

**EFEKTIVITAS PENYULUHAN TENTANG MENU SEIMBANG
TERHADAP PENGETAHUAN IBU BALITA DI POSYANDU
TUNAS JAYA DESA JAYA WILAYAH KERJA UPTD
KESEHATAN KOPAH KAB KUANTAN SINGINGI
TAHUN 2020**

SKRIPSI



Oleh :

AYUNA FITRI
NIM : 1903021432

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN AL-INSYIRAH
PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA TERAPAN
PEKANBARU**

**EFEKTIVITAS PENYULUHAN TENTANG MENU SEIMBANG
TERHADAP PENGETAHUAN IBU BALITA DI POSYANDU
TUNAS JAYA DESA JAYA WILAYAH KERJA UPTD
KESEHATAN KOPAH KAB KUANTAN SINGINGI
TAHUN 2020**

SKRIPSI



**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh
gelar Sarjana Terapan Kebidanan**

Oleh :

AYUNA FITRI
NIM : 1903021432

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN AL-INSYIRAH
PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA TERAPAN
PEKANBARU
2020**

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Ayuna Fitri
NIM : 1903021432
Program Studi : Kebidanan Program Sarjana Terapan
Judul Skripsi : Efektivitas Penyuluhan Tentang Menu Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu Balita di Posyandu Tunas Jaya Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi

Skripsi ini telah diuji dan dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan dinyatakan lulus pada tanggal 20 Februari 2021

Mengesahkan :
Dewan Penguji

Wira Ekdeni Aifa, S.ST, M.Kes
NIDN : 1015068803

()

Komaria Susanti, SST, M.Kes
NIDN : 1929019002

()

Hj. Rosmanidar, SST, M.Kes
NIP : 19660719 198703 2 002

()

Mengetahui
Ketua STIKes Al Insyirah



Dr. Ns. Hj. Rifa Yanti, S.Kep, M.Biomed
NIDN : 1015107503

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Ayuna Fitri
NIM : 1903021432
Program Studi : Kebidanan Program Sarjana Terapan
Judul Skripsi : Efektivitas Penyuluhan Tentang Menu Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu Balita di Posyandu Tunas Jaya Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi

Skripsi ini telah disetujui untuk diseminarkan di depan dewan penguji STIKes Al Insyirah Pekanbaru pada tanggal 20 Februari Tahun 2021 dan dinyatakan telah memenuhi syarat.

Pekanbaru, Februari 2021

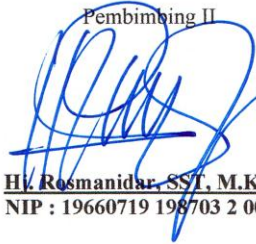
Menyetujui,

Pembimbing I



Komaria Susanti, SST, M.Kes
NIDN : 1929019002

Pembimbing II



H. Rosmanidar, SST, M.Kes
NIP : 19660719 198703 2 002

PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Ayuna Fitri
NIM : 1903021432
Prodi : Kebidanan
Jenjang : Sarjana Terapan Kebidanan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat pada dalam penulisan skripsi saya yang berjudul Efektivitas Penyuluhan Tentang Menu Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu Balita di Posyandu Tunas Jaya Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi.

Apabila suatu saat terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan berupa pencabutan gelar akademik, serta sanksi lainnya sesuai norma yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Pekanbaru, 20 Februari 2021


(Ayuna Fitri)
1903021432

**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Al Insyirah Pekanbaru
Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan
Skripsi, Januari 2021**

**AYUNA FITRI
NIM : 1903021432**

Efektivitas Penyuluhan Tentang Menu Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu Balita di Posyandu Tunas Jaya Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi

vii+ 55 halaman + 4 tabel + 2 gambar + 10 lampiran

ABSTRAK

Menurut WHO (*World Health Organization*) keadaan gizi kurang disebabkan oleh rendahnya asupan energi dan protein dalam waktu cukup lama yang ditandai dengan berat badan menurut umur. Sebanyak 54% penyebab kematian bayi dan balita disebabkan karena keadaan gizi buruk pada anak. Tujuan penelitian ini untuk melihat Efektivitas Penyuluhan Tentang Menu Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu Balita di Posyandu Tunas Jaya Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi. Jenis penelitian *eksperimen*, desain penelitian *pretest and posttest group design*. Penelitian ini dilakukan di Posyandu Tunas Jaya Bulan Juni 2020 – Februari 2021. Populasi dalam penelitian adalah seluruh ibu yang memiliki balita yang berusia 24-59 bulan yang berada di Posyandu Tunas Jaya dengan jumlah sampel 79 orang. Data pada penelitian ini yaitu data primer dan sekunder. Data di analisa secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji wilxocon. Hasil analisa univariat didapatkan rata-rata pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita sebelum dilakukan penyuluhan adalah 8,51 dengan standar deviasi 2,423, sedangkan sesudah dilakukan penyuluhan adalah 12,18 dengan standar deviasi 1,631. Hasil uji statistik terdapat terdapat efektifitas penyuluhan terhadap pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita di Posyandu Tunas Jaya Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi ($p\text{ value}=0,000$). Disarankan hasil penelitian ini dapat di jadikan acuan bagi ibu yang memiliki balita di posyandu kasih ibu untuk memberikan menu seimbang untuk balitanya.

Kata Kunci : Pengetahuan, Penyuluhan, Menu Seimbang

Daftar Pustaka : 19 Buku, 12 Jurnal (2010 - 2017)

***Al Insyirah Health Sciences High School
Midwifery Study Programs Applied Undergraduate Programs***

Thesis, January 2021

**AYUNA FITRI
NIM : 1903021432**

Effectiveness of Counseling to Knowledge of mother About Balanced Menu For Toddler In *Integrated Healthcare Center Tunas Jaya Kuantan Tengah* Sub-district Kuantan Singingi District

vii + 55 page + 4 table + 2 image + 10 attachment

ABSTRACT

According to the WHO (World Health Organization) the state of nutrition is less due to the low intake of energy and protein in a long time which is characterized by weight by age. As many as 54% cause of infant and under five mortality caused by state of malnutrition in child. The purpose of this study to see the Effectiveness of Counseling to Knowledge of mother About Balanced Menu For Toddler In Integrated Healthcare Center Tunas Jaya Kuantan Tengah Sub-district Kuantan Singingi District. Type of research experimental, research pretest and posttest group design. This research was conducted at In Integrated Healthcare Center Tunas Jaya Kuantan Tengah Sub-district Kuantan Singingi District in March - June 2020 – February 2021. The population in this study were all mothers with children aged 24-59 months who are in In Integrated Healthcare Center Tunas Jaya Kuantan Tengah Sub-district Kuantan Singingi District with a sample size of 79 people. The type of data in this research in primary and secondary data. The data were analyzed by univariat and bivariat. The result of univariat analysis showed that the average knowledge of mother under five about a balanced menu for toddlers before extension was 8,51 with a standar deviation of 2,432, while after extension was 12,18 with a standar deviation of 1,631. The result of statistic test there is effectivity of counseling to knowledge of mother of balita about balanced for baby at In Integrated Healthcare Center Tunas Jaya Kuantan Tengah Sub-district Kuantan Singingi District. (p value = 0,000). It is suggested that the results of this study can be used as a reference for mothers who have a toddler in posyandu love mother to provide a balanced menu for toddlers.

Keywords : Knowledge, Counseling, Balanced Menu

Bibliography: 19 Books, 12 Journal (2005 - 2017)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Ayuna Fitri
Tempat/Tanggal Lahir : Muaro Senatajo, 24 Juni 1986
Anak ke : 2 (dua)
Alamat : Pasar Benai
Hp : 0812 7682 4669
Nama Orang Tua
Ayah : Tarmizi Azwan (Alm)
Ibu : Yusmiati (Alm)
Riwayat Pendidikan : 1. SDN 01 Pekanbaru Lulus Tahun 1998
2. SMPN 1 Benai Lulus Tahun 2001
3. SMAN 1 Benai Lulus Tahun 2004
4. Akademi Kebidanan Medistra Medan
Lulus Tahun 2007
5. S1 Kesehatan Masyarakat STIKes Hangtuah
Pekanbaru Lulus Tahun 2012
6. DIV STIKes Al Insyirah Pekanbaru Lulus
Tahun 2021
Riwayat Pekerjaan :
Bidan PNS Tahun 2010 – Sekarang

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT peneliti ucapkan terima kasih atas rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul Efektivitas Penyuluhan Tentang Menu Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu Balita di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020.

Skripsi ini di buat sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan. Selama proses penyusunan Skripsi ini banyak terdapat kekurangan namun berkat bimbingan dan bantuan serta semangat dari berbagai pihak akhirnya peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan maksimal pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Ns. Hj. Rifa Yanti, S.Kep, M.Biomed selaku ketua STIKes Al Insyirah Pekanbaru.
2. Riski Novera Yenita, SKM, MKL selaku wakil ketua I STIKes Al Insyirah Pekanbaru.
3. Rendi Randika, SE, MM, Plt selaku wakil ketua II STIKes Al-Insyirah Pekanbaru.
4. Ns. Suci Amin, S.Kep, MMR selaku wakil ketua III STIKes Al Insyirah Pekanbaru
5. Fajar Sari Tanberika, SST, M.Kes selaku ketua Program Studi Program Sarjana Terapan Kebidanan STIKes Al Insyirah Pekanbaru.

6. Komaria Susanti, SST, M.Kes selaku pembimbing I yang telah banyak meluangkan waktu dan memberikan bimbingan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
7. Hj. Rosmanidar, SST, M.Kes selaku pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu dan memberikan bimbingan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
8. Seluruh staf dosen pengajar dan Administrasi STIKes Al Insyirah Pekanbaru yang telah memberi ilmu dan tenaga sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini.
9. Orang tua dan seluruh keluarga yang selalu memberikan dukungan moril, materil dan spiritual serta pengorbanan dan doa tulus selama peneliti menjalani program pendidikan.
10. Teman-teman mahasiswi Program Studi Program Sarjana Terapan Kebidanan yang telah memberikan semangat dalam penulisan Skripsi ini, semoga kebersamaan ini menjadi kekuatan yang berarti untuk kita terus melangkah maju.

Pekanbaru, 20 Februari 2021



Avuna Fitri
NIM : 1903021432

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN ORISINALITAS.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat penelitian.....	8
1.5 Penelitian Terkait	9

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Penyuluhan Kesehatan	11
2.2. Pengetahuan	16
2.3. Gizi Balita	22
2.4 Kerangka Teori.....	30
2.5 Kerangka Konsep	31
2.6 Hipotesa.....	32

BAB III METODELOGI PENELITIAN

3.1 Disain penelitian	33
3.2 Tempat dan Waktu penelitian.....	33
3.3 Populasi dan Sampel.....	34
3.4 Definisi Operasional.....	35
3.5 Jenis Data	36
3.6 Teknik Pengumpulan Data	37
3.7 Instrumen Penelitian.....	38
3.8 Teknik Pengolahan Data	38
3.9 Teknik Analisa Data.....	40

BAB IV HASIL DAN PENELITIAN

4.1. Hasil Penelitian	42
4.1.1 Univariat.....	42
4.1.2 Bivariat	43
4.2. Pembahasan.....	55

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan.....	52
5.2. Saran.....	52

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	36
Tabel 4.1	Rata-Rata Pengetahuan Ibu Balita Tentang Menu Seimbang Untuk Balita Sebelum Dilakukan Penyuluhan Di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020	42
Tabel 4.2	Rata-Rata Pengetahuan Ibu Balita Tentang Menu Seimbang Untuk Balita Sesudah Dilakukan Penyuluhan Di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020	43
Tabel 4.3	Efektifitas Penyuluhan Terhadap Tentang Menu Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu Balita di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Teori.....	30
Gambar 2.2	Kerangka Konsep.....	31
Gambar 3.1	<i>Pretest and posttest group design</i>	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Surat izin penelitian dari STIKes Al-Insyirah Pekanbaru
Lampiran 2	: Surat balasan selesai penelitian
Lampiran 3	: Lembar Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 4	: Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 5	: Lembar Kuisioner Penelitian
Lampiran 6	: Satuan Acara Penyuluhan
Lampiran 7	: Leaflet
Lampiran 8	: Master tabel
Lampiran 9	: Hasil olahan data
Lampiran 10	: Lembar Konsultasi Pembimbing 1
Lampiran 11	: Lembar Konsultasi Pembimbing 2

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah gizi kurang dan buruk hingga kini masih menjadi masalah yang serius di Indonesia. Diantaranya krisis ekonomi dan rendahnya pengetahuan masyarakat menjadi pemicu masalah ini. Akibat dari kekurangan gizi adalah kerentanan terhadap penyakit infeksi bertambah dan dapat menyebabkan meningkatnya angka kematian. Diperkirakan 10,9 juta anak Balita meninggal setiap tahun yang disebabkan oleh kekurangan gizi mencapai 60% (Depertemen Kesehatan, 2016).

Menurut WHO (*World Health Organization*) keadaan gizi kurang disebabkan oleh rendahnya asupan energi dan protein dalam waktu cukup lama yang ditandai dengan berat badan menurun umur. Sebanyak 54% penyebab kematian bayi dan balita disebabkan karena keadaan gizi buruk pada anak. Anak yang mengalami gizi buruk memiliki risiko meninggal 13 kali dibandingkan anak yang normal.

Berdasarkan data profil kesehatan Indonesia dilihat dari hasil pengukuran status gizi PSG tahun 2018 dengan indeks BB/U pada balita 0-59 bulan, mendapatkan persentase gizi buruk sebesar 3,4%, gizi kurang sebesar 14,4% dan gizi lebih sebesar 1,5%. Angka tersebut tidak jauh berbeda dengan hasil PSG 2018, yaitu gizi buruk sebesar 3,9%, gizi kurang sebesar 14,9% dan gizi lebih sebesar 1,6%. Provinsi dengan gizi buruk dan kurang tertinggi tahun 2016 adalah Nusa Tenggara Timur (28,2%) dan terendah Sulawesi Utara (7,2%) (Profil Kesehatan Indonesia, 2018).

Berdasarkan data kesehatan Provinsi Riau tahun 2017 Cakupan balita Bawah Garis Merah (BGM) adalah balita yang hasil penimbangan berat badannya berada di bawah garis merah pada kartu menuju sehat (KMS). Target BGM di Propinsi Riau pada tahun 2017 yaitu sebanyak 1,4%. Untuk tingkat propinsi, target tersebut telah terpenuhi dimana cakupan BGM Propinsi Riau 1,1%. Akan tetapi, meskipun telah terpenuhi kabupaten Kuantan Singingi masih mencapai target yang rendah yaitu 0,4% jika dibandingkan dengan pencapaian Kabupaten Meranti (6,7%) dan Kabupaten Bengkalis (3,7%), cakupan BGM-nya diatas target yang telah ditetapkan (Profil kesehatan Provinsi Riau, 2017).

Berdasarkan data dinas kesehatan Kabupaten Kuantan Singingi tahun 2018. Jumlah balita di Kabupaten Kuantan Singingi sebanyak 35.612 orang. Balita yang berada dibawah garis merah (BGM) tahun (2018) dari 24 UPTD di Kabupaten Kuantan Singingi adalah 212 orang (0,59%) balita, dari Puskesmas Kopah yaitu (1,72%) balita, dari UPTD Kesehatan Cerenti (1,23%) balita dan dari UPTD Kesehatan Gunung Toar (0,97 %) balita (Dinkes Kabupaten Kuantan Singingi, 2018).

Dampak yang ditimbulkan akibat balita yang mengalami kekurangan gizi dapat terlihat dari tingginya penyakit infeksi yaitu ISPA 25%, *dermatitis* 20%, diare 15% dan *pneumonia* 2% serta terdapatnya gangguan perkembangan pada balita yang pernah menderita gizi buruk, dimana pada usia yang > 2 tahun belum bisa berjalan (Kemenkes RI, 2018).

Balita membutuhkan zat gizi yang seimbang agar status gizinya baik, serta proses pertumbuhan tidak terhambat karena balita merupakan kelompok

umur yang paling sering menderita akibat kekurangan gizi. Status gizi balita merupakan salah satu indikator yang menggambarkan tingkat kesejahteraan masyarakat. Secara umum faktor-faktor yang menentukan status gizi balita adalah konsumsi makanan yang tidak mencukupi kebutuhan sehingga tubuh kekurangan zat gizi, keadaan kesehatan, pengetahuan orang tua tentang kesehatan, tingkat pendidikan, pemberian ASI, kondisi sosial ekonomi, pada konsumsi keluarga, faktor sosial keadaan penduduk, paritas, umur, jenis kelamin, dan pelayanan kesehatan (Profil Kesehatan Provinsi Riau, 2017).

Pengetahuan gizi memegang peranan penting dalam menentukan derajat kesehatan masyarakat. Berbagai masalah gizi dan kesehatan dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang. Salah satu masalah yang muncul adalah adanya ketidakseimbangan asupan makanan. Kelebihan atau kekurangan asupan makanan secara bersamaan dapat memicu terjadinya beban ganda masalah gizi di masyarakat terutama bayi dan anak (Almatsier *et al*, 2011).

Kurangnya pengetahuan gizi dan kesehatan orangtua, khususnya ibu merupakan salah satu penyebab terjadinya kekurangan gizi pada balita Di pedesaan, makanan banyak di pengaruhi oleh keadaan sosial ekonomi dan kebudayaan. Terdapat pantangan makan pada balita misalnya anak kecil tidak diberikan ikan karena diberikan ikan karena dapat menyebabkan cacingan, kacang-kacangan juga tidak di berikan karena dapat menyebabkan sakit perut atau kembung (Murtina, 2016).

Kebiasaan pemberian makanan yang benar sangat penting untuk keberlangsungan kehidupan, pertumbuhan, perkembangan, serta gizi bayi dan

anak. Gizi merupakan salah satu faktor lingkungan dan merupakan penunjang agar proses tumbuh kembang tersebut dapat berjalan dengan memuaskan. Hal ini berarti pemberian makanan yang berkualitas dan kuantitasnya baik menunjang tumbuh kembang, sehingga bayi dapat tumbuh normal dan sehat serta terbebas dari penyakit (Sartika, 2010). Kebiasaan pemberian makanan pada balita akan lebih diperhatikan ketika balita berusia 24 bulan keatas, hal ini dipicu karena pada usia tersebut balita sudah mulai diperkenalkan atau diberikan berbagai macam makanan misalnya ibu sudah mulai menyajikan makanan yang dimasak langsung kepada balita. Sedangkan balita yang usianya kurang dari 24 bulan cenderung masih menerima nasi tim atau bubur yang siap saji. Pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi, cara pemberian makan, dan jadwal pemberian makan anak balita sangat berperan dalam menentukan status gizi anak. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan mencukupi kebutuhan lahir dan batin anak-anaknya (Ruslianti, 2008).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Syafriani tahun 2016 tentang “Efektifitas Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Tentang Menu Seimbang Balita Di Posyandu Melati Desa Muara Langsat Kuantan Singingi 2016” menunjukkan hasil bahwa rata-rata skor pengetahuan sebesar 0,44 sebelum dilakukan penyuluhan dan setelah diberikan penyuluhan di dalam penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan rata-rata pengetahuan menjadi 1,08. Hasil analisis uji t berpasangan, pengetahuan ibu tentang menu seimbang didapatkan nilai signifikan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Artinya ada efektifitas penyuluhan terhadap pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk anak balita.

Penelitian pendukung lainnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Renni Fatmawati (2014) tentang “pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam pemberian menu seimbang pada balita di Dusun Tegalrejo, Pleret, Bantul, Yogyakarta” hasil analisis data uji wilcoxon pengetahuan ibu dalam pemberian menu seimbang didapatkan nilai signifikansi $p\text{ value} = 0.00$ ($p < 0.05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak yang artinya penyuluhan gizi berpengaruh terhadap pengetahuan dalam pemberian menu seimbang pada balita.

Penelitian yang dilakukan oleh Martha, G (2018) tentang pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan ibu tentang menu seimbang pada balita didapatkan rata-rata pengetahuan ibu tentang menu seimbang sebelum diberikan penyuluhan yaitu 12,6 sedangkan sesudah diberikan penyuluhan meningkat menjadi 19,21. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p\text{ value} 0,023$ maka dapat disimpulkan ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang.

Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Kuantan Singingi dari 15 Kecamatan yang ada di Kabupaten Kuantan Singingi ditemukan masalah gizi buruk yang paling banyak yaitu di Kecamatan Kuantan Tengah dengan wilayah Kerja Puskesmas Kopah yaitu pada tahun 2017 jumlah gizi buruk 5,0%, pada tahun 2018 meningkat menjadi 7,4% dan pada tahun 2019 kembali mengalami peningkatan menjadi 9,8%. Selanjutnya di ikuti oleh kecamatan Inuman yaitu pada tahun 2017 jumlah kejadian buruk 19%, pada tahun 2018 menurun menjadi 1,9% dan pada tahun 2019 berhasil menghapus kejadian gizi buruk pada balita. Kecamatan dengan kasus gizi buruk tertinggi

ketiga yaitu kecamatan Kuantan Mudik pada tahun 2017 jumlah kasus gizi buruk 2,0%, pada tahun 2018 meningkat menjadi 3,6% dan pada tahun 2019 kembali mengalami penurunan menjadi 3,1%. Dapat dilihat bahwa dari ketiga kecamatan tersebut, Kecamatan Kuantan Tengah khususnya Wilayah Kerja Puskesmas Kopah mengalami peningkatan jumlah gizi buruk dari tahun 2017 – 2019 (Laporan Dinas Kesehatan Kuantan Singingi, 2019).

Wilayah Kerja Puskesmas Kopah terdiri dari 6 Desa, Berdasarkan data jumlah balita yang mengalami gizi BGM dan gizi kurang di Wilayah Kerja Puskesmas Kopah, Desa Tunas Jaya merupakan desa dengan jumlah balita terbanyak dan bermasalah dengan status gizi yaitu sebanyak 9 balita atau 9,18% dari total 98 balita yang ada di Desa Tunas Jaya (Puskesmas Kopah, 2019).

Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 13 juni 2020 di Posyandu Tunas Jaya dengan teknik wawancara kepada 10 orang ibu yang memiliki balita, 7 ibu mengatakan bahwa tidak mengetahui prinsip makanan seimbang untuk balita dalam memberikan makanan. Terkadang balita hanya diberi makan nasi dengan ikan sebagai lauk tanpa di dampingi sayur atau buah dan ibu juga sering mengeluh kalau balitanya susah sekali untuk makan sehingga berat badan anak nya selalu menurun. sedangkan 3 ibu lainnya mengatakan sangat memperhatikan gizi makanan yang diberikan kepada anak nya dengan memberikan anaknya makanan gizi seimbang seperti makanan yang mengandung karbohidrat, protein, kalsium dan vitamin. Dari hasil survey awal ibu juga tidak mengetahui makanan apa yang banyak mengandung protein, karbohidrat serta vitamin untuk pertumbuhan anak. Dari

hasil survey awal tersebut dapat terlihat bahwa pengetahuan ibu tentang menu seimbang untuk balita masih kurang sehingga dibutuhkan adanya penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tersebut.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang Efektivitas Penyuluhan Tentang Menu Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu Balita di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan dari uraian latar Belakang di atas , maka di dapatkan rumusan masalah bagaimana Efektivitas Penyuluhan Tentang Menu Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu Balita di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020?.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

untuk mengetahui efektivitas penyuluhan tentang menu seimbang terhadap pengetahuan ibu balita di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020?.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Diketahui rata-rata pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita sebelum dilakukan penyuluhan di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020.

1.3.2.2 Diketahui rata-rata pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita sesudah dilakukan penyuluhan di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020.

1.3.2.3 Diketahui efektifitas penyuluhan terhadap tentang menu seimbang terhadap pengetahuan ibu balita di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Posyandu Tunas Jaya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat di jadikan acuan bagi ibu yang memiliki balita di posyandu Tunas Jaya untuk memberikan menu seimbang untuk balitanya.

1.4.2 Bagi Stikes Al- Insyrah Pekanbaru

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan pembaca tentang menu seimbang untuk balita dan menjadi acuan untuk bahan bacaan di perpustakaan di Stikes Al Insyrah.

1.4.3 Bagi Responden

Menambah wawasan responden tentang makanan menu seimbang untuk balita. Sehingga dengan adanya penyuluhan kesehatan ini responden dapat menyajikan makanan dengan prinsip menu seimbang dalam pola asuh pemberian makan pada anak.

1.4.4 Bagi Peneliti

Peneliti mampu menerapkan ilmu pengetahuan yang di dapat selama penelitian dan dapat menerapkannya di lapangan nanti terutama tentang menu seimbang untuk balita.

1.4.5 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat sebagai pedoman untuk peneliti peneliti selanjutnya dalam mengembangkan variabel-variabel baru yang mempengaruhi ibu untuk memberikan menu seimbang untuk balita misalnya sikap ibu dalam pemberian makanan pada balita mereka.

1.5 Penelitian Terkait

1. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Syafriani tahun 2016 tentang “Efektifitas Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Tentang Menu Seimbang Balita Di Posyandu Melati Desa Muara Langsat Kuantan Singingi 2016” menunjukkan hasil bahwa rata-rata skor pengetahuan sebesar 0,44 sebelum dilakukan penyuluhan dan setelah diberikan penyuluhan di dalam penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan rata-rata pengetahuan menjadi 1,08. Hasil analisis uji t berpasangan, pengetahuan ibu tentang menu seimbang didapatkan nilai signifikan $p=0,000$ ($p < 0,05$). Artinya ada efektifitas penyuluhan terhadap pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk anak balita.
2. Penelitian pendukung lainnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Renni Fatmawati (2014) tentang “pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam pemberian menu seimbang pada balita

di Dusun Tegalrejo, Pleret, Bantul, Yogyakarta” hasil analisis data uji wilcoxon pengetahuan ibu dalam pemberian menu seimbang didapatkan nilai signifikansi $p = 0.00$ ($p < 0.05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak yang artinya penyuluhan gizi berpengaruh terhadap pengetahuan dalam pemberian menu seimbang pada balita.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Martha, G (2018) tentang pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan ibu tentang menu seimbang pada balita didapatkan rata-rata pengetahuan ibu tentang menu seimbang sebelum diberikan penyuluhan yaitu 12,6 sedangkan sesudah diberikan penyuluhan meningkat menjadi 19,21. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value 0,023 maka dapat disimpulkan ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang.
4. Penelitian Agnes, A (2016) pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang menu seimbang pada balita di Posyandu Mekar Sari menyatakan ada pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang menu seimbang pada balita dengan nilai p value 0,003.
5. Penelitian Wella, Z (2018) tentang efektivitas penyuluhan tentang menu seimbang terhadap pengetahuan ibu tentang menu seimbang di Desa Wilopo tahun 2018 menyatakan bahwa setelah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan ibu. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value 0,000 maka dapat efektivitas penyuluhan tentang menu seimbang terhadap pengetahuan ibu tentang menu seimbang di Desa Wilopo.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Penyuluhan Kesehatan

2.1.1 Pengertian Penyuluhan

Penyuluhan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menampilkan keyakinan, sehingga masyarakat saja tidak sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan anjuran yang ada hubungannya dengan peningkatan taraf hidup (Waryana, 2016).

Penyuluhan kesehatan adalah penambahan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik praktik belajar atau instruksi dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi perilaku manusia secara individu, kelompok maupun masyarakat untuk dapat lebih mandiri dalam mencapai tujuan hidup sehat (Dikutip dari jurnal Kusumawardani, 2012).

Penyuluhan adalah bantuan yang diberikan kepada kelompok dalam memecahkan masalah kehidupannya dengan cara yang sesuai untuk mencapai kesejahteraan hidupnya. Dengan tujuan antara lain membantu klien untuk memecahkan masalah, membantu pemenuhan kebutuhan klien meliputi menghilangkan perasaan yang menekan atau mengganggu dan mencapai kesehatan mental yang positif (Syafriani, 2016).

Penyuluhan timbul dari kebutuhan untuk menyampaikan informasi kepada masyarakat tentang masalah kesehatan dan penyakit dikenal tahap pencegahan :

1. Pencegahan primer meliputi promosi kesehatan (*health promotion*) dan perlindungan khusus (*spesifik protection*).
2. pencegahan sekunder meliputi diagnosis dini dan pengobatan segera (*early diagnosy and prompt treatment*)

Selain itu tujuan khusus mempunyai 2 hal apa yang penyuluh inginkan kliennya ketahui dan rasakan sebagai hasil dari penyuluhan :

1. Tujuan khusus tentang “mengetahui”

Meraka ini berurusan dengan memberikan informasi, menjelaskanya, memberikan keyakinan bahwa klien memahaminya, dan oleh karena itu meningkatkan pengetahuan klien.

2. Tujuan khusus tentang “merasa”

Tujuan khusus tentang perasaan adalah berkenaan dengan memberikan penjelasan, membentuk atau mengubah sikap, kepercayaan, nilai atau pendapat (Sibagariang, 2010).

2.1.2 Metode Penyuluhan

Metode penyuluhan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tercapainya suatu hasil penyuluhan secara optimal. Jenis metode penyuluhan antara lain metode penyuluhan perorangan, metode penyuluhan kelompok, dan metode penyuluhan masa.

1. Metode Individual (Perorangan)

Metode penyuluhan perorangan diterapkan mengingat masing-masing individu memiliki perbedaan satu sama lain, perubahan perilaku yang diharapkan akan dilakukan dengan pendekatan yang sesuai dengan masing-masing individu. Pendekatan yang digunakan dalam metode pembelajaran untuk perorangan diantaranya, bimbingan dan wawancara

2. Metode Kelompok

Metode kelompok adalah kumpulan lebih dari individu yang satu sama lainnya melakukan interaksi dalam pemenuhan kebutuhan hidupnya. Kelompok digolongkan menjadi kelompok besar dan kelompok kecil. Peserta didik dalam kelompok besar, metode pembelajaran yang digunakan antara lain ceramah dan seminar. Untuk kelompok besar, metodenya akan lain dengan kelompok kecil. Efektivitas suatu metode akan tergantung pada besarnya sasaran pendidikan.

3. Metode berdasarkan pendekatan massal.

Sesuai dengan namanya, metode ini dapat menjangkau sasaran dengan jumlah banyak. Dipandang dari segi penyampaian informasi, metode ini cukup baik, namun terbatas hanya dapat menimbulkan kesadaran atau keingintahuan semata. Beberapa penelitian mengatakan bahwa metode pendekatan massa dapat mempercepat proses perubahan, tapi jarang dapat mewujudkan perubahan dalam perilaku. Yang termasuk dalam metode ini antara lain : rapat umum,

siaran radio, kampanye, pemutaran film, surat kabar dan lain sebagainya (Mitayani, 2010).

2.1.3 Media Penyuluhan

Media sebagai alat bantu menyampaikan pesan-pesan kesehatan sangat bervariasi antara lain (Ahmad, 2015) :

1. *Leaflet*

Merupakan bentuk penyampaian informasi kesehatan melalui lembaran yang dilipat. Keuntungan menggunakan media ini antara lain : sasaran dapat menyesuaikan dan belajar mandiri serta praktis karena mengurangi kebutuhan mencatat, sasaran dapat melihat isinya disaat santai dan sangat ekonomis, berbagai informasi dapat diberikan atau dibaca oleh anggota kelompok sasaran, sehingga bisa didiskusikan, dapat memberikan informasi yang detail yang mana tidak diberikan secara lisan, mudah dibuat, diperbanyak dan diperbaiki serta mudah disesuaikan dengan kelompok sasaran.

2. *Flip chart (lembar balik)*

Media penyampaian pesan atau informasi kesehatan dalam bentuk buku di mana tiap lembar berisi gambar peragaan dan lembaranbaliknya berisi kalimat sebagai pesan kesehatan yang berkaitan dengan gambar. Keunggulan menggunakan media ini antara lain : mudah dibawa, dapat dilipat maupun digulung, murah dan efisien, dan tidak perlu peralatan yang rumit. Sedangkan kelemahannya yaitu terlalu kecil untuk sasaran yang berjumlah relatif besar, serta mudah robek dan tercabik.

3. Film dan Video

Keunggulan penyuluhan dengan media ini adalah dapat memberikan realita yang mungkin sulit direkam kembali oleh mata dan pikiran sasaran, dapat memicu diskusi mengenai sikap dan perilaku, efektif untuk sasaran yang jumlahnya relatif penting dapat diulang kembali, mudah digunakan dan tidak memerlukan ruangan yang gelap.

4. Slide

Keunggulan media ini antara lain : dapat memberikan berbagai realita walaupun terbatas, cocok untuk sasaran yang jumlahnya relatif besar, dan pembuatannya relatif murah, serta peralatannya cukup ringkas dan mudah digunakan. Sedangkan kelemahannya memerlukan sambungan listrik, peralatannya beresiko mudah rusak dan memerlukan ruangan sedikit lebih gelap.

5. Transparan OHP

Keunggulan menggunakan OHP sebagai media penyuluhan adalah dapat dipakai untuk mencatat *point-point* penting saat diskusi sedang berjalan, murah dan efisien karena alatnya mudah didapat dan dibuat serta tidak memerlukan ruangan yang gelap, dapat digunakan untuk sasaran yang relatif kecil maupun besar, peralatannya mudah digunakan dan dipelihara. Sedangkan kelemahannya memerlukan aliran listrik, sukar memperkenalkan gerakan dalam bentuk visual, lensa OHP dapat menghalangi pandangan kelompok sasaran apabila pengaturan tempat duduk komunikan yang tidak baik.

2.2 Tingkat Pengetahuan

2.2.1 Pengertian

Pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung dan sebagainya), dengan sendirinya pada waktu pengindraan sehingga menghasilkan pengetahuan. Hal tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek, sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Dewi & Wawan, 2011).

2.2.2 Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (ovent behavior). Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan yang cukup didalam domain kognitif mempunyai 6 tingkat yaitu : (Dewi & Wawan, 2011).

1. Tahu (*know*)

Tahu diartikan hanya sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajarisebelumnya setelah mengamati sesuatu, Oleh sebab itu tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain : menyebutkan, menguraikan, mendefenisikan, menyatakan dan sebagainya (Dewi & Wawan, 2011).

2. Memahami (comprehension)

Memahami artinya sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang suatu objek bukan sekedar tahu terhadap objek tersebut, tidak sekedar dapat menyebutkan, tetapi orang tersebut harus dapat menginterpretasikan secara benar tentang objek yang diketahui tersebut (Dewi & Wawan, 2011).

3. Aplikasi (aplication)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan apabila seseorang yang telah memahami objek yang dimaksud dapat menggunakan atau mengaplikasikan prinsip yang telah diketahui tersebut pada situasi yang lain (Dewi & Wawan, 2011).

4. Analisis (analysis)

Analisis adalah kemampuan seseorang untuk menjabarkan dan memisahkan, dan mencari hubungan antara komponen-komponen yang terdapat dalam suatu masalah atau objek yang diketahui. Indikasi bahwa pengetahuan seseorang telah sampai pada tingkat analisis adalah apabila orang tersebut telah dapat membedakan, atau mengelompokkan, membuat diagram (bagan) terhadap pengetahuan atas objek tersebut (Dewi & Wawan, 2011).

5. Sintesis (synthesis)

Sintesis yang dimaksud menunjukan kepada suatu kemampuan seseorang untuk merangkum atau meletakan dalam satu hubungan yang logis dari komponen-komponen pengetahuan yang dimiliki. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun

formulasi baru dari formulasi-formulasi yang telah ada (Dewi & Wawan, 2011).

6. Evaluasi (evaluation)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu objek tertentu. Penilaian ini dengan sendirinya didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri (Dewi & Wawan, 2011).

2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

1. Faktor Internal

1) Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain terhadap suatu hal agar mereka dapat memahami. Tidak dapat dipungkiri bahwa makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah pula mereka menerima informasi, dan pada Akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya. Sebaliknya jika seseorang tingkat pendidikannya rendah, akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan informasi dan nilai-nilai baru diperkenalkan (Dewi & Wawan, 2011).

2) Pekerjaan

Pekerjaan adalah keburukan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupan nya dan kehidupan keluarga, Lingkungan pekerjaan dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung.

3) Umur

Usia adalah umur individu yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Dan juga dengan bertambahnya umur seseorang akan terjadi perubahan pada aspek psikis dan psikologis (mental). Pertumbuhan fisik secara garis besar ada empat kategori perubahan, yaitu perubahan ukuran, perubahan proporsi, hilangnya ciri-ciri lama dan timbulnya ciri-ciri baru. Ini terjadi akibat pematangan fungsi organ. Pada aspek psikologis dan mental taraf berfikir seseorang semakin matang dan dewasa.

4) Minat

Sebagai suatu kecenderungan atau keinginan yang tinggi terhadap sesuatu. Minat menjadikan seseorang untuk mencoba dan menekuni suatu hal dan pada akhirnya Diperoleh pengetahuan yang lebih dalam.

5) Pengalaman

Adalah suatu kejadian yang pernah dialami seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Ada kecenderungan pengalaman yang baik seseorang akan berusaha untuk melupakan, namun jika pengalaman terhadap objek tersebut menyenangkan maka secara psikologis akan timbul kesan yang membekas dalam emosi sehingga menimbulkan sikap positif.

6) Kebudayaan

Kebudayaan lingkungan sekitar, apabila dalam suatu wilayah mempunyai budaya untuk menjaga kebersihan lingkungan maka sangat mungkin masyarakat sekitarnya mempunyai sikap untuk selalu menjaga kebersihan lingkungan.

7) Informasi

Kemudahan memperoleh informasi dapat membantu mempercepat seseorang untuk memperoleh pengetahuan yang baru.

2. Faktor Internal

1) Faktor lingkungan

Lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok.

2) Sosial Budaya

Sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi dari sikap dalam menerima informasi (Dewi & Wawan, 2011).

2.2.4 Pengukuran Tingkat Pengetahuan

Menurut Skinner, bila seseorang mampu menjawab mengenai materi tertentu baik secara lisan maupun tulisan, maka dikatakan seseorang tersebut mengetahui bidang tersebut. Sekumpulan jawaban yang diberikan tersebut dinamakan pengetahuan. Pengukuran bobot pengetahuan seseorang ditetapkan menurut hal-hal sebagai berikut :

1. Bobot I : tahap tahu dan pemahaman.
2. Bobot II : tahap tahu, pemahaman, aplikasi dan analisis.
3. Bobot III : tahap tahu, pemahaman, aplikasi, analisis, sintetis, dan evaluasi.

Pengukuran dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan isi materi yang diukur dari subjek penelitian atau responden. Dalam mengukur pengetahuan harus diperhatikan rumusan kalimat pertanyaan maupun tahapan pengetahuan (Riyanto, 2013).

Kategori tingkat pengetahuan seseorang dibagi menjadi tiga tingkatan yang di dasarkan pada nilai persentase yaitu sebagai berikut :

1. Tingkat pengetahuan kategori **Baik** jika nilainya $\geq 75\%$
2. Tingkat pengetahuan kategori **Cukup** jika nilainya 56-74%
3. Tingkat pengetahuan kategori **Kurang** jika nilainya $< 55\%$ (Riyanto, 2013).

2.3 Gizi Balita

2.3.1 Pengertian

Status gizi adalah Status gizi status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan *nutrient*. Menurut Almatier (2011) status gizi didefinisikan sebagai suatu keadaan tubuh akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi.

Gizi (*nutrients*) merupakan ikatan kimia yang diperlukan tubuh untuk melakukan fungsinya, yaitu menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan, serta mengatur proses-proses kehidupan. Disamping untuk kesehatan, gizi dikaitkan dengan potensi ekonomi

seseorang, karena gizi berkaitan dengan perkembangan otak, kemampuan belajar, dan produktivitas kerja (Almatsier, 2011).

Energi dalam makanan terutama diperoleh dari karbohidrat, protein, dan lemak. Energi diperlukan untuk kelangsungan proses-proses di dalam tubuh seperti proses peredaran dan sirkulasi darah, denyut jantung, pernafasan, pencernaan, proses fisiologi lainnya, untuk bergerak atau melakukan pekerjaan fisik. Energi dalam tubuh dapat timbul karena adanya pembakaran karbohidrat, protein dan lemak, karena itu agar energi tercukupi perlu pemasukan makanan yang cukup dengan mengkonsumsi makanan yang cukup dan seimbang. Protein diperlukan oleh tubuh untuk membangun sel-sel yang telah rusak, membentuk zat-zat pengatur seperti enzim dan hormon, membentuk zat anti energi dimana tiap gram protein menghasilkan sekitar 4,1 kalori (Almatsier, 2011).

2.3.2 Kebutuhan Gizi Balita

Setiap anak memerlukan nutrisi yang baik dan seimbang. Artinya, setiap balita memerlukan nutrisi dengan menu seimbang dan porsi yang tepat, tidak berlebihan dan disesuaikan dengan kebutuhan tubuhnya. Jika pemberian nutrisi pada anak balita kurang baik dari segi kualitas maupun kuantitasnya maka pertumbuhan dan perkembangan anak balita akan berjalan lambat. Sebaliknya, jika pemberian nutrisi melebihi kapasitas yang dibutuhkan akan menyebabkan kegemukan yang mengakibatkan pertumbuhan dan perkembangan anak balita terganggu.

Kebutuhan energi dan protein anak balita berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) rata-rata perhari yang dianjurkan oleh Widya Karya Nasional Pangan dan Gizi IV (2014) dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2.1 Kebutuhan Konsumsi Energi dan Protein Balita Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) Rata-Rata per hari

No	Golongan Umur	Berat Badan (KG)	Tinggi Badan (Kg)	Energi (Kkal)	Protein (Gram)
1.	0 – 6 bulan	6,0	60	550	10
2.	7 – 11 bulan	8,5	71	650	16
3.	1 – 3 Tahun	12	90	1.000	25
4.	4 – 6 Tahun	17	110	1.550	39

Sumber: Widya Karya Nasional Pangan dan Gizi IV, 2014

Energi atau kalori sangat dibutuhkan untuk mempertahankan hidup, menunjang pertumbuhan dan melakukan aktivitas fisik sehari-hari. Apabila terjadi kekurangan energi maka akan dapat menghambat pertumbuhan, penurunan berat badan serta kerusakan jaringan (Almatsier, 2011).

Protein merupakan zat pembangun utama yang sangat diperlukan oleh balita untuk pembuatan sel-sel baru serta merupakan unsur pembentuk berbagai struktur organ tubuh (Sei, 2013).

2.3.3 Menu Seimbang Balita

Masa balita adalah periode perkembangan fisik dan mental yang pesat. Kesehatan seorang balita sangat dipengaruhi oleh gizi yang terserap didalam tubuh. Kurangnya gizi yang diserap oleh tubuh mengakibatkan mudah terserang penyakit karena gizi memberi

pengaruh yang besar terhadap kekebalan tubuh. Gizi bukan hanya mempengaruhi kesehatan tubuh, tetapi juga mempengaruhi kecerdasan (Sibagariang, 2010).

Menu seimbang balita tidak jauh berbeda dengan menu seimbang orang dewasa, hanya saja balita membutuhkan lebih banyak lemak dan lebih sedikit serat. Menu seimbang untuk balita yaitu :

1. Gula dan Garam

Konsumsi garam untuk balita tidak lebih dari 1/6 jumlah maksimal orang dewasa sehari atau kurang dari 1 gram.

2. Porsi Makan

Porsi makan anak balita berbeda dengan orang dewasa. Mereka membutuhkan makanan sumber energi yang lengkap gizi dalam jumlah lebih kecil namun sering.

3. Kebutuhan Energi dan Nutrisi

Bahan makanan sumber energi seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan serat wajib dikonsumsi balita setiap hari.

4. Susu Pertumbuhan

Susu merupakan salah satu sumber kalsium sehingga penting juga dikonsumsi oleh balita. Sedikitnya balita butuh 350 ml/12 ons per hari. Susu pertumbuhan merupakan susu lengkap gizi yang mampu memenuhi kebutuhan nutrisi anak usia 12 tahun keatas (Agria R, dkk, 2012).

Bahan makanan sehat seimbang dikelompokkan menjadi tiga fungsi utama gizi atau disebut juga dengan triguna makanan yaitu:

1. Sumber zat tenaga

Yaitu padi-padian seperti beras, jagung dan gandum, sagu, umbi-umbian seperti ubi, singkong dan talas, serta hasil olahan seperti tepung-tepungan, mie, roti, macaroni dan bihun. Sumber zat tenaga pada paramida makanan terdapat pada dasar paramida.

2. Sumber zat pembangunan

Yaitu sumber protein hewani seperti daging, ayam, telur, susu dan keju, serta sumber protein nabati seperti kacang-kacangan berupa kacang kedelai, kacang tanah, kacang merah, kacang tolo serta olahannya seperti tempe, tahu, susu kedelai dan oncom. Sumber zat pembangunan pada paramida terdapat pada level tengah atau posisi tengah dengan jumlah lebih banyak dari zat pengatur.

3. Sumber zat pengatur berupa buah dan sayur

Sayuran diutamakan yang berwarna hijau dan kuning jingga seperti bayam, daun singkong, daun katuk, kangkung, wortel, dan tomat, serta kacang-kacangan seperti kacang panjang, buncis, dan kecipir. Buah-buahan seutamakan yang berwarna kuning jingga, kaya serat dan yang berasa asam seperti pepaya, mangga, apel dan jeruk. Sumber zat pengatur dalam piramida makanan terdapat pada level tengah.



Gambar 2.1 Piramida Gizi Seimbang

2.3.4 Makanan Gizi Sehat Seimbang Anak Balita

Makanan yang dikonsumsi oleh individu sehari-hari harus beraneka ragam dan memenuhi 5 kelompok zat gizi dalam jumlah yang cukup, tidak berlebihan dan tidak kekurangan. Bahan makanan sehatseimbang dikelompokkan menjadi tiga fungsi utama gizi atau disebut juga dengan triguna makanan yaitu diantaranya :

1. Sumber zat tenaga, yaitu padi-padian atau sereal seperti beras, jagung dan gandum, sagu, umbi-umbian seperti ubi, singkong, dan talas; serta hasil olahannya seperti tepung-tepungan, mie, roti, macaroni, havermount dan bihun.
2. Sumber zat pembangun, yaitu sumber protein hewani, seperti daging, ayam, telur, susu dan keju; serta sumber protein nabati seperti kacang-kacangan berupa kacang kedelai, kacang tanah, kacang hijau, kacang merah, dan kacang tolo; serta hasil olahannya seperti tempe, tahu, susu kedelai, dan oncom.

3. Sumber zat pengatur berupa sayuran dan buah. Sayuran diutamakan yang berwarna hijau dan kuning jingga, seperti bayam, daun singkong, daun katuk, kangkung, wortel dan tomat; serta kacang-kacangan, seperti kacang panjang, buncis dan kecipir. Buah-buahan diutamakan yang berwarna kuning jingga, kaya serat dan yang berasa asam, seperti pepaya, mangga, apel, dan jeruk.

2.3.5 Klasifikasi Status Gizi Balita

Dalam menentukan status gizi balita harus ada ukuran baku yang sering disebut *reference*. Pengukuran baku antropometri yang sekarang digunakan di Indonesia adalah WHO-NCHS. Menurut Harvard dalam Supriasa 2010, klasifikasi status gizi dapat dibedakan menjadi empat yaitu:

1. Gizi lebih (*Over weight*)

Gizi lebih terjadi bila tubuh memperoleh zat-zat gizi dalam jumlah berlebihan sehingga menimbulkan efek toksis atau membahayakan (Almatsier, 2011). Kelebihan berat badan pada balita terjadi karena ketidakmampuan antara energi yang masuk dengan keluar, terlalu banyak makan, terlalu sedikit olahraga atau keduanya. Kelebihan berat badan anak tidak boleh diturunkan, karena penyusutan berat akan sekaligus menghilangkan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan.

2. Gizi baik (*well nourished*)

Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien

sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin (Almatsier, 2011).

3. Gizi kurang (*under weight*)

Status gizi kurang terjadi bila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat-zat esensial (Almatsier, 2011).

4. Gizi buruk (*severe PCM*)

Gizi buruk adalah suatu kondisi di mana seseorang dinyatakan kekurangan nutrisi, atau dengan ungkapan lain status nutrisinya berada di bawah standar rata-rata. Nutrisi yang dimaksud bisa berupa protein, karbohidrat dan kalori. Di Indonesia, kasus KEP (Kurang Energi Protein) adalah salah satu masalah gizi utama yang banyak dijumpai pada balita.

2.4 Dalil Alqur'an Tentang Gizi

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

1. QS AL ANAM:141

وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ جَنَّاتٍ مَّعْرُوشَاتٍ وَغَيْرَ مَعْرُوشَاتٍ
وَالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفًا أَكْلُهُ، وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَّانَ
مُتَشَابِهًا وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ كُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَءَاتُوا
حَقَّهُ، يَوْمَ حَصَادِهِ وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ
الْمُسْرِفِينَ

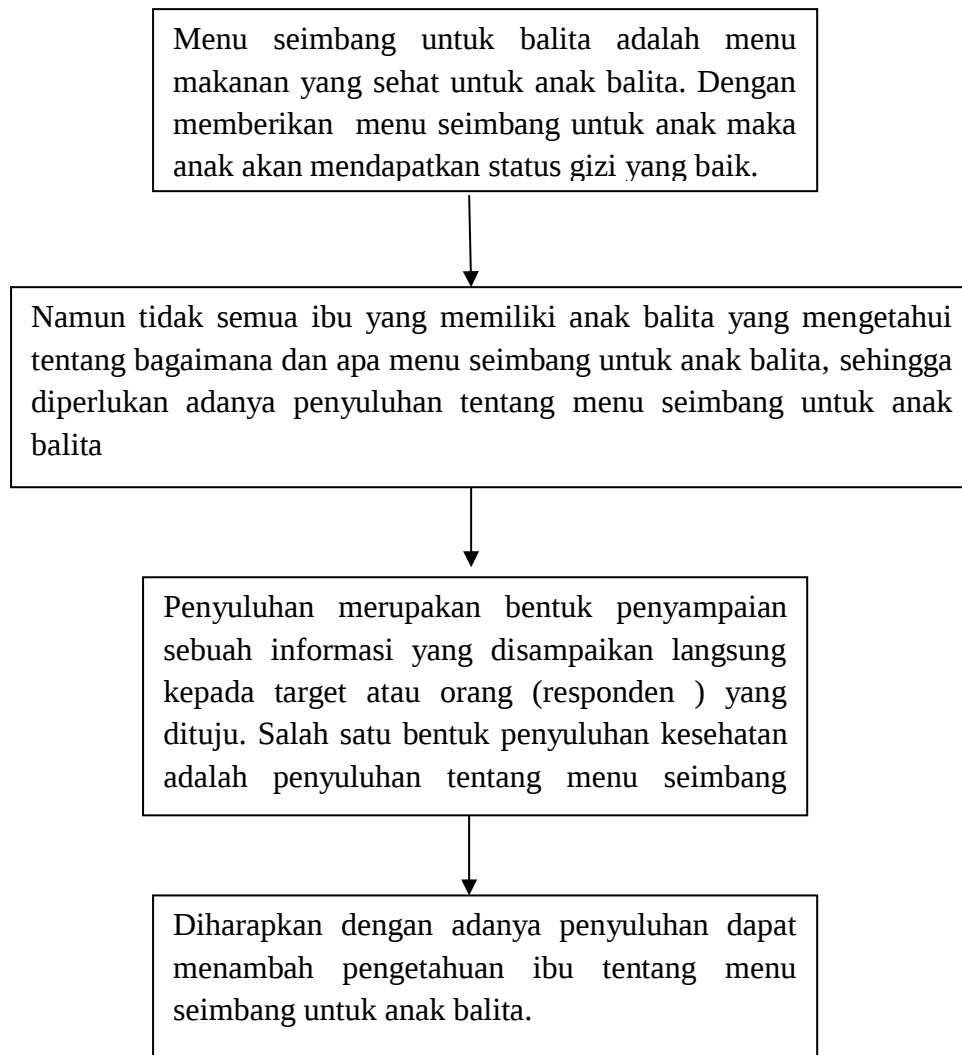


Artinya :

Dan dialah yang menjadikan kebun-kebun yang berjunjung dan yang tidak berjunjung, pohon korma, tanaman-tanaman yang bermacam-macam buahnya, zaitu dan delima yang serupa (bentuk dan warnanya) dan tidak sama (rasanya). Makanlah dari buahnya (yang bermacam-macam itu) bila dia berbuah, dan tunaikan lah haknya dihari memetik hasilnya (dengan disedekahkan kepada fakir miskin) ; dan janganlah kamu berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan.

2.5 Kerangka Teori

Berdasarkan landasan teori pada Bab II maka dapat disusun kerangka teori sebagai berikut :



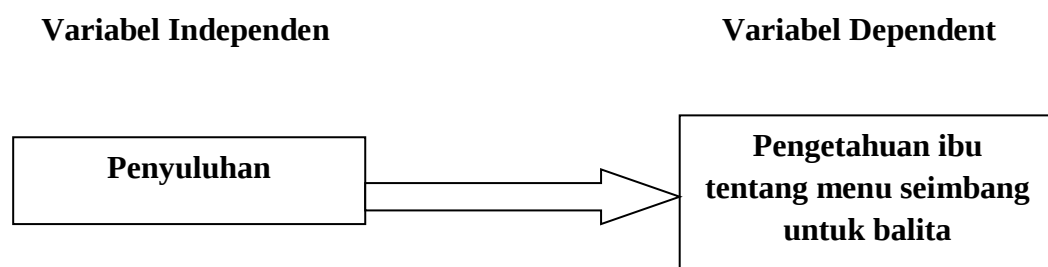
Referensi : Modifikasi (Syafriani, 2016 dan Fatmawati, 2014)

Gambar 2.1 Kerangka Teori

2.6 Kerangka Konsep

Notoatmodjo, (2012) menjelaskan, yang dimaksud kerangka konsep adalah suatu uraian atau visualisasi hubungan atau kaitan antara konsep satu terhadap konsep yang lainnya, atau antara variabel yang satu dengan variabel yang lain dari masalah yang ingin diteliti.

Konsep adalah suatu abstraksi yang dibentuk dengan menggeneralisasikan suatu pengertian, oleh karena itu, konsep tidak dapat diukur dan diamati secara langsung. Agar dapat diamati dan diukur, maka konsep tersebut harus dijabarkan kedalam variabel-variabel. Dari variabel itulah konsep dapat diamati dan diukur.



Gambar 2.2 Kerangka konsep

2.7 Hipotesa

Hipotesa dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Ha :

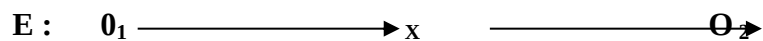
1. Ada efektivitas penyuluhan tentang menu seimbang terhadap pengetahuan ibu balita di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian *quasy eksperimen* dengan desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *pretest and posttest one group design*. Dalam penelitian ini observasi dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*).



Gambar 3.1 *pretest and posttest one group design*

Keterangan :

- O_1 : Tingkat Pengetahuan ibu tentang menu seimbang untuk balita sebelum diberikan penyuluhan (*pretest*)
- X: Penyuluhan tentang menu seimbang untuk balita (intervensi)
- O_2 : Tingkat pengetahuan ibu tentang menu seimbang untuk balita sesudah diberikan penyuluhan (*posttest*)

3.2 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi selama kurun waktu antara bulan Juni 2020 - Februari 2021.

3.3 Populasi dan sampel penelitian

3.3.1 Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang akan diteliti. Populasi dalam penelitian adalah seluruh ibu yang memiliki

balita yang berusia 24-59 bulan yang berada di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020 yang berjumlah sebanyak 98 orang.

3.3.2 Sampel

Sampel adalah sebagian dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2010).

Sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan rumus :

$$n = \frac{N}{1+N(d^2)} \quad (\text{Notoadmodjo, 2010})$$

Ket :

N = Besar Populasi

n = Besar Sampel

d^2 = Presisi yang ditetapkan $\rightarrow 0,05^2 = 0,0025$

$$n = \frac{98}{1+98(0,05)^2}$$

$$= \frac{98}{1,245}$$

= 78,71 jadi sampel dalam penelitian ini berjumlah 79 orang.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik *simple random sampling*, yaitu dengan cara membuat undian sebanyak populasi (98) kemudian diundi dan dikeluarkan sebanyak sampel yang dibutuhkan (79), maka nama yang keluar akan dijadikan sampel dalam penelitian ini.

Adapun kriteria inklusi dan eksklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Kriteria Inklusi

1. Ibu yang bersedia menjadi responden
2. Ibu yang berada di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi
3. Ibu yang memiliki balita usia 24-59 bulan.
4. Ibu yang bisa tulis baca dan bisa diajak berinteraksi :

b. Kriteria Eksklusi

1. Tidak berada ditempat saat penelitian berlangsung
2. Tidak bersedia mengikuti penyuluhan yang diberikan

3.4 Defenisi Operasional

Berdasarkan variabel pada kerangka konsep penelitian, maka penulis memberikan batasan-batasan dalam defenisi operasional sebagai berikut :

Tabel 3.1
Defenisi Operasional Penelitian

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara ukur	Alat ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
1.	Penyuluhan menu seimbang untuk balita	Memberikan penyuluhan tentang menu seimbang untuk balita kepada ibu yang memiliki balita 24-59 bulan.	Memberikan penyuluhan 2 kali selama penelitian	Laptop dan infokus	Nominal	1. <i>Pre test</i> 2. <i>Post test</i>
2.	Pengetahuan ibu tentang menu seimbang untuk balita	Segala sesuatu yang diketahui ibu tentang menu seimbang untuk balita	Wawancara	Kuisone r	Rasio	0. Kurang jika skor $\leq 55\%$ 1. Cukup jika skor 56 – 74% 2. Baik jika skor $\geq 75\%$ (Riyanto,

2013).

Rata – rata
pengetahuan
sebelum 8,51
dan sesudah
12,18

3.5 Jenis Data

3.5.1 Jenis Data

1. Data Primer

Data primer yaitu data yang diambil dari wawancara secara langsung dari responden dengan menggunakan kuesioner, pada pengumpulan data ini sebelumnya peneliti menjelaskan tujuan dari penelitian kepada responden, setelah itu peneliti memberikan lembaran persetujuan kepada responden untuk ditandatangani sebagai bukti kesediaan responden dalam penelitian ini.

2. Data Sekunder

Data sekunder diperoleh melalui data tentang semua ibu yang memiliki balita yang berumur 24-59 bulan di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020 yang berjumlah sebanyak 98 orang.

3.6 Teknik Pengumpulan Data

Tahap pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

3.6.1 Tahap persiapan

1. Peneliti menentukan siapa sampel yang akan diteliti sebagai responden

2. Setelah responden diketahui kemudian peneliti mengunjungi rumah responden dan memberitahu tentang penelitian yang akan dilakukan, kemudian peneliti meminta persetujuan responden yang akan di tanda tangani di lembar *informed concent*.
3. Setelah itu peneliti memberitahu responden kapan penelitian akan dilaksanakan dan meminta responden untuk mengikuti penyuluhan sampai selesai.

3.6.2 Tahap Pelaksanaan

1. Sebelum peneliti memberikan penyuluhan tentang menu seimbang untuk balita, terlebih dahulu peneliti membagikan kuisioner kepada responden untuk melihat tingkat pengetahuan responden tentang menu seimbang untuk balita sebagai data awal dalam penelitian ini (*pretest*).
2. Melakukan intervensi kepada responden dengan memberikan penyuluhan tentang menu seimbang untuk balita yang dilakukan 2 kali selama penelitian ini.
3. Setelah peneliti memberikan penyuluhan tentang menu seimbang untuk balita sebanyak 2 kali, kemudian peneliti membagikan kuisioner kembali kepada responden untuk melihat tingkat pengetahuan responden tentang menu seimbang untuk balita sebagai data akhir dalam penelitian ini (*posttest*).

3.7 Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan lembar kuisioner sebagai instrumen untuk melihat tingkat pengetahuan ibu tentang menu seimbang untuk balita. Media yang digunakan dalam penelitian ini yaitu leaflet.

3.8 Teknik Pengolahan Data

3.8.1 Pemeriksaan Data (*Editing*)

Data yang telah didapat diperiksa kembali kelengkapannya, tidak ada yang kosong semua telah terisi dengan lengkap.

3.8.2 Pengkodean (*Coding*)

Coding merupakan kegiatan pemberian kode numerik (angka) terhadap data yang terdiri atas beberapa kategori.

3.8.3 Memasukan Data (*Entry*)

Memasukan data responden kedalam program “software” computer menggunakan program SPSS for window.

3.8.4 Membersihkan data (*Cleanning*)

Data yang telah dimasukan di cek kembali untuk memastikan data tersebut telah bersih dari kesalahan.

3.8.5 Tabulasi (*Tabulating*)

Setelah semua data terkumpul kemudian dilakukan pentabulasian data dengan membuat tabel distribusi frekuensi masing – masing variabel. (Notoadmodjo, 2012).

3.9 Teknik Analisa Data

3.9.1 Analisa Univariat

Analisa univariat ini digunakan untuk mendiskripsikan permasalahan pengetahuan ibu tentang menu seimbang untuk balita sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan.

3.9.2 Analisa Bivariat

Analisa bivariat dilakukan untuk tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk melihat efektifitas penyuluhan terhadap pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita di Posyandu Tunas Jaya Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi sehingga data yang di peroleh dianalisis dengan uji *T-Paired* dimana nilai signifikan *p value* dari nilai α sebesar 0,05 dengan tingkat kepercayaan 95%. Dengan kriteria uji hipotesis yaitu apabila nilai $p \leq 0,05$ maka dikatakan terdapat pengaruh atau efektivitas dan sebaliknya jika $p > 0,05$, maka Penelitian dikatakan tidak terdapat pengaruh atau tidak efektif.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Puskesmas Kopah merupakan salah satu Puskesmas yang berada di Kabupaten Kuantan Singingi, dengan jarak tempuh ke Kabupaten $\pm$ 34 KM dan kecepatan $\pm$ 5 KM dengan luas wilayah $\pm$ 183,54 km² dan jumlah penduduk 23.925 Jiwa. Jumlah KK yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Kopah yaitu 5687 KK.

Dalam menjalankan fungsinya sebagai pemberi pelayanan kesehatan tingkat pertama Puskesmas Kopah masih sudah dilengkapi dengan sarana dan prasarana yang memadai dan telah didukung oleh tenaga dokter umum, dokter gigi, bidan, perawat, perawat gigi, ahli gizi, analis, sanitarian serta farmasi.

Jumlah tenaga medis di Puskesmas Kopah yaitu sebagai berikut :

Dokter umum	: 2 orang
Dokter gigi	: PNS 1 orang
Bidan	: PNS 17 orang
Perawat	: PNS 9 orang dan Non PNS 2 orang
Gizi	: PNS 2 orang
Kesmas	: PNS 2 orang dan Non PNS 1 orang
Kesling	: PNS 1 orang
Analis Labor	: Non PNS 1 orang
Manajemen	: PNS 1 orang dan Non PNS 1 orang
Kader	: 60 orang

4.2 Hasil Penelitian

4.2.1 Analisis Univariat

1. Rata-rata pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita sebelum dilakukan penyuluhan

Tabel 4.1
Rata-Rata Pengetahuan Ibu Balita Tentang Menu Seimbang Untuk Balita
Sebelum Dilakukan Penyuluhan Di Posyandu Tunas Jaya
Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah
Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020

Kategori	Pengetahuan Sebelum Penyuluhan				
	N	Mean	Min–Max	95 % CI	Std. Deviation
Pengetahuan	79	8,51	4 – 15	7,96 – 9,05	2,423

Berdasarkan tabel 4.1 dapat dilihat bahwa rata-rata pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita sebelum dilakukan penyuluhan adalah 8,51 dengan standar deviasi 2,423. Berdasarkan hasil estimate interval dapat disimpulkan bahwa 95% rata-rata pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita sebelum dilakukan penyuluhan berkisar antara 7,96 – 9,05.

2. Rata-rata pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita sesudah dilakukan penyuluhan

Tabel 4.2
Rata-Rata Pengetahuan Ibu Balita Tentang Menu Seimbang Untuk Balita
Sesudah Dilakukan Penyuluhan Di Posyandu Tunas Jaya
Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah
Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020

Kategori	Pengetahuan Sesudah Penyuluhan				
	N	Mean	Min–Max	95 % CI	Std. Deviation
Pengetahuan	79	12,18	7 - 15	11,81 – 12,54	1,631

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat bahwa rata-rata pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita sesudah dilakukan penyuluhan adalah 12,18 dengan standar deviasi 1,631. Berdasarkan hasil estimate interval dapat disimpulkan bahwa 95% rata-rata pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita sesudah dilakukan penyuluhan berkisar antara 11,81 – 12,54.

4.2.2 Analisis Bivariat

Uji normalitas data bertujuan untuk mengetahui apakah penyebaran data merata sesuai dengan kurva normal (Syarifudin, 2010). Normalitas data diuji dengan menggunakan uji nilai *Kolmogorof Smirnof*.

Hasil uji normalitas pada penelitian ini dengan nilai *Kolmogorof Smirnof* pengetahuan sebelum yaitu 0,000 ($< 0,05$) diasumsikan data pengetahuan sebelum tidak terdistribusi normal. Nilai *Kolmogorof Smirnof* pengetahuan sesudah yaitu 0,000 ($> 0,05$) diasumsikan data pengetahuan sesudah tidak terdistribusi normal.

Berdasarkan uji normalitas di atas bahwa data tidak terdistribusi normal maka analisa bivariat dilanjutkan dengan menggunakan uji *wilxocon*.

1. Efektifitas penyuluhan tentang menu seimbang terhadap pengetahuan ibu balita di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020

Tabel 4.3
Efektifitas Penyuluhan Tentang Menu Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu Balita di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020

Variabel	N	Negatif Range	Positif Range	Ties	Z	P Value
Pengetahuan	79	0	74	5	-7,500	0,000

Berdasarkan tabel 4.3 diatas tentang efektifitas penyuluhan tentang menu seimbang terhadap pengetahuan ibu balita di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p\text{ value}=0,000$ ($p < 0,05$), maka dapat disimpulkan terdapat efektifitas penyuluhan tentang menu seimbang terhadap pengetahuan ibu balita di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020.

4.2 Pembahasan

4.2.1 Hasil Univariat

a. Pengetahuan Ibu Balita Tentang Menu Seimbang Untuk Balita Sebelum Dilakukan Penyuluhan

Berdasarkan tabel 4.1 dapat dilihat bahwa rata-rata pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita sebelum dilakukan penyuluhan adalah 8,51 dengan standar deviasi 2,423. Berdasarkan hasil estimate interval dapat disimpulkan bahwa 95% rata-rata pengetahuan ibu

balita tentang menu seimbang untuk balita sebelum dilakukan penyuluhan berkisar antara 7,96 – 9,05.

Menurut teori Kusumawardani (2012) penyuluhan kesehatan merupakan penambahan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik praktik belajar atau instruksi dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi perilaku manusia secara individu, kelompok maupun masyarakat untuk dapat lebih mandiri dalam mencapai tujuan hidup sehat.

Kurangnya pengetahuan gizi dan kesehatan orangtua, khususnya ibu merupakan salah satu penyebab terjadinya kekurangan gizi pada balita Di pedesaan, makanan banyak di pengaruhi oleh keadaan sosial ekonomi dan kebudayaan. Terdapat pantangan makan pada balita misalnya anak kecil tidak diberikan ikan karena diberikan ikan karena dapat menyebabkan cacingan, kacang-kacangan juga tidak di berikan karena dapat menyebabkan sakit perut atau kembung (Syafriani, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Syafriani tahun 2016 tentang “Efektifitas Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Tentang Menu Seimbang Balita Di Posyandu Melati Desa Muara Langsat Kuantan Singingi 2016” menunjukkan hasil bahwa rata-rata skor pengetahuan sebesar 0,44 sebelum dilakukan penyuluhan.

Penelitian pendukung lainnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Renni Fatmawati (2014) tentang “pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam pemberian menu seimbang pada balita di Dusun Tegalrejo, Pleret, Bantul, Yogyakarta” hasil

penelitian tentang rekuensi perbedaan pengetahuan ibu dalam pemberian menu seimbang sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan Gizi di Dusun Tegalrejo, menunjukkan bahwa yang memiliki kategori baik sebelum diberikan penyuluhan sebanyak 19 orang (52,8%), kategori cukup sebanyak 13 orang (36,1%) dan kategori kurang sebanyak 4 orang (11,1%).

Peneliti berasumsi bahwa, pengetahuan sangat penting dalam menyediakan menu seimbang untuk anak. Setiap ibu wajib memiliki pengetahuan yang baik tentang menu seimbang untuk anaknya. Berdasarkan hasil penelitian kesalahan yang paling banyak yaitu tentang pengertian gizi dan menu seimbang serta pandangan tentang gizi seimbang. Mereka menganggap bahwa gizi hanya untuk kesehatan tubuh saja serta menu seimbang bukanlah berbagai jenis menu yang beraneka ragam tetapi kebutuhan gizi guna perbaikan sel-sel tubuh. Untuk itu dibutuhkan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang menu seimbang untuk anak.

b. Pengetahuan Ibu Balita Tentang Menu Seimbang Untuk Balita Sesudah Dilakukan Penyuluhan

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat bahwa rata-rata pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita sesudah dilakukan penyuluhan adalah 12,18 dengan standar deviasi 1,631. Berdasarkan hasil estimate interval dapat disimpulkan bahwa 95% rata-rata pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita sesudah dilakukan penyuluhan berkisar antara 11,81 – 12,54.

Menurut Almatsier (2011) balita membutuhkan zat gizi yang seimbang agar status gizinya baik, serta proses pertumbuhan tidak terhambat karena balita merupakan kelompok umur yang paling sering menderita akibat kekurangan gizi. Status gizi balita merupakan salah satu indikator yang menggambarkan tingkat kesejahteraan masyarakat. Secara umum faktor-faktor yang menentukan status gizi balita adalah konsumsi makanan yang tidak mencukupi kebutuhan sehingga tubuh kekurangan zat gizi, keadaan kesehatan, pengetahuan orang tua tentang kesehatan, tingkat pendidikan, pemberian ASI, kondisi sosial ekonomi, pada konsumsi keluarga, faktor sosial keadaan penduduk, paritas, umur, jenis kelamin, dan pelayanan kesehatan.

Pengetahuan gizi memegang peranan penting dalam menentukan derajat kesehatan masyarakat. Berbagai masalah gizi dan kesehatan dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang. Salah satu masalah yang muncul adalah adanya ketidakseimbangan asupan makanan. Kelebihan atau kekurangan asupan makanan secara bersamaan dapat memicu terjadinya beban ganda masalah gizi di masyarakat terutama bayi dan anak (Almatsier *et al*, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Syafriani tahun 2016 tentang “Efektifitas Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Tentang Menu Seimbang Balita Di Posyandu Melati Desa Muara Langsat Kuantan Singingi 2016” menunjukkan hasil bahwa rata-rata skor pengetahuan sebesar 0,44 sebelum dilakukan penyuluhan dan setelah

diberikan penyuluhan di dalam penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan rata-rata pengetahuan menjadi 1,08.

Penelitian pendukung lainnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Renni Fatmawati (2014) tentang “pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam pemberian menu seimbang pada balita di Dusun Tegalrejo, Pleret, Bantul, Yogyakarta” hasil penelitian tentang rekuensi perbedaan pengetahuan ibu dalam pemberian menu seimbang sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan Gizi di Dusun Tegalrejo, menunjukkan bahwa setelah diberikan penyuluhan, dapat disimpulkan bahwa yang memiliki kategori baik yaitu 36 orang (100%).

Peneliti berasumsi bahwa, penyuluhan merupakan suatu proses penyampaian informasi untuk menambah pengetahuan seseorang serta bertujuan untuk merubah sikap dan perilaku seseorang. Dalam penelitian ini setelah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan ibu tentang menu seimbang. pemberian penyuluhan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu dalam pemberian menu seimbang untuk balita. Setelah diberikan penyuluhan ibu menjadi tahu tentang prinsip menu seimbang serta pentingnya penyajian menu seimbang untuk balita. Selain itu ibu juga mengetahui sumber-sumber zat gizi yang baik untuk berkembang dan pertumbuhan balita.

4.2.2 Hasil Bivariat

1. Efektifitas Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Tentang Menu Seimbang Untuk Balita

Berdasarkan tabel 4.3 diatas tentang efektifitas penyuluhan tentang menu seimbang terhadap pengetahuan ibu balita di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p\text{ value}=0,000$ ($p < 0,05$), maka dapat disimpulkan terdapat efektifitas penyuluhan tentang menu seimbang terhadap pengetahuan ibu balita di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020.

Menurut teori Almatsier (2011) gizi (*nutrients*) merupakan ikatan kimia yang diperlukan tubuh untuk melakukan fungsinya, yaitu menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan, serta mengatur proses-proses kehidupan. Disamping untuk kesehatan, gizi dikaitkan dengan potensi ekonomi seseorang, karena gizi berkaitan dengan perkembangan otak, kemampuan belajar, dan produktivitas kerja. Menu seimbang untuk balita adalah menu makanan yang sehat untuk anak balita. Dengan memberikan menu seimbang untuk anak maka anak akan mendapatkan status gizi yang baik. Namun tidak semua ibu yang memiliki anak balita yang mengetahui tentang bagaimana dan apa menu seimbang untuk anak balita, sehingga diperlukan adanya penyuluhan tentang menu seimbang untuk anak balita.

Penyuluhan kesehatan adalah penambahan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik praktik belajar atau instruksi

dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi perilaku manusia secara individu, kelompok maupun masyarakat untuk dapat lebih mandiri dalam mencapai tujuan hidup sehat. Penyuluhan merupakan bentuk penyampaian sebuah informasi yang disampaikan langsung kepada target atau orang (responden) yang dituju. Salah satu bentuk penyuluhan kesehatan adalah penyuluhan tentang menu seimbang (Kusumawardani, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Syafriani tahun 2016 tentang “Efektifitas Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Tentang Menu Seimbang Balita Di Posyandu Melati Desa Muara Langsat Kuantan Singingi 2016” menunjukkan hasil bahwa rata-rata skor pengetahuan sebesar 0,44 sebelum dilakukan penyuluhan dan setelah diberikan penyuluhan di dalam penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan rata-rata pengetahuan menjadi 1,08. Hasil analisis uji t berpasangan, pengetahuan ibu tentang menu seimbang didapatkan nilai signifikan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Artinya ada efektifitas penyuluhan terhadap pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk anak balita.

Penelitian pendukung lainnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Renni Fatmawati (2014) tentang “pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam pemberian menu seimbang pada balita di Dusun Tegalrejo, Pleret, Bantul, Yogyakarta” hasil analisis data uji wilcoxon pengetahuan ibu dalam pemberian menu seimbang didapatkan nilai signifikansi $p = 0.00$ ($p < 0.05$) sehingga dapat

disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak yang artinya penyuluhan gizi berpengaruh terhadap pengetahuan dalam pemberian menu seimbang pada balita.

Peneliti berasumsi bahwa, dalam penelitian ini terdapat efektivitas penyuluhan terhadap pengetahuan ibu tentang menu seimbang untuk balita. Menurut peneliti penyuluhan merupakan proses penyampaian informasi. Dalam penelitian ini peneliti menarik kesimpulan bahwa penyuluhan yang peneliti berikan selama penelitian berhasil, karena penyuluhan tersebut dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita. Setelah dilakukan penelitian ibu menjadi tahu tentang menu seimbang untuk balita serta mengetahui sumber zat gizi, sehingga ibu bersedia untuk memberikan menu seimbang tersebut sesuai dengan informasi yang telah peneliti berikan melalui penyuluhan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang efektivitas penyuluhan tentang menu seimbang terhadap pengetahuan ibu balita di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020” dengan jumlah sampel sebanyak 79 orang, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Rata-rata pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita sebelum dilakukan penyuluhan adalah 8,51 dengan standar deviasi 2,423.
2. Rata-rata pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita sesudah dilakukan penyuluhan adalah 12,18 dengan standar deviasi 1,631
3. Terdapat efektifitas penyuluhan terhadap pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita dengan nilai $p\text{ value}=0,000$ ($p < 0,05$).

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan yang didapatkan dari hasil penelitian maka peneliti dapat merekomendasikan beberapa saran :

1. Bagi Posyandu Tunas Jaya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat di jadikan acuan bagi ibu yang memiliki balita di posyandu kasih ibu untuk memberikan menu seimbang untuk balitanya

2. Bagi STIKes Al-Insyirah

Diharapkan Hasil penelitian Ini dapat menambah wawasan pembaca tentang menu seimbang untuk balita dan menjadi acuan untuk bahan bacaan di perpustakaan di Stikes Al- Insyirah

3. Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan responden tentang makanan menu seimbang untuk balita.

4. Bagi Peneliti

Diharapkan peneliti mampu menerapkan ilmu pengetahuan yang di dapat selama penelitian dan dapat menerapkannya di lapangan nanti terutama tentang menu seimbang untuk balita.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat sebagai pedoman untuk peneliti peneliti selanjutnya dalam mengembangkan variabel-variabel baru yang mempengaruhi ibu untuk memberikan menu seimbang untuk balita.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. 2011. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama
- Agnes. A. 2016. *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Menu Seimbang Pada Balita Di Posyandu Mekar Sari*. Jurnal Kebidanan : ISSN : 7812 - 0981
- Agria, R. 2012. *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta : Fitamarya
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Pratik* (Edisi Revisi). Jakarta : Rineka Cipta
- Arisman. 2011. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran
- Depkes, RI. 2016. *Depertemen Kesehatan Indonesia*. Jakarta
- Depkes RI. 2016. *Profil Kesehetan Indonesia*. Jakarta
- Dinkes.2015. *Dinas Kesehatan*. Provinsi Riau
- Dinkes. 2018. *Laporan Tahunan Masalah Gizi*. Kuantan Singingi. Dinas Kesehatan.
- Fatmawati. 2014. *Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dalam Pemberian Menu Seimbang Pada Balita Di Dusun Tegalrejo, Pleret, Bantul, Yogyakarta*. Jurnal Kebidanan : ISSN : 7612 – 9980
- Kemenkes. RI. 2018. *Laporan Tahunan Kementerian Kesehatan Indonesia*. Jakarta : Kementerian Kesehatan
- Kusumawardani. 2012. *Gizi Seimbang Pada Anak Balita*. Jakarta : EGC
- Martha, G. 2018. *Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Menu Seimbang Pada Balita*. Jurnal Kebidanan : Nomor 1 Volume 1
- Mitayani Dan Sartika, W. 2010. *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Tentang Menu Seimbang*. Jurnal Kebidanan : ISSN : 1423 – 8872
- Miftahul, Anggraini. 2018. *Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Tentang Menu Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu Balita*. Jurnal Kebidanan : ISSN : 4409 - 7612
- Murtina. 2016. *Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Tentang Gizi Seimbang Pada Balita*. Jurnal Kebidanan : Nomor 1 Volume 1

- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta : Jakarta
- Nori, F. 2018. *Pengaruh Penyuluhan Tentang Menu Seimbang Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Balita Di Desa Suka Aksara*. Jurnal Kebidanan : Nomor 1 Vol 1
- Profil Kesehatan Indonesia. 2018. *Masalah Gizi di Indonesia*. Jakarta : Depertemen Kesehatan
- Profil Kesehatan Provinsi Riau. 2018. *Masalah Gizi di Provinsi Riau*. Riau : Dinas Kesehatan
- Puskesmas Kopah. 2019. *Laporan Tahunan 2019 Puskesmas Kopah*. Kopah : Kuantan Singingi
- Renny, Fatmawati. 2014. *Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dalam Pemberian Menu Seimbang Pada Balita Di Dusun Tegalrejo, Pleret, Bantul, Yogyakarta*. Jurnal Kebidanan : ISSN : 8712 – 9881
- Ruri, F. *Faktor Yang Mempengaruhi Rendahnya Pengetahuan Ibu Balita Tentang Menu Seimbang*. Jurnal Kebidanan : ISSN : 7761 - 8872
- Riyanto. 2013. *Kapita Selekta Kuisiner Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Sartika. 2010. *Prinsip Gizi Terhadap Kesehatan Anak*. Jakarta : Nuha Medika
- Syafriani. 2016. *Efektifitas Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Tentang Menu Seimbang Balita Di Posyandu Melati Desa Muara Langsat Kuantan Singingi*. Naskah Publikasi
- Sibagariang, Eva Ellya. 2010. *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : Trans Info Media Pres
- Waryana. 2016. *Gizi Reproduksi*. Pustaka Rihama :Yogyakarta
- Wawan, A dan Dewi, M. 2011. *Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika : Yogyakarta
- Wella, Z. 2018. *Efektivitas Penyuluhan Tentang Menu Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Menu Seimbang Di Desa Wilopo*. Jurnal Kebidanan : ISSN : 7612 – 0981
- Wiwi, C. 2018. *Pengaruh Penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang di Posyandu Tunas Jaya Palembang*. Jurnal Kebidanan : ISSN : 7712 – 0098

Lampiran

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth :

Calon Responden

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa STIKes Al Insyirah Pekanbaru Prodi Kebidanan Program Sarjana Terapan bermaksud mengadakan penelitian:

Nama : Ayuna Fitri
Nim : 1903021432
Alamat : Pekanbaru

Melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Penyuluhan Tentang Menu Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu Balita di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020”. Sehubungan dengan hal tersebut diatas maka saya mohon kesediaan Ibu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Saya akan menjamin kerahasiaan jawaban ibu yang sudah merupakan kode etik penelitian. Atas kesediaan dan bantuan ibu-ibu, saya ucapkan terima kasih.

Pekanbaru ,.....2020

Peneliti

Ayuna Fitri

Lampiran

LEMBARAN PERSETUJUAN **(INFORMED CONSENT)**

Setelah membaca dan memahami maksud peneliti diatas, saya bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh saudara :

Nama : Ayuna Fitri

Nim : 1903021432

Akan mengadakan penelitian dengan judul “Efektivitas Penyuluhan Tentang Menu Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu Balita di Posyandu Tunas Jaya Desa Jaya Wilayah Kerja UPTD Kesehatan Kopah Kabupaten Kuantan Singingi Tahun 2020”. Informasi dan data yang saya berikan adalah benar sesuai dengan kenyataan dari persetujuan pengalaman saya.

Demikianlah persetujuan ini saya tangani dengan sukarela tanpa paksaan dan tekanan dari siapapun.

Pekanbaru,.....2020

Responden

()

KUISIONER PENELITIAN
EFEKTIVITAS PENYULUHAN TENTANG MENU SEIMBANG
TERHADAP PENGETAHUAN IBU BALITA DI POSYANDU
TUNAS JAYA DESA JAYA WILAYAH KERJA UPTD
KESEHATAN KOPAH KAB KUANTAN SINGINGI
TAHUN 2020

A. Data Umum

Tanggal Wawancara:

1. No. Responden
2. Umur
3. Pendidikan
4. Pekerjaan
5. Alamat

B. Pertanyaan

Pengetahuan Ibu Balita tentang Menu Seimbang untuk Balita

Jawablah pertanyaan berikut ini dengan memberikan tanda silang (X) pada jawaban yang paling benar!

1. Apakah yang dimaksud dengan makanan bergizi menurut Ibu?
 - a. Segala sesuatu yang dimakan yang mengandung nilai gizi sesuai dengan kebutuhan tubuh.
 - b. Segala makanan yang mahal.
 - c. Makanan yang enak-enak.
2. Biasanya dalam hal menyediakan menu untuk balita Ibu, menu apa saja yang Ibu hidangkan ?
 - a. Nasi + ikan + sayur + buah + susu.
 - b. Nasi + ikan + sayur/buah.
 - c. Nasi + ikan/sayur.

3. Menurut Ibu apakah manfaat makanan bagi anak balita?
 - a. Untuk pertumbuhan tubuh balita, mengganti sel-sel tubuh yang rusak dan untuk memenuhi kebutuhan akan zat gizi.
 - b. Untuk pertumbuhan badan.
 - c. Agar anak gemuk.
4. Ketika anak mengalami luka dan supaya luka cepat sembuh sebaiknya anak diberi makanan yang banyak mengandung?
 - a. Vitamin E
 - b. Protein dan vitamin C
 - c. Kalori
5. Menurut Ibu, bagaimanakah cara mencuci bahan makanan sebelum dimasak?
 - a. Dicuci dengan air bersih yang mengalir.
 - b. Di bersihkan dengan sapu tangan.
 - c. Tidak perlu dicuci.
6. Manakah di bawah ini yang merupakan sumber karbohidrat?
 - a. Nasi dan kentang
 - b. Ikan dan telur
 - c. Sayur dan Buah
7. Manakah dibawah ini yang merupakan makanan pokok untuk balita?
 - a. Daging
 - b. Lauk Pauk
 - c. Nasi
8. Makanan yang baik pada anak menggambarkan?
 - a. Menggambarkan empat sehat lima sempurna
 - b. Menggambarkan Gizi Sembang
 - c. Menggambarkan gizi anak gemuk
9. Apakah yang terkandung dalam tahu dan tempe?
 - a. Protein
 - b. Karbohidrat

c. Vitamin

10. Vitamin C banyak terdapat pada?

- a. Jeruk
- b. Ikan
- c. Daging

11. Susu termasuk sumber?

- a. karbohidrat
- b. protein
- c. Vitamin

12. Makanan empat sehat lima sempurna terdiri dari?

- a. Ikan, Sayur, Nasi, Susu dan Snack
- b. Nasi, Lauk Pauk, Sayur, Buah dan Susu
- c. Nasi, Susu, Buah, Kue dan Lauk-Pauk

13. Pencegahan gizi kurang pada balita adalah dengan?

- a. Makan 3 kali sehari secara teratur
- b. Berikan makanan yang mahal
- c. Berikan anak makanan dengan porsi yang banyak

14. Bagaimana ciri-ciri balita yang terkena gizi buruk?

- a. Berat badan kurang dari normal, pucat, lelah, rambut tipis dan merah
- b. Rambut berwarna hitam, perut rata, kulit kering.
- c. Rambut berwarna merah dan tebal, kulit keriput, mata hitam

15. Makanan dibawah ini yang termasuk sumber protein hewani adalah?

- a. Pepaya
- b. Ikan
- c. Buah Naga

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Topik : Menu Seimbang Untuk Balita
Sasaran : Ibu yang mempunyai balita 24-59 bulan
Tanggal :
Waktu : 09.00 WIB - selesai
Tempat : Tunas Jaya
Oleh : Ayuna Fitri

1. Tujuan Penyuluhan

a. Tujuan Umum

Setelah mendapat penyuluhan peserta diharapkan dapat mengetahui apa saja menu seimbang untuk anak balita.

b. Tujuan Khusus

Setelah selesai mengikuti penyuluhan, diharapkan :

- 1) Menyebutkan pengertian menu seimbang untuk balita
- 2) Menjelaskan bagaimana cara memberikan menu seimbang untuk balita
- 3) Menyebutkan menu seimbang untuk balita

2. Materi Penyuluhan

Terlampir

3. Metode Penyuluhan

- a. Ceramah
- b. Tanya Jawab

4. Media

Infokus

5. Kegiatan Penyuluhan

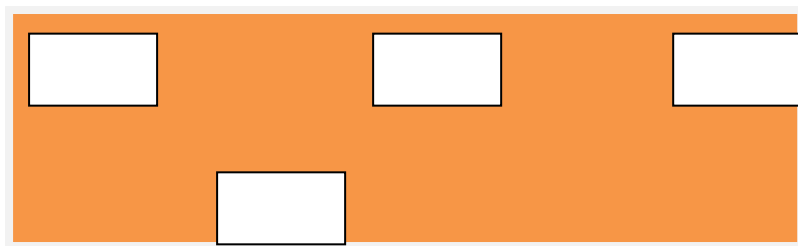
NO	Tahap	Kegiatan	Metode
1	Pembukaan	1. Mengucap salam 2. Menjelaskan tujuan	Ceramah
2	Pengembangan	1. Mengkaji pengetahuan peserta. Menjelaskan materi tentang: a. Menu seimbang untuk balita b. Manfaat menu seimbang untuk balita c. Macam-macam menu seimbang 2. Tanya jawab	Ceramah Dan Diskusi
3	Penutup	1. Menarik kesimpulan bersama-sama 2. Kuis 3. Penutup	Ceramah

DENAH PENYULUHAN



Penyaji

PESERTA



A. Gizi Balita

2.7.1 Pengertian

Status gizi adalah Status gizi status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan *nutrient* (Beck 2002 dalam Jafar 2010). Menurut Almatier (2011) status gizi didefinisikan sebagai suatu keadaan tubuh akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi.

Makanan bergizi adalah segala sesuatu yang dimakan yang mengandung nilai gizi sesuai dengan kebutuhan tubuh. Energi dalam makanan terutama diperoleh dari karbohidrat, protein, dan lemak. Energi diperlukan untuk kelangsungan proses-proses di dalam tubuh seperti proses peredaran dan sirkulasi darah, denyut jantung, pernafasan, pencernaan, proses fisiologi lainnya, untuk bergerak atau melakukan pekerjaan fisik. Energi dalam tubuh dapat timbul karena adanya pembakaran karbohidrat, protein dan lemak, karena itu agar energi tercukupi perlu pemasukan makanan yang cukup dengan mengkonsumsi makanan yang cukup dan seimbang. Protein diperlukan oleh tubuh untuk membangun sel-sel yang telah rusak, membentuk zat-zat pengatur seperti enzim dan hormon, membentuk zat anti energi dimana tiap gram protein menghasilkan sekitar 4,1 kalori.

2.7.2 Kebutuhan Gizi Balita

Setiap anak memerlukan nutrisi yang baik dan seimbang. Artinya, setiap balita memerlukan nutrisi dengan menu seimbang dan porsi yang tepat, tidak berlebihan dan disesuaikan dengan kebutuhan tubuhnya.

Jika pemberian nutrisi pada anak balita kurang baik dari segi kualitas maupun kuantitasnya maka pertumbuhan dan perkembangan anak balita akan berjalan lambat. Sebaliknya, jika pemberian nutrisi melebihi kapasitas yang dibutuhkan akan menyebabkan kegemukan yang mengakibatkan pertumbuhan dan perkembangan anak balita terganggu (Almatsier, 2011).

2.7.3 Menu Seimbang Balita

Masa balita adalah periode perkembangan fisik dan mental yang pesat. Kesehatan seorang balita sangat dipengaruhi oleh gizi yang terserap didalam tubuh. Kurangnya gizi yang diserap oleh tubuh mengakibatkan mudah terserang penyakit karena gizi memberi pengaruh yang besar terhadap kekebalan tubuh. Gizi bukan hanya mempengaruhi kesehatan tubuh, tetapi juga mempengaruhi kecerdasan (Ellya Sibagariang, 2010).

Menu seimbang balita tidak jauh berbeda dengan menu seimbang orang dewasa, hanya saja balita membutuhkan lebih banyak lemak dan lebih sedikit serat. Menu seimbang untuk balita yaitu :

Bahan makanan sehat seimbang dikelompokkan menjadi tiga fungsi utama gizi atau disebut juga dengan triguna makanan yaitu:

5. Gula dan Garam

Konsumsi garam untuk balita tidak lebih dari 1/6 jumlah maksimal orang dewasa sehari atau kurang dari 1 gram.

6. Porsi Makan

Porsi makan anak balita berbeda dengan orang dewasa. Mereka membutuhkan makanan sumber energi yang lengkap gizi dalam jumlah lebih kecil namun sering

7. Kebutuhan Energi dan Nutrisi

Bahan makanan sumber energi seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan serat wajib dikonsumsi balita setiap hari

8. Susu Pertumbuhan

Susu merupakan salah satu sumber kalsium sehingga penting juga dikonsumsi oleh balita. Sedikitnya balita butuh 350 ml/12 ons per hari. Susu pertumbuhan merupakan susu lengkap gizi yang mampu memenuhi kebutuhan nutrisi anak usia 12 tahun keatas (Angria R, dkk, 2012).

Bahan makanan sehat seimbang dikelompokkan menjadi tiga fungsi utama gizi atau disebut juga dengan triguna makanan yaitu:

1. Sumber zat tenaga

Padi-padian seperti beras, jagung dan gandum, sagu, umbi-umbian seperti ubi, singkong dan talas, serta hasil olahan seperti tepung-tepungan, mie, roti, macaroni dan bihun. Sumber zat tenaga pada piramida makanan terdapat pada dasar piramida.

2. Sumber zat pembangunan

Yaitu sumber protein hewani seperti daging, ayam, telur, susu dan keju, serta sumber protein nabati seperti kacang-kacangan berupa kacang kedelai, kacang tanah, kacang merah, kacang tolo serta olahannya seperti tempe, tahu, susu kedelai dan oncom. Sumber zat

pembangunan pada piramida terdapat pada level tengah atau posisi tengah dengan jumlah lebih banyak dari zat pengatur

3. Sumber zat pengatur berupa buah dan sayur

Sayuran diutamakan yang berwarna hijau dan kuning jingga seperti bayam, daun singkong, daun katuk, kangkung, wortel, dan tomat, serta kacang-kacangan seperti kacang panjang, buncis, dan kecipir. Buah-buahan seutamakan yang berwarna kuning jingga, kaya serat dan yang berasa asam seperti papaya, mangga, apel dan jeruk. Sumber zat pengatur dalam piramida makanan terdapat pada level tengah.



Gambar 2.1 Piramida Gizi Seimbang

2.7.4 Makanan Gizi Sehat Seimbang Anak Balita

Makanan yang dikonsumsi oleh individu sehari-hari harus beraneka ragam dan memenuhi 5 kelompok zat gizi dalam jumlah yang cukup, tidak berlebihan dan tidak kekurangan (Dirjen BKM : 2002). Bahan

makanan sehatseimbang dikelompokkan menjadi tiga fungsi utama gizi atau disebut juga dengan triguna makanan yaitu diantaranya :

1. Sumber zat tenaga, yaitu padi-padian atau serelia seperti beras, jagung dan gandum, sagu, umbi-umbian seperti ubi, singkong, dan talas; serta hasil olahannya seperti tepung-tepungan, mie, roti, macaroni, havermount dan bihun.
2. Sumber zat pembangun, yaitu sumber protein hewani, seperti daging, ayam, telur, susu dan keju; serta sumber protein nabati seperti kacang-kacangan berupa kacang kedelai, kacang tanah, kacang hijau, kacang merah, dan kacang tolo; serta hasil olahannya seperti tempe, tahu, susu kedelai, dan oncom.
3. Sumber zat pengatur berupa sayuran dan buah. Sayuran diutamakan yang berwarna hijau dan kuning jingga, seperti bayam, daun singkong, daun katuk, kangkung, wortel dan tomat; serta kacang-kacangan, seperti kacang panjang, buncis dan kecipir. Buah-buahan diutamakan yang berwarna kuning jingga, kaya serat dan yang berasa asam, seperti pepaya, mangga, apel, dan jeruk.

2.7.5 Klasifikasi Status Gizi Balita

Dalam menentukan status gizi balita harus ada ukuran baku yang sering disebut *reference*. Pengukuran baku antropometri yang sekarang digunakan di Indonesia adalah WHO-NCHS. Menurut Harvard dalam Supriasa 2002, klasifikasi status gizi dapat dibedakan menjadi empat yaitu:

1. Gizi lebih (*Over weight*)

Gizi lebih terjadi bila tubuh memperoleh zat-zat gizi dalam jumlah berlebihan sehingga menimbulkan efek toksis atau membahayakan (Almatsier, 2011). Kelebihan berat badan pada balita terjadi karena ketidakmampuan antara energi yang masuk dengan keluar, terlalu banyak makan, terlalu sedikit olahraga atau keduanya. Kelebihan berat badan anak tidak boleh diturunkan, karena penyusutan berat akan sekaligus menghilangkan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan.

2. Gizi baik (*well nourished*)

Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin (Almatsier, 2011).

3. Gizi kurang (*under weight*)

Status gizi kurang terjadi bila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat-zat esensial (Almatsier, 2011).

4. Gizi buruk (*severe PCM*)

Gizi buruk adalah suatu kondisi di mana seseorang dinyatakan kekurangan nutrisi, atau dengan ungkapan lain status nutrisinya berada di bawah standar rata-rata. Nutrisi yang dimaksud bisa berupa protein, karbohidrat dan kalori. Di Indonesia, kasus KEP (Kurang

Energi Protein) adalah salah satu masalah gizi utama yang banyak dijumpai pada balita.

MASTER TABEL

No.	Nama	Umur	Tingkat Pendidikan	Pekerjaan	Pengetahuan Sebelum															Skor	%	Kategori	Pengetahuan Sesudah															Skor	%	Kategori				
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
1	NM	24	SMA	Swasta	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	8	53.33	Kurang	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	12	80	Baik		
2	KM	25	SD	IRT	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	9	60	Cukup	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	14	93.33	Baik		
3	GN	34	SMA	IRT	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	86.67	Baik	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	100	Baik		
4	DE	22	SMA	Swasta	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	6	40	Kurang	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	9	60	Cukup			
5	R	21	SMA	IRT	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	80	Baik	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	93.33	Baik	
6	EDR	26	SMP	Swasta	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	8	53.33	Kurang	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	14	93.33	Baik
7	SEA	43	STRATA-1	IRT	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	11	73.33	Cukup	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	13	86.67	Baik		
8	SS	37	SMP	Swasta	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	10	66.67	Cukup	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	12	80	Baik
9	WW	34	SMA	IRT	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	6	40	Kurang	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	73.33	Cukup	
10	DE	27	SMP	IRT	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	8	53.33	Kurang	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	10	66.67	Cukup	
11	DG	35	SMP	IRT	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	4	26.67	Kurang	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	14	93.33	Baik	
12	SAS	41	SMP	IRT	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	7	46.67	Kurang	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	10	66.67	Cukup		
13	TRT	28	SD	IRT	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	7	46.67	Kurang	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	86.67	Baik	
14	GYU	26	SMA	Swasta	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	13	86.67	Baik	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	13	86.67	Baik
15	WSE	36	SMA	IRT	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	7	46.67	Kurang	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	93.33	Baik
16	W	33	SMA	Swasta	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	93.33	Baik	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	93.33	Baik
17	I	25	SMP	IRT	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	8	53.33	Kurang	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	13	86.67	Baik
18	KM	27	STRATA-1	GURU	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	7	46.67	Kurang	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	93.33	Baik
19	LMK	29	SMP	IRT	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	9	60	Cukup	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	93.33	Baik	
20	SS	24	SMA	IRT	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	100	Baik	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	100	Baik	
21	AD	34	STRATA-1	GURU	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	11	73.33	Cukup	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	13	86.67	Baik		
22	SY	24	SMP	Swasta	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	7	46.67	Kurang	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	10	66.67	Cukup	
23	GT	36	SMA	Swasta	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	9	60	Cukup	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	86.67	Baik
24	LL	30	SMA	IRT	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	5	33.33	Kurang	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	9	60	Cukup			
25	NS	38	SD	IRT	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	80	Baik	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	80	Baik	
26	KT	42	SMP	Swasta	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	11	73.33	Cukup	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	80	Baik	
27	RE	45	STRATA-1	IRT	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	9	60	Cukup	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	12	80	Baik
28	WE	25	SMP	Swasta	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	6	40	Kurang	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	80	Baik
29	SAS	38	SMA	BERDAGANG	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	8	53.33	Kurang	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	13	86.67	Baik	
30	WW	36	STRATA-1	GURU	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	5	33.33	Kurang	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	10	66.67	Cukup		
31	NS	29	SMP	IRT	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	9	60	Cukup	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	11	73.33	Cukup	
32	VR	24	SMA	IRT	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	8	53.33	Kurang	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	15	100	Baik
33	KT	34	DIPLOMA III	BIDAN	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	14	93.33	Baik	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	100	Baik	
34	R	24	SMP	IRT	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	7	46.67	Kurang	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	80	Baik
35	G	36	SMA	IRT	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	12	80	Baik	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	86.67	Baik
36	BM	30	SMA	IRT	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	10	66.67	Cukup	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	12	80	Baik
37	NT	38	SMA	IRT	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	6	40	Kurang	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	66.67	Cukup
38	GD	42	SMA	IRT	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	7	46.67	Kurang	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	11	73.33	Cukup	
39	TS	25	SMA	IRT	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	6	40	Kurang	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	86.67	Baik
40	RD	32	SMA	Dagang	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	7	46.67	Kurang	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	13	86.67	Baik
41	FG	32	SMP	IRT	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	5	33.33	Kurang	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	11	73.33	Cukup	
42	JU	28	SMA	IRT	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0																														

ANALISA UNIVARIAT

1. Rata-rata pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita sebelum dilakukan penyuluhan

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Pengetahuan Sebelum	79	100.0%	0	.0%	79	100.0%

Descriptives

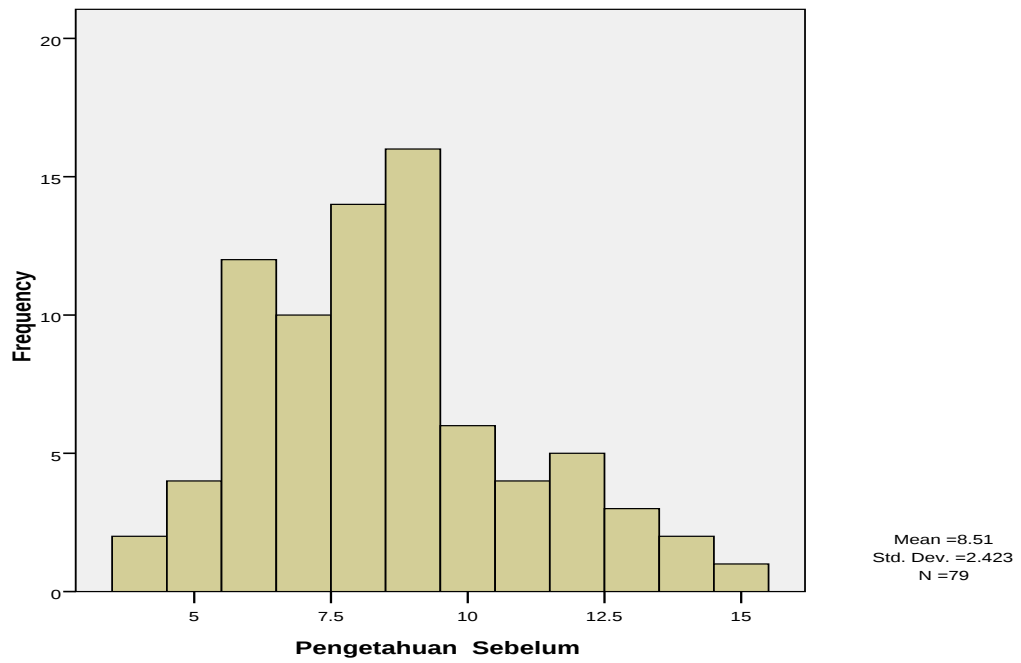
			Statistic	Std. Error
Pengetahuan Sebelum	Mean		8.51	.273
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	7.96	
		Upper Bound	9.05	
	5% Trimmed Mean		8.42	
	Median		8.00	
	Variance		5.869	
	Std. Deviation		2.423	
	Minimum		4	
	Maximum		15	
	Range		11	
	Interquartile Range		3	
	Skewness		.550	.271
	Kurtosis		-.020	.535

Tests of Normality

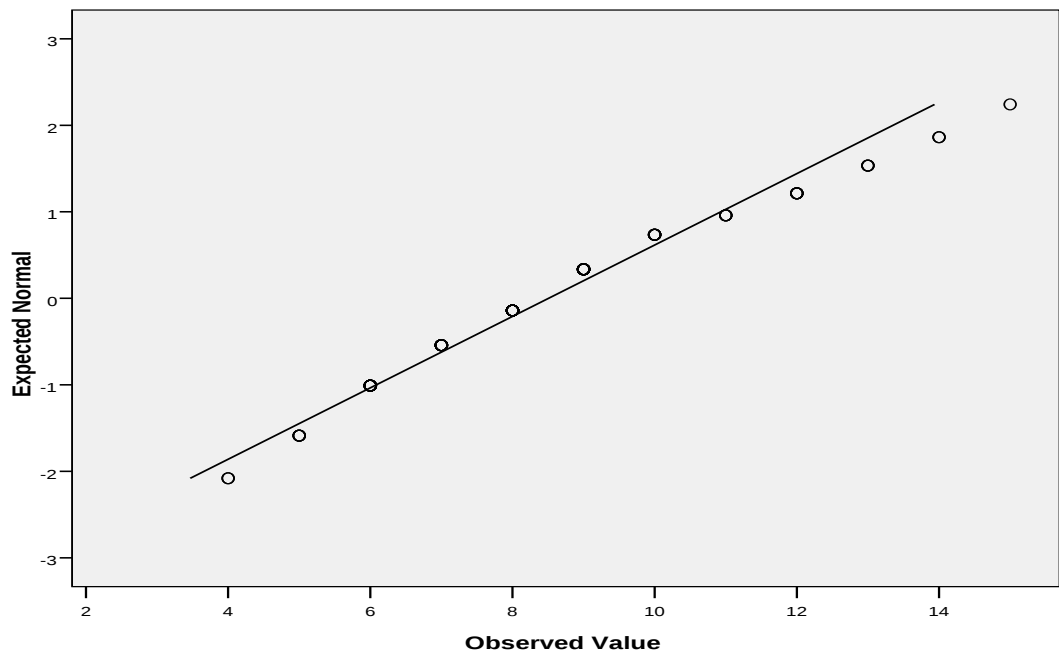
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pengetahuan Sebelum	.153	79	.000	.958	79	.010

a. Lilliefors Significance Correction

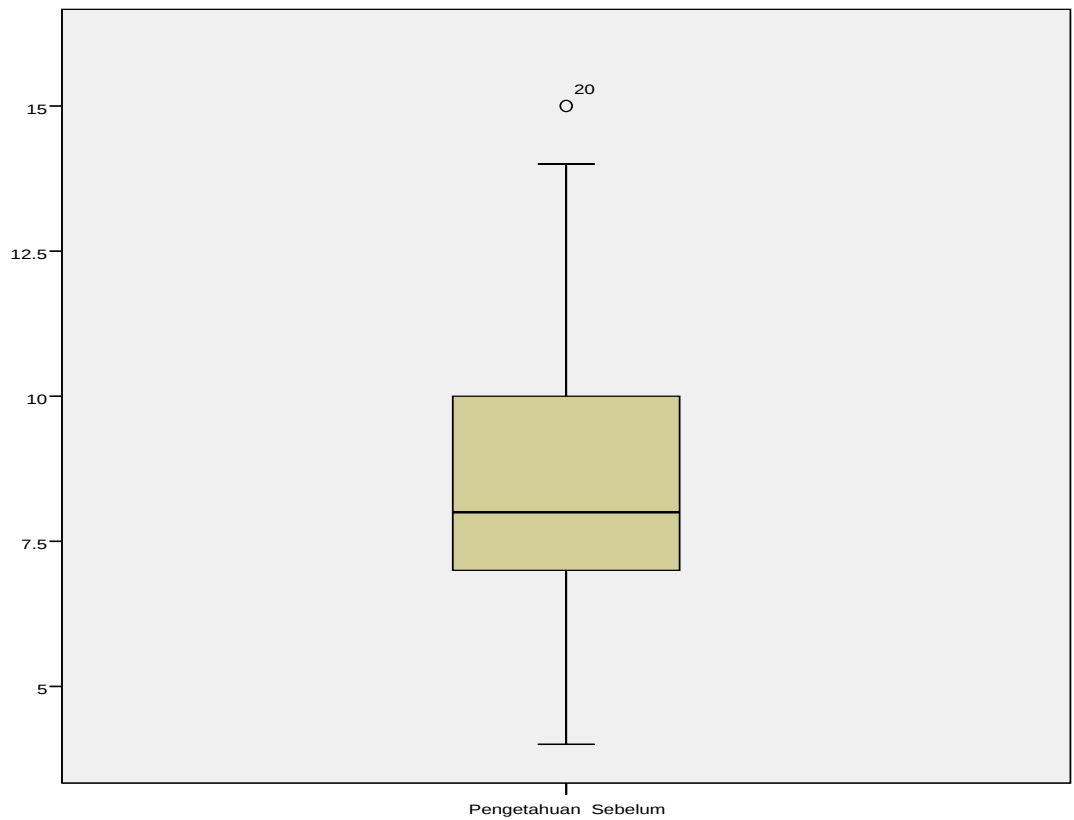
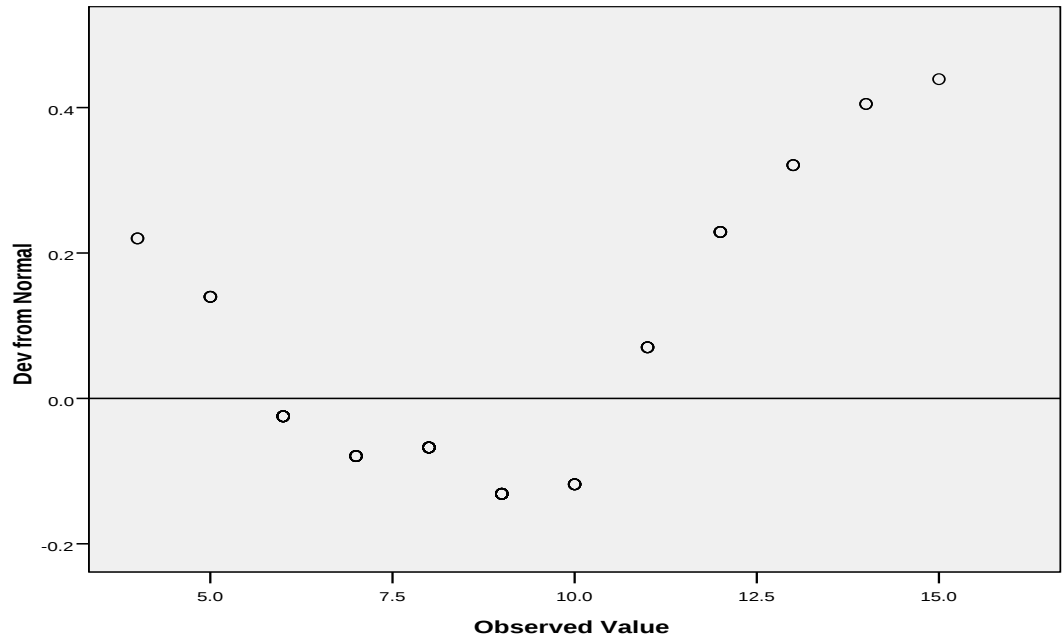
Histogram



Normal Q-Q Plot of Pengetahuan Sebelum



Detrended Normal Q-Q Plot of Pengetahuan Sebelum



2. Rata-rata pengetahuan ibu balita tentang menu seimbang untuk balita sesudah dilakukan penyuluhan

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Pengetahuan Sesudah	79	100.0%	0	.0%	79	100.0%

Descriptives

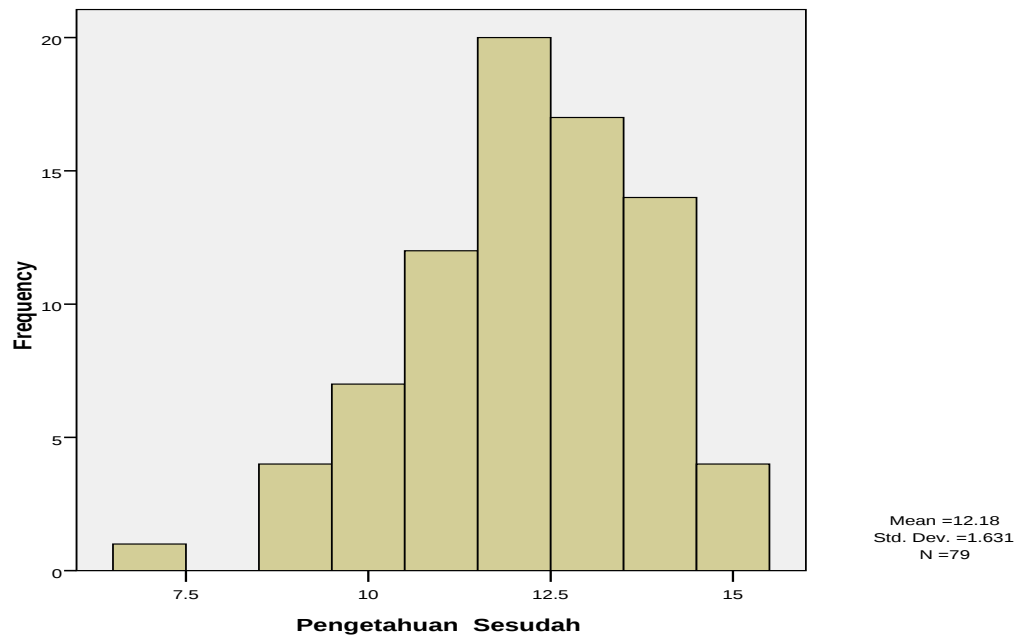
				Statistic	Std. Error
Pengetahuan Sesudah	Mean			12.18	.184
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound		11.81	
		Upper Bound		12.54	
	5% Trimmed Mean			12.23	
	Median			12.00	
	Variance			2.660	
	Std. Deviation			1.631	
	Minimum			7	
	Maximum			15	
	Range			8	
	Interquartile Range			2	
	Skewness			-.530	.271
	Kurtosis			.251	.535

Tests of Normality

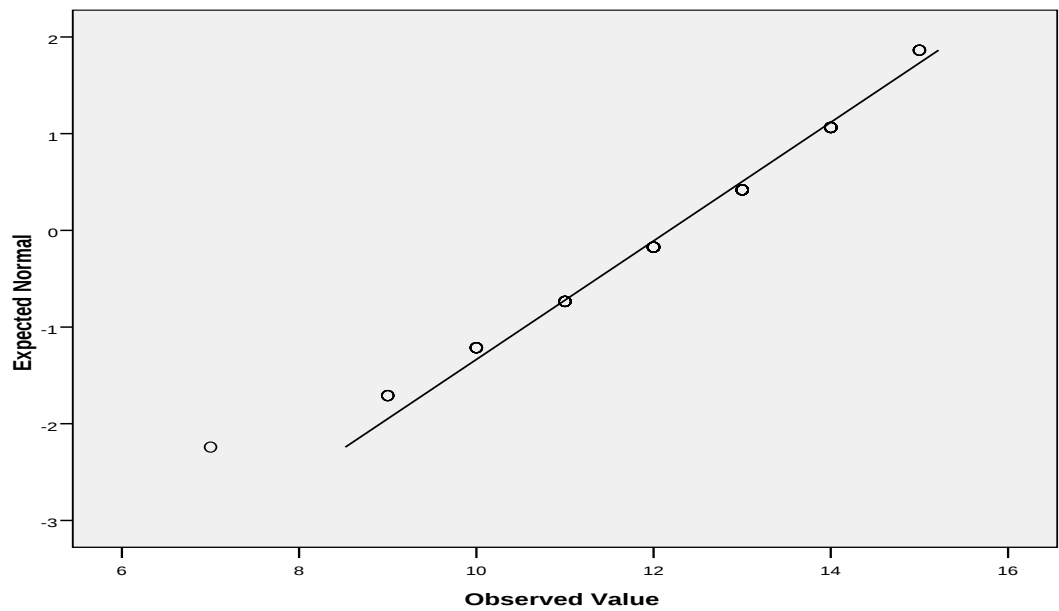
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pengetahuan Sesudah	.153	79	.000	.947	79	.003

a. Lilliefors Significance Correction

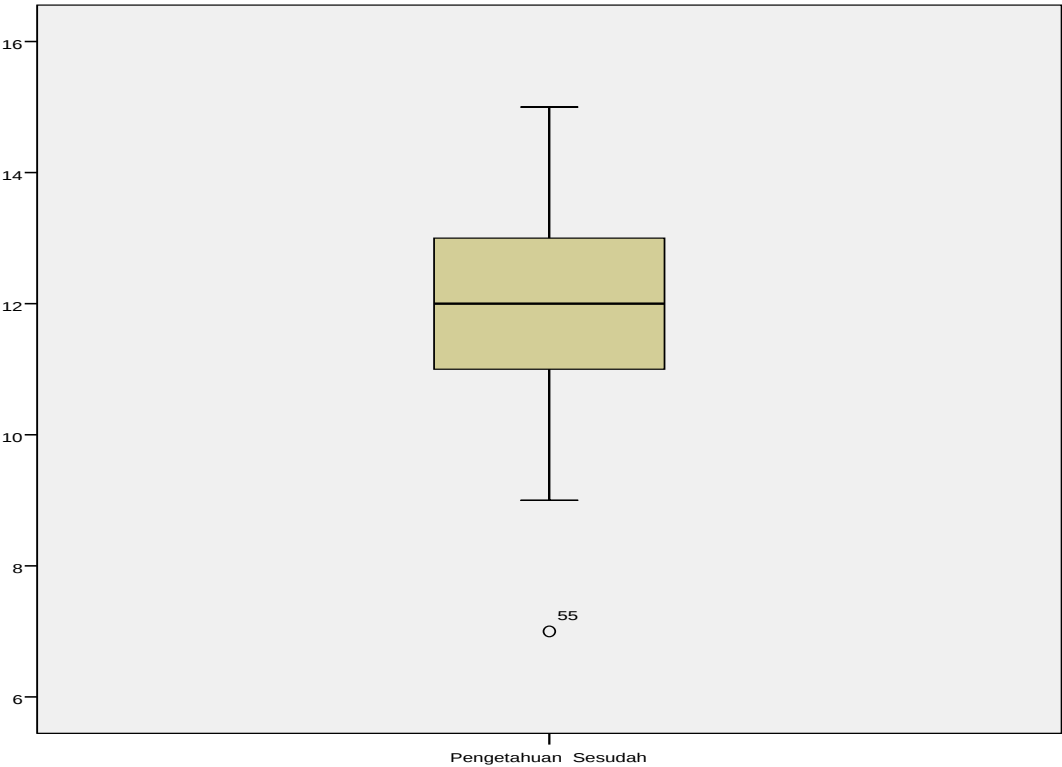
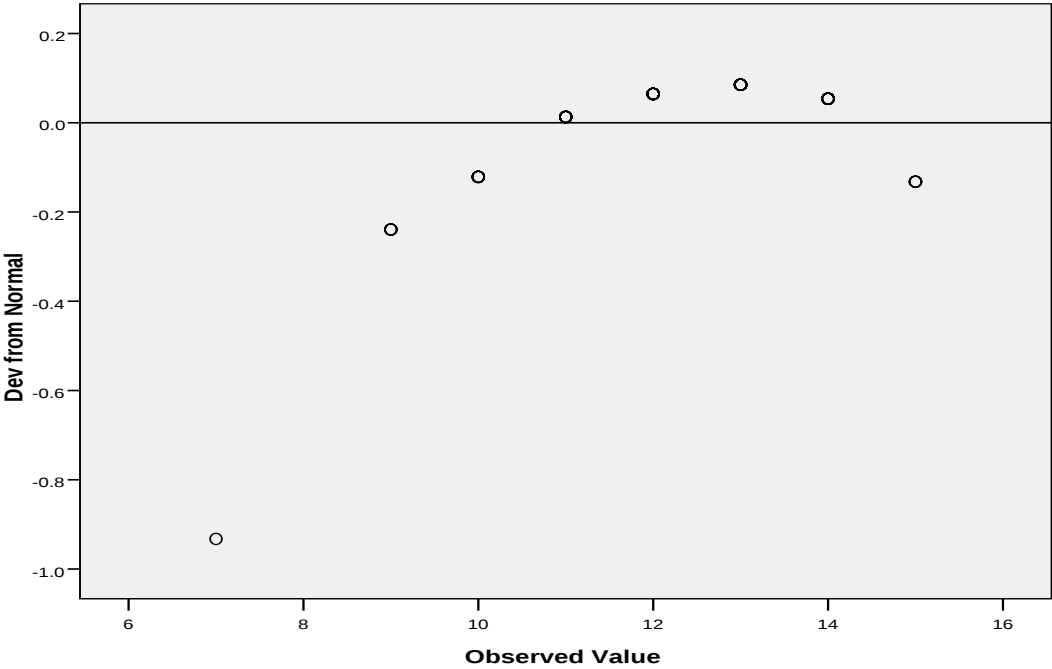
Histogram



Normal Q-Q Plot of Pengetahuan Sesudah



Detrended Normal Q-Q Plot of Pengetahuan Sesudah



ANALISA BIVARIAT

1. Efektifitas penyuluhan terhadap tentang menu seimbang terhadap pengetahuan ibu balita

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Pengetahuan Sesudah - Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
Pengetahuan Sebelum Positive Ranks	74 ^b	37.50	2775.00
Ties	5 ^c		
Total	79		

a. Pengetahuan Sesudah < Pengetahuan Sebelum

b. Pengetahuan Sesudah > Pengetahuan Sebelum

c. Pengetahuan Sesudah = Pengetahuan Sebelum

Test Statistics^b

	Pengetahuan Sesudah - Pengetahuan Sebelum
Z	-7.500 ^a
Asy mp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

DOKUMENTASI PENELITIAN
EFEKTIVITAS PENYULUHAN TENTANG MENU SEIMBANG
TERHADAP PENGETAHUAN IBU BALITA DI POSYANDU
TUNAS JAYA DESA JAYA WILAYAH KERJA UPTD
KESEHATAN KOPAH KAB KUANTAN SINGINGI
TAHUN 2020



Gambar 1 Peneliti mengukur panjang badan balita



Gambar 2 Peneliti memberikan penyuluhan



Gambar 3 Peneliti membagikan kuesioner penelitian



Gambar 4 menjelaskan cara pengisian kuesioner

Lampiran 10

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN AL-INSYIRAH PEKANBARU

Nama Mahasiswa : Ayuna Fitri
 NIM : 1903021432
 Prodi : Kebidanan Program Sarjana Terapan
 Pembimbing I : Komaria Susanti, SST, M.Kes
 Pembimbing II : Hj. Rosmanidar, SST, M.Kes
 Judul Skripsi : Efektivitas Penyuluhan Tentang Menu Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu Balita di Posyandu Tunas Jaya Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Tanda Tangan Pembimbing
1	5/6 20	Acc judul	
2	19/6 20	Perbaiki Bab I. II. III	
3	22/6 20	Perbaiki Bab I. II. III	
4	23/6 20	Perbaiki Kuesioner	
5	3/7 20	Acc proposal	
6	4/1 21	Konsul Bab IV. V	
7	6/1 21	Perbaiki Bab IV. V	
8	11/1 21	Perbaiki Bab IV. V	
9	13/1 21	Perbaiki Bab IV. V	
10	14/1 21	Acc skripsi	

Pekanbaru, Februari 2021
 Pembimbing I



Komaria Susanti, SST, M.Kes
NIDN: 1029019002

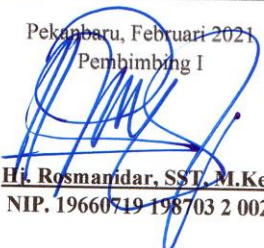
Lampiran 11

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN AL-INSYIRAH PEKANBARU

Nama Mahasiswa : Ayuna Fitri
 NIM : 1903021432
 Prodi : Kebidanan Program Sarjana Terapan
 Pembimbing I : Komaria Susanti, SST, M.Kes
 Pembimbing II : Hj. Rosmanidar, SST, M.Kes
 Judul Skripsi : Efektivitas Penyuluhan Tentang Menu Seimbang Terhadap Pengetahuan Ibu Balita di Posyandu Tunas Jaya Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Tanda Tangan Pembimbing
1	5/6/20	Acc judul	
2	19/6/20	Perbaikan Bab I, II & III	
3	22/6/20	Perbaikan Bab I, II & III	
4	23/6/20	Perbaikan Kuisioner	
5	3/7/20	Acc proposal	
6	4/1/21	Konsul Bab IV & V	
7	6/1/21	Perbaikan Bab IV & V	
8	11/1/21	Perbaikan Bab IV & V	
9	13/1/21	Perbaikan Bab IV & V	
10	16/1/21	Acc skripsi.	

Pekanbaru, Februari 2021
 Pembimbing I


Hj. Rosmanidar, SST, M.Kes
 NIP. 19660719 198703 2 002