang diperoleh. Dengan usia produktif ini seseorang sangat mudah untuk mendapatkan informasi yang disampaikan oleh orang lain. Ditambah lagi, informasi tentang PHBS tergolong mudah didapatkan, baik melalui media sosial, televisi, internet maupun dari penyuluhan dan edukasi yang menjadi tanggung jawab pemerintah dan tenaga kesehatan dalam meningkatkan produktifitas dan kualitas PHBS keluarga yang diharapkan untuk meningkatkan kesehatan masyarakat^{2,7}.

Perilaku Bersih dan Sehat (PHBS) rumah tangga, berdasarkan Kementerian Kesehatan RI bahwa, ada sepuluh indikator yang penting dalam rumah tangga. Menilai dan mengukur jawaban responden yang ada, bahwa masih ada yang belum mengetahui sama sekali tentang ke-sepuluh indikator tersebut. Namun, rata-rata ibu rumah tangga mengetahui beberapa syarat PHBS rumah tangga dengan baik. Diantaranya, persalinan yang rata-rata ditolong oleh tenaga kesehatan (bidan) setempat, memberi ASI eksklusif, menggunakan air bersih, mencuci tangan, membersihkan jentik nyamuk, melakukan aktifitas fisik setiap hari makan buah dan sayur setiap hari.

Namun, ada beberapa faktor PHBS rumah tangga yang perlu ditingkatkan antara lain, merokok dalam rumah tangga. Merokok dapat mengancam kesehatan anggota keluarga yang lain. Perokok aktif dapat menjadi sumber berbagai penyakit dan masalah kesehatan bagi perokok pasif. Berhenti merokok atau setidaknya tidak merokok di dalam rumah dapat menghindarkan keluarga dari berbagai masalah kesehatan^{2,3}. Selain itu, tanpa merokok akan menyebabkan anggota keluarga yang lain dapat menghirup udara yang sehat dan bersih.

Berdasarkan jawaban responden, diketahui ternyata tidak memiliki jamban sehat, artinya jamban yang dimiliki tidak dilengkapinya dengan *septic tank*, sehingga buangan jamban dibiarkan mengalir mengikuti selokan yang ada, bahkan ada juga keluarga



yang sama sekali tidak memiliki jamban, sehingga untuk keperluan tersebut mereka menggunakan sungai setempat. Asumsi penulis hal ini tentu akan mengganggu kesehatan penduduk dan lingkungan.

Keberhasilan PHBS keluarga merupakan tolak ukur keberhasilan program kesehatan masyarakat yang bertujuan untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan manusia dalam program Gerakan Masyarakat Sehat (Germas) akan terlaksana². Sehingga sehat dapat terwujud, sebagaimana pernyataan bapak lingkungan yaitu Mukono, yang menyatakan bahwa anggota masyarakat yang sehat termasuk model keadaan yang paling baik (*high lever wellnwess model*)¹

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan untuk karakteristik umur, dari 55 orang responden yang berusia 31-40 tahun sebanyak 23 orang. Untuk Pendidikan dari 55 responden yang Pendidikan <SMP sebanyak 23 responden. Untuk pekerjaan dari 55 responden yang berprofesi sebagai ibu rumah tangga sebanyak 33 orang. Dan berdasarkan data yang dapat dikatakan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan perilaku hidup bersih dan sehat dengan nilai *p- value* 0,000.

SARAN

Diharapkan dengan adanya penelitian ini pihak terkait seperti kader, tenaga Kesehatan dapat

melakukan penyuluhan secara rutin terkait PHBS mengingat hal ini sangat penting namun sering di anggap sepele orang mayoritas Masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada dosen pembimbing dan Program Studi Teknologi Laboratorium Medik Poltekkes Kemenkes Aceh.

DAFTAR PUSTAKA

1. Notoatmodjo S. *Kesehatan Masyarakat Ilmu Dan Seni*. Penerbit Rineka Cipta; 2011.
2. Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan RI. PHBS. In: ; 2021. <https://promkes.kemkes.go.id/phb>
3. Depkes RI. *Pembinaan Dan Penilaian PHBS Di Rumah Tangga Melalui Tim Penggerak PKK, Pusat Promosi Kesehatan.*; 2011.
4. Miswanto, Yuniar N, Bahar H. Gambaran pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Rumah Tangga di Wilayah Kerja Puskesmas Welala Kecamatan Ladongi tahun 2015. *J Ilm Kesehat Masy.* 2016;3(1)
5. Jumadewi A, Orisinal O, Kurnaidi H, Masyudi M. Edukasi Sanitasi Air Bersih di Lingkungan Perumahan Daerah Rawan Banjir.



- BAKTIMAS J Pengabdian pada Masyarakat* 2021;3(1):15-21.
doi:10.32672/btm.v3i1.3008
6. Nurfadillah AR, Studi P, Masyarakat K, Negeri U. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru (New Normal). 2020;(November).
7. Kemenkes RI. No Title. Published 2018.
<https://promkes.kemkes.go.id/perilaku-hidup-bersih-sehat>

**Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Dalam Menghadapi Wabah Covid-19
(Corona Virus Disease-19) Di Desa Karang Anyar Kecamatan Langsa Baro
Kota Langsa**

***Knowledge And Attitudes of Pregnant Women In Facing The Outbreak of Covid-19
(Corona Virus Disease-19) In Karang Anyar Village, Langsa Baro District
Langsa City***

Dewita^{1*}, Emilda AS², Alchalidi³

** Dosen Prodi Kebidanan Langsa, Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Aceh
Paya Bujok. Beuramoe, Langsa Barat, Kota Langsa*

**Email: witadewita1980@gmail.com*

<i>Received date: 19 January 2023</i>	<i>Revised date: 20 January 2023</i>	<i>Accepted date: 28 February 2023</i>
---	--	--

Abstrak

Selama hamil terjadi penurunan kekebalan parsial, sehingga mengakibatkan ibu hamil lebih rentan terhadap infeksi virus. Dengan status immune compromised dan perubahan adaptif fisiologis selama kehamilan, wanita hamil bisa lebih rentan terhadap infeksi COVID-19 daripada populasi umum. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif, untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan dan sikap ibu hamil dalam menghadapi wabah Covid-19 di Desa Karang Anyar Kecamatan Langsa Baro Kota Langsa. Jumlah sampel penelitian 34 orang ibu hamil dengan teknik pengambilan sampel total sampling. Instrument penelitian yang digunakan kuesioner, dimana ibu hamil sebelum dilakukan penyuluhan dilakukan pre test dan posttest untuk mengukur pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang pencegahan penularan Covid-19. Analisa data yaitu univariate. Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan 34 responden ibu yang pengetahuan baik terhadap covid-19 sebanyak 12 orang (35,3%), ibu dengan pengetahuan cukup sebanyak 13 orang (38,2%) dan ibu dengan pengetahuan kurang sebanyak 9 orang (26,5%). Sedangkan sikap pencegahan penularan Covid-19 adalah dari 34 responden sikap positif ibu terhadap covid-19 sebanyak 17 orang (50,0%) dan sikap negatif sebanyak 17 orang (50,0%). Hal ini sesuai dengan penelitian Luo & Yin, menyebutkan dalam pelaksanaan manajemen kesehatan terutama pencegahan COVID-19 pada ibu hamil, hampir keseluruhan responden telah melaksanakan manajemen kesehatan dengan baik. Setelah dilakukan penelitian terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap pada ibu hamil dalam menghadapi Covid-19 di Desa Karang Anyar Kecamatan Langsa Baro Kota Langsa.

Kata kunci: Pengetahuan; Sikap; Ibu hamil; Covid-19

Abstract

During pregnancy, there is a partial decrease in immunity, making pregnant women more susceptible to viral infections. With their immunocompromised status and adaptive physiological changes during pregnancy, pregnant women may be more susceptible to COVID-19 infection than the general population. This is because COVID-19 spreads rapidly, maternal management and fetal safety are major concerns, but information on the assessment and management of pregnant women infected with COVID-19 is scarce, and the potential risk of vertical transmission is unclear. The number of samples of this study was 34 pregnant women with total sampling technique. The research instrument used was a questionnaire, where before the counseling was carried out, pre-test and post-test were conducted to measure the knowledge and attitudes of pregnant women about preventing the transmission of Covid-19. Data analysis is univariate. The results showed that the level of knowledge of 34 respondents who had good knowledge of COVID-19 was 12 people (35.3%), mothers with sufficient knowledge were 13 people (38.2%) and mothers with less knowledge were 9 people (26.5 %). Meanwhile, the attitude of preventing the transmission of Covid-19 was from 34 respondents who had positive attitudes towards



COVID-19 as many as 17 people (50.0%) and 17 people negative attitudes (50.0%). This is in accordance with Luo & Yin's research, which states that in the implementation of health management, especially the prevention of COVID-19 in pregnant women, almost all of the respondents have carried out health management well. After the research, there was an increase in knowledge and attitudes of pregnant women in dealing with Covid-19 in Karang Anyer Village, Langsa Baro District, Langsa City.

Keywords: Knowledge; Attitude; Pregnant women; Covid-19)

PENDAHULUAN

Masyarakat Indonesia dan dunia dihebohkan dengan wabah virus korona jenis baru (*Novel Corona Virus/nCoV*) yang secara resmi saat ini disebut sebagai COVID-19 (*coronavirus disease that was discovered in 2019*). Virus ini termasuk dalam keluarga besar *Corona Virus (CoV)* ¹. Menurut WHO, *Coronavirus disease (Covid-19)* yang ditemukan pertama kali di Wuhan dengan sebutan novel coronavirus 2019 (2019-nCoV) yang disebabkan oleh *virus Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2)*. Di Indonesia angka morbiditas dan mortalitas terus terjadi. Hingga bulan April tahun 2020 angka kematian dikarenakan Covid-19 di Indonesia mencapai jumlah 784 orang dinyatakan meninggal dan 9.771 orang terkonfirmasi positif, dan 1.391 orang dinyatakan sembuh ².

COVID-19 merupakan penyakit yang baru ditemukan oleh karena itu pengetahuan terkait pencegahannya sedang dialami oleh ilmuwan Dunia. Kunci pencegahan meliputi pemutusan rantai penularan dengan deteksi dini, isolasi dan melakukan proteksi dasar ². Hingga saat ini, pengetahuan tentang infeksi COVID-19 dalam hubungannya

dengan kehamilan dan janin masih terbatas dan belum terdapat rekomendasi spesifik untuk penanganan ibu hamil dengan COVID-19.

Ibu hamil merupakan salah satu kelompok khusus yang rentan terkena virus Covid-19. Selama hamil terjadi penurunan kekebalan parsial, sehingga mengakibatkan ibu hamil lebih rentan terhadap infeksi virus. Dengan status immunocompromised dan perubahan adaptif fisiologis selama kehamilan, wanita hamil bisa lebih rentan terhadap infeksi COVID-19 daripada populasi umum. Hal ini dikarena COVID-19 menyebar dengan cepat, penatalaksanaan ibu dan keselamatan janin menjadi perhatian utama, tetapi informasi penilaian dan penatalaksanaan wanita hamil yang terinfeksi COVID-19 masih langka, dan potensi risiko penularan vertikal tidak jelas ³.

Perilaku pencegahan pada ibu hamil dapat dipengaruhi dari keluarga, masyarakat serta media informasi yang menyampaikan terkait COVID-19. Perilaku seseorang dipengaruhi oleh faktor pendahulu yang meliputi pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai dan tradisi. Seharusnya ibu hamil memiliki



pengetahuan dan pemahaman yang baik tentang cara menjaga diri agar terhindar dari Covid-19. Melalui pengetahuan yang adekuat harapannya ibu juga dapat memiliki sikap dan perilaku yang baik dalam menjalani kehidupannya sehari-hari. Sehingga berdasarkan fenomena tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku ibu hamil dalam menjalani kehamilan di masa pandemi Covid-19.

Survei awal yang dilakukan dengan wawancara singkat kepada ibu hamil yang melakukan kunjungan antenatal care di Polindes Desa Karang Anyar sebanyak 10 orang ibu hamil. Dari 10 orang ibu hamil hanya 4 orang yang pengetahuannya baik mengenai pencegahan wabah Covid-19. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan dan sikap ibu hamil dalam menghadapi wabah Covid-19 di Desa Karang Anyar Kecamatan Langsa Baro Kota Langsa.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini adalah *quasi experiment design* dengan pendekatan *pretest posttest nonequivalent control group*, untuk mengetahui pengetahuan dan sikap ibu hamil dalam pencegahan wabah Covid-19 di Desa Karang Anyar Kecamatan Langsa Baro Kota Langsa. Penelitian dilakukan pada 15 September s/d 15 Oktober 2020, bertempat di Desa Karang Anyar Kecamatan Langsa Baro, Kota Langsa. Populasi dan sampel penelitian adalah

seluruh ibu hamil yang ada di Desa Karang Anyar berjumlah 34 orang.

HASIL PENELITIAN

a. Pengetahuan Ibu Hamil terhadap Covid-19

Tabel 1. Pengetahuan Ibu Hamil Terhadap pencegahan Covid-19

No	Pengetahuan	F	%
1	Baik	12	35,3
2	Cukup	13	38,2
3	Kurang	9	26,5
	Total	34	100

Berdasarkan tabel diatas, dari 34 responden ibu yang pengetahuan baik terhadap covid-19 sebanyak 12 orang (35,3%), ibu dengan pengetahuan cukup sebanyak 13 orang (38,2%) dan ibu dengan pengetahuan kurang sebanyak 9 orang (26,5%).

b. Sikap Ibu Hamil terhadap Covid-19

Tabel 2. Sikap Ibu Hamil Terhadap Covid-19

No	Sikap	F	%
1	Positif	17	50,0
2	Negatif	17	50,0
	Total	34	100

Berdasarkan tabel diatas, dari 34 responden sikap positif ibu terhadap covid-19 sebanyak 17 orang (50,0%) dan sikap negatif sebanyak 17 orang (50,0%).

PEMBAHASAN



Pengetahuan Ibu Hamil terhadap Pencegahan Covid-19

Mayoritas ibu hamil memiliki pengetahuan terhadap pencegahan covid-19 dalam kategori cukup sebagaimana pada tabel, hal ini bisa saja disebabkan karena ketidakmampuan responden dalam memahami hal-hal yang berkaitan dengan covid-19 dan pencegahannya.

Seseorang yang mempunyai pengetahuan baik cenderung untuk bertindak lebih baik dalam memelihara kesehatan. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Dalam penelitian ini, pengetahuan yang dimaksudkan adalah pengetahuan ibu hamil trimester III dalam pencegahan covid-19⁴.

Ibu hamil harus menghindari covid-19 dengan mengetahui dan mempraktikkan tindakan pencegahan covid-19 diantaranya selalu menggunakan masker saat keluar rumah, menghindari kerumunan manusia, menutup mulut dan hidung menggunakan siku saat batuk/bersin, dan mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau gunakan handsanitazier yang mengandung alkohol, hindari bersalaman serta mengonsumsi gizi yang cukup⁵.

Sikap Ibu Hamil terhadap Pencegahan Penularan Covid-19

Hasil penelitian menunjukkan ada keseimbangan ibu hamil trimester memiliki sikap yang positif dan negatif

terhadap pencegahan covid-19. Berbeda dengan hasil penelitian Dewi dkk⁶: menunjukkan lebih dari separuh ibu hamil trimester III memiliki sikap yang positif terhadap pencegahan COVID-19. Hal ini sesuai dengan penelitian Luo & Yin menyebutkan²: dalam pelaksanaan manajemen kesehatan terutama pencegahan COVID-19 pada ibu hamil, hamper keseluruhan responden telah melaksanakan manajemen kesehatan dengan baik.

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Manifestasi sikap tidak dapat dilihat langsung, tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup. Sikap secara nyata menunjukkan konotasi adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial⁷.

KESIMPULAN

Setelah di berikan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap pada ibul hamil dalam menghadapi Covid-19 di Desa Karang Anyer Kecamatan Langsa Baro Kota Langsa

SARAN

Diharapkan dengan adanya penelitian ini petugas kesehatan dapat memberikan edukasi secara kontinu mengenai wabah COVID-19 kepada ibu hamil.



DAFTAR PUSTAKA

1. Sheng, W. H. Coronavirus disease 2019 (covid-19). *Journal of Internal Medicin of Taiwan*. [https://doi.org/10.6314/JIMT.202004.31\(2\).01](https://doi.org/10.6314/JIMT.202004.31(2).01). 2020.
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman Kesiapsiagaan Menghadapi Coronavirus Disease (COVID-19). In *Direkorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit*. 2020.
3. Luo, Y., & Yin, K. Management of pregnant women infected with COVID-19. *The Lancet Infectious Diseases*, 20(5), 513–514. [https://doi.org/10.1016/S1473-3099\(20\)30191-2](https://doi.org/10.1016/S1473-3099(20)30191-2). 2020.
4. Rogers, E. M. Diffusion of preventive innovations. *Addictive Behaviors*, 27(6), 989–993. 2002.
5. BNPB. Pedoman Penanganan Cepat Medis dan Kesehatan Masyarakat Covid-19 di Indonesia. 23 Maret, 1–38. <http://www.covid19.go.id>. 2020.
6. Dewi., R., Widodadi., R., & Indrayani., T. Pengetahuan dan sikap ibu hamil trimester III terhadap pencegahan Covid-19. *Hijp: Health Information Jurnal Penelitian*, 12(2). 2020.
7. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta. 2012.



Literatur Review : Hubungan Pemberian MP-ASI Dengan Status Gizi Pada Baduta

Literature Review: The Relationship of Giving Complementary Foods For Breast Milk With Nutritional Status In Children

Khamsiah¹, Yusnaini^{2*}, Fithriany³

^{1,2,3}Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Aceh

Jln. Soekarno-Hatta Kampus Terpadu Poltekkes Aceh, Aceh Besar 23352

*Email: nainiqim@yahoo.co.id

Received date: 27 January 2023	Revised date: 23 January 2023	Accepted date: 28 February 2023
-----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

Abstrak

Pemberian MP-ASI berarti memberikan makanan lain sebagai pendamping ASI yang diberikan pada bayi dan anak usia 6-12 bulan. MP-ASI yang tepat dan baik merupakan makanan yang dapat memenuhi kebutuhan gizi sehingga bayi dan anak dapat tumbuh kembang dengan optimal. MP-ASI diberikan secara bertahap sesuai dengan usia anak, melalui dari MP-ASI jenis lumat sampai anak menjadi terbiasa dengan makanan keluarga. Disamping MP-ASI, pemberian ASI terus dilanjutkan sebagai sumber zat gizi dan faktor pelindung penyakit hingga mencapai anak usia dua tahun atau lebih. Untuk melakukan review pada beberapa literature terkait hubungan pemberian MP-ASI dengan status gizi pada bayi usia 6-24 bulan. Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan metode studi kepustakaan atau literatur review. Hasil penelitian secara umum pemberian MP-ASI dini berhubungan dengan status gizi, Pemberian MP-ASI tepat waktu berhubungan dengan status gizi. Ada hubungan antara Pemberian MP-ASI pada anak usia 6-24 dengan status gizi. Untuk penelitian selanjutnya dapat diharapkan dapat menjadi rujukan untuk lebih banyak lagi penelitian tentang pemberian MP-ASI dengan status gizi.

Kata kunci: Pemberian MP-ASI; Status Gizi

Abstract

Giving MP-ASI means giving other foods as a complement to ASI which is given to infants and children aged 6-12 months. Proper and good MP-ASI is food that can meet nutritional needs so that babies and children can grow and develop optimally. MP-ASI is given gradually according to the child's age, moving from pureed MP-ASI until the child becomes accustomed to family food. Apart from MP-ASI, breastfeeding continues as a source of nutrients and a disease-protective factor until it reaches the child aged two years or more. To review some of the literature related to the relationship between complementary feeding and nutritional status in infants aged 6-24 months. This research is a research using literature study or literature review method. In general, the provision of early MP-ASI is related to nutritional status, the provision of MP-ASI on time is related to nutritional status. There is a relationship between giving MP-ASI to children aged 6-24 and nutritional status. Suggestion: for further research it is hoped that it will become a reference for more research on complementary feeding with nutritional status.

Keywords: Providing MP-ASI; Nutritional status

PENDAHULUAN

Pada tahun 2018, hampir 3 dari 10 anak berusia dibawah lima tahun

menderita stunting atau terlalu pendek untuk usia mereka, sedangkan 1 dari 10 kekurangan berat badan atau terlalu



kurus untuk usia mereka. Sepuluh anak usia sekolah dasar kelebihan berat badan atau obesitas¹.

Sepertiga anak balita masih mengalami malnutrisi—*stunting*, *wasting*, ataupun berat badan berlebih. Sementara dua pertiganya berisiko menderita malnutrisi dan kelaparan terselubung akibat asupan makan yang tidak berkualitas. Pola ini mencerminkan tiga beban malnutrisi—gizi kurang, kelaparan terselubung, dan berat badan berlebih yang mengancam kelangsungan hidup, tumbuh kembang anak, dan perkembangan suatu bangsa. Permasalahan terletak pada sistem pangan yang tidak bekerja dan gagal memberikan asupan makanan yang dibutuhkan anak untuk tumbuh dengan sehat¹.

Status gizi yang baik untuk membangun sumber daya manusia yang berkualitas pada hakekatnya harus dimulai sedini mungkin yakni sejak manusia itu masih berada dalam kandungan. Salah satu hal yang perlu diperhatikan adalah makanannya. Melalui makanan manusia mendapatkan zat gizi yang merupakan kebutuhan dasar manusia untuk tumbuh dan berkembang. Ketidaktahuan tentang cara pemberian makan pada bayi dari jumlah, jenis dan frekuensi makanan secara langsung dan tidak langsung menjadi penyebab terjadinya masalah kurang gizi pada bayi².

Status gizi memiliki pengaruh yang sangat besar dalam mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas

di masa yang akan datang. Status gizi berhubungan dengan kecerdasan anak. Pembentukan kecerdasan pada masa usia dini tergantung pada asupan zat gizi yang diterima. Bayi dengan anak berusia 0 -12 bulan merupakan kelompok rawan gizi tidak hanya dengan cara perawatan namun pola pemberian makanan juga mempengaruhi perkembangan pertumbuhan bayi Melalui penerapan perilaku Keluarga Sadar Gizi, keluarga didorong untuk memberikan ASI Eksklusif pada bayi sejak lahir sampai bayi berusia 6 bulan dan memberikan MP-ASI yang cukup dan bermutu kepada bayi dan anak usia 6-12 bulan. Bagi keluarga mampu, pemberian MP-ASI yang cukup dan bermutu relatif tidak bermasalah. Pada keluarga miskin, pendapatan yang rendah menimbulkan keterbatasan pangan dirumah tangga yang berlanjut pada rendahnya jumlah dan mutu MP-ASI yang diberikan kepada bayi dan anak³.

Pada balita usia 0-59 bulan, hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menyatakan bahwa persentase gizi buruk di Indonesia adalah 3,9%, sedangkan persentase gizi kurang adalah 13,8%. Hal tersebut tidak berbeda jauh dengan hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) yang diselenggarakan oleh Kementerian Kesehatan tahun 2017, yaitu persentase gizi buruk pada balita usia 0-59 bulan sebesar 3,8% dan persentase gizi kurang sebesar 14,0%. Persentase balita sangat pendek dan pendek usia 0-23 bulan di Indonesia tahun 2018 yaitu 12,8% dan 17,1%.



Kondisi ini meningkat dari tahun sebelumnya dimana persentase balita sangat pendek yaitu sebesar 6,9% dan balita pendek sebesar 13,2%. Sedangkan Persentase balita sangat kurus dan kurus usia 0-23 bulan di Indonesia pada tahun 2018 adalah 4,5% dan 7,2%. Bila dijumlahkan, persentase ini cenderung turun jika dibandingkan dengan kondisi tahun 2017 dimana persentase balita sangat kurus dan kurus sebesar 3,9% dan 8,9%. Meski demikian, persentase balita sangat kurus usia 0-23 bulan tahun 2018 mengalami kenaikan⁴.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah studi *literature review* yaitu pengkajian mengenai konsep dan teori yang digunakan berdasarkan literatur yang tersedia, terutama dari artikel-artikel yang dipublikasikan dalam berbagai jurnal ilmiah. Kajian pustaka berfungsi untuk membangun konsep atau teori yang menjadi dasar studi dalam penelitian. Konsep dan teori yang dikaji dalam penelitian ini yaitu mengenai Hubungan Pemberian MP-ASI dengan status gizi pada bayi 6-24 bulan.

Jenis data yang digunakan adalah data sekunder. Data sekunder yang dimaksudkan yaitu data yang diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu yang sudah dipublikasi ilmiah dengan topik dan variabel yang sama dengan judul penelitian. Pemilihan jurnal berdasarkan kriteria inklusi sebagai berikut :

Kriteria jurnal yang direview adalah artikel jurnal penelitian berbahasa Indonesia dan Inggris dengan subyek manusia dewasa, jenis jurnal artikel penelitian bukan literature review dengan tema pemberian MP-ASI dengan status gizi pada bayi usia 6-24 bulan, menggunakan kata kunci yang dipilih yakni MP- ASI dan Status Gizi.

Studi pustaka atau literature dengan mengambil data dipustaka, membaca, mencatat dan mengolah bahan penelitian menggunakan kata kunci yang dipilih yakni MP-ASI dan Status Gizi. Data data yang sudah didapatkan dari berbagai literature dikumpulkan sebagai suatu kesatuan dokumen yang digunakan untuk menjawab permasalahan yang akan dirumuskan.

Literature review ini menggunakan literature terbitan tahun 2016-2020 yang dapat diakses *fulltext* dalam format *pdf*, Google Scholar, Pub Med, dan *scholarly (pee reviewed journal)*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelusuran di Google Schoolar, Pub Med, dan *scholarly (pee reviewed journal)* dengan kata kata kunci yang dipilih yakni MP- ASI dan Status Gizi peneliti menemukan 2536 jurnal yang sesuai dengan kata kunci tersebut. Sebanyak 453 jurnal dari jurnal yang ditemukan sesuai kata kunci pencarian tersebut kemudiandilakukan skrining, 187 jurnal dieksklusi karena tidak tersedia artikel *full text*. Asesment kelayakan



terhadap 266 jurnal *full text* dilakukan, jurnal yang duplikasi dan tidak sesuai kriteria inklusi dilakukan eksklusi sebanyak 256 , sehingga didapatkan 10 jurnal *full text* yang dilakukan review.

Berdasarkan hasil penelusuran di Google Scholar, Pub Med, dan *scholarly (peer reviewed journal)* dengan kata kata kunci yang dipilih yakni MP- ASI dan Status Gizi peneliti menemukan 2536 jurnal yang sesuai dengan kata kunci tersebut. Sebanyak 453 jurnal dari jurnal yang ditemukan sesuai kata kunci pencarian tersebut kemudiandilakukan skrining, 187 jurnal dieksklusi karena tidak tersedia artikel *full text*. Asesment kelayakan terhadap 266 jurnal *full text* dilakukan, jurnal yang duplikasi dan tidak sesuai kriteria inklusi dilakukan eksklusi sebanyak 256, sehingga didapatkan 10 jurnal *full text* yang dilakukan review sebagai berikut.

Penelitian pertama dari Siti Sofiyah dengan judul Hubungan Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dini dengan Status Gizi Pada bayi usia 6-12 bulan, menunjukkan bahwa hasil uji statistik chi square p -value 0,046 lebih kecil dari nilai α 0,05 ($0,046 < 0,05$), sehingga H_1 diterima. Kesimpulannya terdapat hubungan hubungan antara pemberian makanan pendamping ASI dini dengan status gizi pada bayi usia 6-12 bulan di Desa Candimulyo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang. Selanjutnya penelitian kedua oleh Ester Iran, Umi Kalsum, Satriani dengan judul Hubungan Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI)

Dini Dengan Status Gizi Bayi Usia 6-12 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Baru Samarinda, menunjukkan bahwa nilai dari variable pemberian makanan pendamping ASI (MPASI) dini $p=0,005$. Hasil p value $< 0,05$ (Sig. 95%) yang berarti ada hubungan antara pemberian makanan pendamping ASI (MPASI) dini dengan status gizi bayi usia 6-12 bulan. Nilai Odd Ratio: 6,8. Kemudian penelitian ketiga yang dilakukan oleh Rika Septiana, R Sitti Nur Djannah, M. Dawam Djamig dengan judul Hubungan Pemberian Makanan Pendamping Asi (Mp-Asi) Dan Status Gizi Balita Usia 6-24 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta⁶. Hasil penelitian menunjukkan analisis pemberian makanan pendamping ASI dan status gizi balita usia 6-24 bulan menunjukkan nilai Chi-Square 4,103 dengan tingkat signifikan 0,043 ($p < 0,05$).

Penelitian keempat oleh Gesit Kusuma Wardani dengan judul Hubungan Pemberian Makanan Pendamping Asi Dengan Status Gizi Bayi Usia 6-24 Bulan menunjukkan Hasil uji statistik didapatkan bahwa $p = 0,001$ dan keeratan hubungan 0,481. Penelitian kelima oleh Auliya Shobah, Rokhaidah dengan judul Hubungan Pemberian MP-ASI Dengan Status Gizi Bayi 6- 24 Bulan, memperoleh hasil uji analisis Chi-square memperoleh nilai $p = 0,229$ ($> \alpha = 0,05$) yang berarti bahwa tidak ada hubungan antara jenis pemberian makanan pendamping ASI dengan



status gizi pada bayi usia 6-24 bulan. Penelitian keenam dengan judul Hubungan Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Dengan Status Gizi Bayi Pada Usia 6-12 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Manado² oleh A. Halil Datesfordate Rina Kundre Julia V. Rottie di wilayah kerja Puskesmas Bahu Manado pada anak usia 6-12 bulan. Hasil penelitian menunjukkan berdasarkan uji chi-square terdapat hubungan yang signifikan antara pemberian MP-ASI dengan status gizi bayi di wilayah kerja puskesmas manado.

Penelitian ketujuh oleh Waode Hamsilni, Asnia Zainuddin, Jumakil dengan judul Hubungan Pemberian Makanan Pendamping Asi (MP-ASI) Dengan Status Gizi Pada Baduta Usia 6-24 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Nambo Kota Kendari Tahun 2019 di Wilayah Kerja Puskesmas Nambo Kecamatan Abeli Kota Kendari baduta usia 6-24 bulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan usia pertama pemberian MP-ASI (p value=0.000), frekuensi pemberian MP-ASI (p value = 0.029) pada baduta usia 6-24 bulan dengan status gizi, lain halnya dengan variasi pemberian MP-ASI (p value = 0.403) yang tidak memiliki hubungan dengan status gizi pada baduta usia 6-24 bulan. Selanjutnya penelitian kedelapan dengan judul Hubungan pemberian makanan pendamping asi dengan status gizi baduta di puskesmas mamajang yang dilakukan oleh Andi tenri angka, mita purnawat Di

puskesmas mamajang pada Anak usia 6-24 bulan, menunjukkan bahwa status gizi kurang 25 baduta (51,9%), yang diberikan makanan pendamping asi kurang baik. Baduta yang diberikan makanan pendamping asi berdasarkan umur.

Kesembilan penelitian dari Kyaw Swa Mya , Aung Tin Kyaw , Thandar Tun dengan judul Feeding practices and nutritional status of children age 6-23 months in Myanmar: A secondary analysis of the 2015-16 Demographic and Health Survey (Praktik pemberian makan dan status gizi anak usia 6-23 bulan di Myanmar: Analisis sekunder Survei Demografi dan Kesehatan 2015-16) di Myanmar. Memperoleh data sekunder menggunakan Survei Demografi dan Kesehatan Myanmar, bahwa hasilnya disajikan dengan rasio odds yang disesuaikan dengan interval kepercayaan 95%. Sebanyak 1.222 anak usia 6-23 bulan dilibatkan dalam analisis ini. Dua puluh persen mengalami stunting dan 43% mengalami anemia sedang. Hanya 16% anak yang menerima diet minimum yang dapat diterima, 25% menerima kelompok makanan yang beragam, 58% diberi makan dengan frekuensi makan minimum, 85% saat ini disusui, dan 59% mengonsumsi makanan kaya zat besi. Dan terakhir penelitian dari Artemio M. Gonzales Jr. and Marciel N. Salvador dengan judul Nutritional Status and Infant and Young Child Feeding (IYCF) Practices among Buhid Mangyan Tribe, Occidental Mindoro Philippines (Status Gizi dan Pemberian Makanan Bayi dan Anak



(PMT) Praktek di antara Suku Buhid Mindoro Barat Filipina children of age 6-24 months. Temuan mengungkapkan prevalensi malnutrisi akut global (GAM) pada tingkat kritis. Ada yang rendah tapi signifikan prevalensi stunting dan underweight pada anak-anak. Ada praktik pemberian makan bayi dan anak yang baik di masyarakat kecuali untuk diet minimum yang dapat diterima dengan status gizi pada bayi usia 6-24 bulan.

1. Persamaan (*compare*)

Berdasarkan paparan hasil kaji literatur yang didapatkan dari beberapa Persamaan (*Compare*). Antara satu artikel dengan artikel lain terutama Variabel yang digunakan, Seperti Variabel Pemberian MP-ASI Tepat Waktu dan MP-ASI Dini untuk variabel independen dan Status Gizi Bayi Usia 6-24 Bulan untuk variabel dependen, terdapat juga persamaan lain dari beberapa Artikel memiliki tujuan yang sama yaitu melihat Hubungan pemberian MP-ASI Dengan Status Gizi Pada Bayi Usia 6 – 24 Bulan dan desain penelitian yang digunakan adalah desain penelitian *cross sectional*.

Pada penelitian M Kurnia Widiastuti Giri, I W Muliarta, N.P Dewi Sri Wahyuni (2013). Berdasarkan hasil uji korelasi diketahui bahwa nilai signifikansi atau $P = 0,000$ atau lebih kecil dari $0,05$, hal ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pemberian ASI eksklusif dengan status gizi balita usia 6-24 bulan. Metode

yang tampil terbaik saat digunakan untuk penelitian mengenai Hubungan pemberian makanan pendamping asi dengan status gizi bayi usia 6-24 bulan yaitu metode angket atau kuisioner, serta jenis kerangka penelitian yang diusulkan untuk penelitian ini adalah desain *systematic review* dan *cross sectional*.

Berdasarkan uraian diatas bahwa ada hubungan pemberian makanan pendamping asi dengan status gizi bayi umur 6-24 bulan, sehingga gizi sangat berperan penting dalam tumbuh kembang bayi/anak. Maka dari itu tujuan pemberian gizi yang baik adalah untuk mencapai tumbuh kembang bayi/anak yang adekuat.

2. Perbedaan (*contrast*)

Berdasarkan Artikel Yang Di Review Diatas terdapat perbedaan pada tahun penelitian, jumlah sampel juga tehnik pengambilan sampel dan hasil penelitian yang ditemukan.

Dari 10 artikel yang direview terdapat tahun yang berbedaa yaitu dari tahun 2016 sampai dengan tahun 2021, jumlah sampel dalam artikel yang peneliti ambil adalah paling sedikit sejumlah 40 responden dan sampel terbanyak sejumlah 450 responden, dari artikel yang direview terdapat Tehnik sampling dengan metode *simple random sampling* sebanyak 1 artikel, total sampling sebanyak 4 artikel, *accidental sampling* sebanyak 2 artikel, *purposive sampling* sebanyak 2 artikel dan *Cluster sampling* sebanyak 1 artikel, dan hasil penelitian



menunjukkan dari 10 artikel yang direview didapatkan hasil 9 artikel menyatakan ada Hubungan pemberian Mp- Asi Dengan Status Gizi Pada Bayi Usia 6 – 24 Bulan dan 1 artikel menyatakan tidak ada Hubungan pemberian Mp-Asi Dengan Status Gizi Pada Bayi Usia 6 – 24 Bulan.

3. Perbandingan (*synthesize*)

Berdasarkan Dari hasil penelitian yang Dilakukan Hubungan Pemberian Makanan Pendamping (Mp) Asi Dini Denganstatus Gizi Pada Bayi Usia 6-12 Bulan Hasil penelitian didapatkan sebagian besar dari responden 31 (70,5%) responden memberikan MP ASI dini, sebagian besar dari responden 33 (75%) bayi usia 6-12 bulan mempunyai status gizi baik. Hasil uji statistic *chi square* p -value 0,046 lebih kecil dari nilai α 0,05 ($0,046 < 0,05$), sehingga H_1 diterima. Kesimpulan terdapat hubungan hubungan antara pemberian makanan pendamping ASI dini dengan status gizi pada bayi usia 6-12 bulan di Desa Candimulyo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Damayanti,dkk(2016) Hubungan Pola Pemberian Makanan Pendamping Asi Dengan Status Gizi Balita Usia 6-24 Bulan Pada Salah Satu Desa Di Wilayah Lampung Timur. Hasil penelitian di dapat hasil responden berdasarkan pola pemberian MP-ASI tidak baik sebanyak 15 orang (27,3%), pola pemberian MP-ASI baik sebanyak 40 orang (72,7%) dan

berdasarkan status gizi balita didapat hasil gizi baik sebanyak 39 orang (70,9%) serta gizi kurang sebanyak 16 orang (29,1%). 15 responden dengan pola pemberian MP-ASI tidak baik didapat 13 responden (86,7%) berstatus gizi kurang dan 2 responden (13,3%) berstatus gizi baik serta dari 40 responden dengan pola pemberian MP-ASI baik didapat 38 responden (95,0%) berstatus gizi baik dan 2 responden (5,0%) berstatus gizi kurang. Hasil uji statistik di peroleh p value = 0,000 ($0,000 < 0,05$), ada hubungan yang bermakna antara pola pemberian makanan pendamping ASI dengan status gizi balita.

Penelitian yang dilakukan oleh Kusmiyati, Amd, MSi (2016). Membahas Hubungan Pola Mp-Asi Terhadap Status Gizi Anak Di Puskesmasuradita Kab.Tangerang. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pola pemberian makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI) terhadap status gizi anak di Wilayah Kerja Puskesmas Suradita Kabupaten Tangerang. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *Cross Sectional* dan dilakukan pada 90 sampel melalui metode *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner pola pemberian MP-ASI yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Hasil uji statistik dengan *Confident interval* sebesar 95% menunjukkan hasil p -value sebesar 0,007 yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara pola pemberian MP-ASI terhadap status gizi dan nilai



odds ratio (OR) sebesar 4,960 yang berarti anak yang diberikan pola MP-ASI tepat beresiko 4,960 kali berstatus gizi normal dibandingkan dengan anak yang diberikan pola MP-ASI tidak tepat.

Penelitian Yang Dilakukan Oleh Raghieb Iqbal, Dkk (2017). Membahas *Tentang Feeding practices and nutritional status of children age 6-23 months in Myanmar: A secondary analysis of the 2015-16 Demographic and Health Survey*. Hasil mengungkapkan bahwa diet adalah berdasarkan sereal, akar, dan umbi-umbian dengan produk hewani kecil. Konsumsi makanan kaya protein, baik nabati maupun asal hewan, sangat rendah. Tak satu pun dari makanan ini mencatat 50% dari total konsumsi, kecuali susu dengan 50,4%. Kurang dari 30% anak-anak penduduk mengkonsumsi kacang-kacangan. Makanan seperti daging, telur, dan ikan dicatat konsumsi di bawah 50% juga. Keju tidak dikonsumsi sama sekali di pedesaan komunitas. Hanya 9,7% yang dikonsumsi sayuran dan 12,9% mengkonsumsi buah-buahan. Sebagian besar anak mengalami stunting (58,2%), diikuti oleh wasting (7,8%), dan kurus (23,8%).

4. Pandangan (*critize*)

Berdasarkan hasil penelitian dari 10 artikel yang di *review*, diperoleh informasi variasi tentang Hubungan pemberian MP-ASI Dengan Status Gizi Pada Bayi Usia 6 – 24 Bulan.

Hasil penelitian secara umum menunjukkan bahwa terdapat

Hubungan pemberian MP-ASI Dengan Status Gizi Pada baduta terdapat dalam 9 jurnal yg direview, dan tidak terdapat Hubungan pemberian MP-ASI dengan Status Gizi Pada baduta terdapat dalam 9 jurnal yg direview.

KESIMPULAN

Dari hasil literature review, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara Pemberian MP-ASI dengan status gizi pada baduta.

SARAN

Diharapkan bagi institusi kesehatan dapat meningkatkan pendidikan kesehatan bagi ibu nifas mengenai keuntungan serta bisa menambah wawasan dan kepekaan penelitaian terhadap kondisi-kondisi nyata di masyarakat berkaitan dengan pengembangan ilmu pengetahuan yang sedang ditekuni, khususnya dalam hal Pemberian MP-ASI pada baduta.

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat meningkatkan penelitian lebih baik lagi, dan melakukan penelitian mengenai Pemberian MP-ASI pada baduta merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan status gizi Lainnya Dengan Melihat Dan membandingkan variabel dan tehnik yang berbeda dan hasil dari penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Rasa terima kasih penulis ucapkan kepada ibu Yusnaini, SST, M.kes selaku pembimbing utama dan ibu



Fithriany, S.SiT, M.Kes selaku pembimbing pendamping atas jerih payah beliau dalam membimbing penulisan dan pelaksanaan penelitian ini hingga selesai

DAFTAR PUSTAKA

1. Unicef. Status Anak Dunia 2019 (Anak, Pangan dan Gizi). In: ; 2019. <https://www.unicef.org/indonesia/id/status-anak-dunia-2019>
2. Datesfordate A, Kundre R, Rottie J. Hubungan Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (Mp-Asi) Dengan Status Gizi Bayi Pada Usia 6-12 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Manado. *J Keperawatan UNSRAT*. 2017;5(2):137391.
3. Khadijah. Serambi Saintia, Vol. IV, No. 2, Oktober 2016 ISSN : 2337 - 9952. 2016. 2016;IV(2):10-18.
4. Indonesia KKR. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI. 2019; 2018. https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/PROFIL_KESEHATAN_2018_1.pdf
5. Siti Shofiyah. Hubungan pemberian makanan pendamping (mp) asi dini dengan status gizi pada bayi usia 6-12 bulan: hubungan pemberian makanan pendamping (mp) asi dini dengan status gizi pada bayi usia 6-12 bulan. *J Kesehat Samodra Ilmu*. 2021;12 nomor 1. doi:<https://doi.org/10.55426/jksi.v12i1.139>
6. Septiana R, Djannah SN, Djamil MD. Hubungan antara Pola Pemberian Makanan Pendamping Asi (Mp-asi) dan Status Gizi Balita Usia 6-24 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Gedongtengen YOGYAKARTA. *Kes Mas J Fak Kesehat Masy Univ Ahmad Daulan*. 2010;4(2). doi:10.12928/kesmas.v4i2.1097
7. Wardhani GK. Hubungan pemberian Makanan Pendamping ASI dengan status gizi bayi usia 6-24 Bulan. *J Ilm Kesehat Media Husada*. 2018;7(2):71-78.