

Efektivitas Pemberian Edukasi Tentang Gizi Ibu Hamil Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil

Effectiveness of Nutrition Education for Pregnant Women in Improving Their Knowledge

Andi Syarifah Irmadani¹, Tri Rikhaniarti², Sitti Hasrah Ibrahim³

^{1,2} Jurusan Kebidanan, Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Makassar

³ Universitas Syekh Yusuf Al Makassar Gowa

¹andi.syarifah@iikpelamonia.ac.id, ²tririkhaniarti042@gmail.com, ³hasrahibrahim69@gmail.com

Article Info

Article History

Received: 14-10-2024

Revised : 20-11-2024

Accepted : 10-12-2024

Published : 20-12-2024

ABSTRACT / ABSTRAK

Background: The nutritional status of pregnant women greatly influences their own health and serves as a predictor of pregnancy outcomes for both the mother and the newborn. Both underweight and overweight conditions in pregnant women can have impacts on both the mother and the fetus. Mothers with good nutritional knowledge are more likely to provide adequate nutrition for their babies. The aim of this study is to determine the effectiveness of providing education about maternal nutrition in increasing the knowledge of pregnant women. **Methods:** This research used an experimental method. The study design was quasi-experimental with a pre-post test control group design. **Results:** Analysis in group A showed p-values of 0.000 and 0.000, indicating a significant difference in the level of nutritional knowledge after the nutrition education was provided in both the intervention and control groups. However, the comparison of nutritional knowledge before and after the nutrition education between the intervention and control groups in group B showed p-values of 0.253 and 0.337. **Conclusion:** There was no significant difference in nutritional knowledge before the provision of nutrition education between the intervention and control groups.

Keywords: Maternal Nutrition, Knowledge, Education

Latar Belakang: Status gizi ibu hamil merupakan hal yang sangat berpengaruh besar terhadap kesehatannya sendiri dan sebagai prediksi pregnancy outcome untuk ibu dan bayi baru lahir. Berat badan ibu hamil yang kurang maupun berlebih dapat memberikan dampak bagi ibu maupun janin. Ibu dengan pengetahuan gizi yang baik kemungkinan akan memberikan gizi yang cukup bagi bayinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pemberian edukasi tentang gizi ibu hamil terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil. **Metode:** Penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen. Desain penelitian bersifat quasi eksperimental dengan rancangan pre-post test control group design. **Hasil:** Analisis pada kelompok A diperoleh nilai p = 0,000 dan p = 0,000, ada perbedaan tingkat pengetahuan gizi setelah diberikan edukasi gizi pada masing-masing kelompok intervensi dan kelompok kontrol, sedangkan pada perbandingan pengetahuan gizi sebelum dan setelah edukasi gizi antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol pada kelompok B didapatkan nilai p = 0,253 dan p = 0,337. **Kesimpulan:** Tidak ada perbedaan pengetahuan gizi sebelum pemberian edukasi gizi antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol.

Kata Kunci: Gizi Ibu Hamil, Pengetahuan, Edukasi

Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia

Vol 8 No 2 Tahun 2024

P-ISSN : 2597-7989, E-ISSN : 2684-8821

■

Corresponding Author:

Name : Andi Syarifah Irmadani
Affiliate : Jurusan Kebidanan, Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Makassar
Address : Jalan Permata Sudiang Raya
Email : andi.syarifah@iikpelamonia.ac.id

PENDAHULUAN

Status gizi ibu pada kehamilan berpengaruh pada status gizi janin. Asupan makanan ibu dapat masuk ke janin melalui tali pusat yang terhubung kepada tubuh ibu. Kondisi terpenuhinya kebutuhan zat gizi janin terkait dengan perhatian asupan gizi dari makanan yang adekuat agar tumbuh kembang janin berlangsung optimal. Permasalahan gizi pada ibu hamil dapat diatasi dengan pemberian edukasi gizi terhadap ibu hamil sehingga dapat meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang dan baik untuk kesehatan ibu dan janinnya sehingga perilaku ibu hamil berubah dan dapat memberikan perubahan pada pengetahuan dan berat badan pada ibu hamil. Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya masalah gizi adalah kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang. Seorang ibu yang memiliki pengetahuan dan sikap tentang gizi yang kurang akan berpengaruh terhadap status gizinya, karena pengetahuan yang baik terkait dengan penyediaan pemilihan menu yang seimbang (Indreswari et al., 2008; Olsa et al., 2018).

Permasalahan gizi yang sering dijumpai pada ibu hamil adalah anemia gizi besi, obesitas atau kelebihan berat badan, diabetes mellitus, dan hipertensi. Kekurangan asupan zat gizi pada trimester pertama dikaitkan dengan tingginya kejadian bayi lahir prematur, kematian janin, dan kelainan pada sistem saraf pusat bayi. Kekurangan energi yang terjadi pada trimester kedua dan ketiga dapat menghambat pertumbuhan janin atau janin tidak berkembang sesuai usia kehamilan (Darawati, 2016).

Edukasi merupakan bagian kegiatan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan didefinisikan sebagai proses pembelajaran yang dilakukan kepada individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat yang dilakukan dengan tujuan untuk merubah perilaku yang tidak sehat ke pola yang lebih sehat. Media pendidikan gizi dan kesehatan tidak kalah pentingnya dalam proses penyampaian informasi kesehatan. Media ini berfungsi sebagai alat bantu penyuluhan (Devi, 2010; Notoadmodjo, 2012).

BAHAN DAN METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain quasi-eksperimental menggunakan rancangan pre-post test control group design. Desain ini dipilih untuk mengetahui pengaruh edukasi tentang gizi terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan edukasi, serta membandingkan hasilnya antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di puskesmas sudiang periode Juni hingga Agustus 2024.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang berkunjung ke Puskesmas Sudiang selama periode penelitian. Sampel penelitian dipilih menggunakan teknik purposive sampling, dengan jumlah sampel sebanyak 44 orang.

Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria inklusi:

1. Ibu hamil trimester II dan III yang memeriksakan kehamilannya
2. Memahami bahasa Indonesia
3. Bersedia menjadi sampel
4. Sehat jasmani dan rohani

Kriteria eksklusi:

1. Ibu dengan komplikasi kehamilan lain
2. Ibu hamil yang tidak mengikuti seluruh tahapan penelitian

Variabel Penelitian

- Variabel independen: Edukasi tentang gizi pada ibu hamil.
- Variabel dependen: Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi.

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan adalah Pengukuran pengetahuan gizi seseorang dapat dilakukan dengan menggunakan instrument berupa pertanyaan pilihan berganda (Multiple Choice Test). Dalam membuat instrument yang digunakan untuk mengukur pengetahuan gizi sebaiknya memperhatikan aspek reabilitas dan keakuratan alat ukur yang digunakan.

Prosedur Penelitian

Penelitian dilakukan dalam beberapa tahap:

1. Penjelasan kegiatan penelitian kepada calon responden dan meminta persetujuan bersedia menjadi responden.
2. Melakukan kontrak waktu untuk pelaksanaan edukasi dan pengisian kuesioner.
3. Melakukan pre-test untuk mengukur pengetahuan ibu hamil tentang gizi sebelum diberikan edukasi.
4. Pelaksanaan edukasi tentang gizi kepada kelompok intervensi.
5. Melakukan post-test untuk mengukur pengetahuan setelah edukasi.
6. Rekapitulasi dan analisis hasil kuesioner pre-test dan post-test.

Analisis Data

Data hasil penelitian dianalisis menggunakan SPSS versi 25. Analisis deskriptif dilakukan untuk mengetahui rerata dan standar deviasi skor pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi. Uji normalitas dilakukan menggunakan uji Independent Samples t-Test.

Keabsahan Data

Validitas instrumen dilakukan melalui validasi isi oleh pakar kebidanan. Uji reliabilitas instrumen menggunakan *Cronbach's Alpha*. Triangulasi data dilakukan dengan catatan observasi penguji dan dokumentasi hasil penilaian.

HASIL

Penelitian ini melibatkan 44 ibu hamil yang dibagi menjadi dua kelompok: kelompok intervensi sebanyak 22 orang dan kelompok kontrol sebanyak 22 orang.

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
		n	%	n	%
Umur	2-30 tahun	17	77,3	15	68,2
	31-40 tahun	3	13,6	6	27,3
	41-50 tahun	2	9,1	1	4,5
Usia kehamilan	TM II	9	40,9	9	40,9
	TM III	13	59,1	13	59,1
Pendidikan	D3/S1	2	9,1	0	0
	SMA/SMK	13	59,1	18	81,8
	SMP	6	27,3	4	18,2
	SD	1	4,5	0	0

Distribusi sampel berdasarkan pengetahuan gizi sebelum dan setelah edukasi gizi pada kelompok intervensi dan kontrol

Kelompok	Kategori	Sebelum		Setelah	
		n	%	n	%
Intervensi	Baik	6	27,3	22	100
	Cukup	16	72,7	0	0
	Kurang	0	0	0	0
Kontrol	Baik	3	13,6	22	100
	Cukup	19	86,4	0	0
	Kurang	0	0	0	0

Sumber: Data Primer

Mayoritas responden pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol mempunyai pendidikan SMA/SMK sebanyak 13 orang (59,1%) dan 18 orang (81,8%). Pengetahuan ibu

hamil pada kelompok intervensi sebelum edukasi tentang gizi termasuk dalam kategori cukup sebanyak 16 orang (72,7%), setelah dilakukan edukasi gizi mengalami peningkatan pengetahuan gizi dalam kategori baik sebanyak 22 orang (100%). Sedangkan, pengetahuan gizi kelompok kontrol sebelum edukasi gizi ibu hamil termasuk dalam kategori cukup sebanyak 19 orang (86,4%), setelah dilakukan edukasi gizi mengalami peningkatan pengetahuan gizi dalam kategori baik sebanyak 22 orang (100%).

Perbedaan pengetahuan gizi sebelum dan setelah pemberian edukasi gizi pada masing-masing kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Kelompok A	x ±SD		Nilai	
	Sebelum	Setelah	t	p
Intervensi	73,18±6,69	84,41±4,76	-7,57	0,000a
Kontrol	71,00±5,74	86,00±6,01	-7,909	0,000a

Sumber: Data Primer

Bahwa hasil uji *Paired T-test* diperoleh nilai $p = 0,000$ artinya ada perbedaan pengetahuan gizi setelah diberikan edukasi gizi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pengetahuan gizi sebelum dan setelah edukasi gizi antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol. Pengetahuan gizi sebelum dan setelah edukasi gizi antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol.

Kelompok B	x ±SD		Nilai	
	Intervensi	Kontrol	t	pa
Sebelum	73,18±6,70	71,00±5,74	1,160	0,253
Setelah	84,41±4,76	86,00±6,01	-,972	0,337

Sumber: Data Primer

Menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan pengetahuan gizi sebelum pemberian edukasi gizi antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol ($p = 0,253$) dan tidak ada perbedaan pengetahuan gizi setelah pemberian edukasi gizi antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol ($p = 0,337$).

Keterangan: $p < 0,05$ signifikan

Hasil uji Independent Samples T-Test menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan antara pengetahuan gizi kelompok intervensi dan kelompok kontrol baik sebelum edukasi ($p = 0,253$) maupun setelah edukasi ($p = 0,337$).

Interpretasi Hasil

Mayoritas responden memiliki latar belakang pendidikan SMA/SMK. Edukasi gizi yang diberikan secara signifikan meningkatkan pengetahuan gizi baik pada kelompok intervensi maupun

kelompok kontrol. Namun, perbandingan antar kedua kelompok menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan baik sebelum maupun setelah edukasi gizi dilakukan.

PEMBAHASAN

Pengetahuan sebagai salah satu dari tiga komponen yang mempengaruhi perilaku manusia karena pengetahuan adalah hasil dari obyek tertentu dan sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui indera mata dan telinga. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu proses untuk meningkatkan pengetahuan seseorang, Gizi ibu hamil merupakan salah satu indikator yang digunakan dalam mengukur status gizi, jika asupan gizi ibu hamil dari makanan tidak seimbang dengan kebutuhan tubuh maka akan terjadi defisiensi zat gizi. Defisiensi zat gizi pada ibu hamil dapat menyebabkan meningkatnya metabolisme energi. Peningkatan energi dan zat gizi tersebut diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin, bertambah besarnya organ kandungan, serta perubahan komposisi dan metabolisme tubuh dapat menyebabkan kekurangan zat gizi tertentu yang diperlukan saat hamil sehingga janin tidak dapat tumbuh dengan sempurna (Febriyeni, 2017; Soekidjo, 2010)

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat pengetahuan gizi setelah diberikan edukasi gizi pada kelompok intervensi ($p = 0,000$) dengan peningkatan rata-rata pengetahuan gizi ibu hamil sebesar $13,11 \pm 8,11$ SD. Ada perbedaan tingkat pengetahuan gizi setelah diberikan edukasi gizi pada kelompok kontrol ($p = 0,000$) dengan peningkatan rata-rata pengetahuan ibu hamil sebesar $15,0 \pm 8,90$ SD. Hal ini didukung oleh penelitian (Susilawati dan Hasanah, 2023) yang menunjukkan peningkatan pengetahuan setelah pemberian edukasi gizi pada sampel penelitian selama 61 hari memperoleh nilai $p = 0,031$ yang menunjukkan bahwa ada pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan sampel. (Susilawati & Hasanah, 2023)

Pemberian edukasi gizi dapat memberikan peningkatan pengetahuan seperti yang dijelaskan dalam penelitian Anestya, yang menunjukkan bahwa pengetahuan pada siswa setelah pemberian pendidikan gizi menggunakan media video siswa memiliki pengetahuan yang tergolong baik. hal ini terjadi karena pengetahuan siswa meningkat setelah dilakukan pemberian materi menggunakan media video. Media video yang di berikan kepada siswa membantu siswa untuk lebih mudah memahami materi yang disampaikan, siswa menjadi lebih tertarik untuk memperhatikan materi yang ada dalam video. (Anestya M dan Muwakidah, 2018).

Ibu dengan pengetahuan baik mengenai kebutuhan gizi balita cenderung memiliki anak yang berstatus gizi baik pula. Hal ini berkaitan dengan pemahaman ibu tentang manfaat dan fungsi makanan bergizi bagi pertumbuhan dan perkembangan balitanya. Pengetahuan yang didasari dengan pemahaman yang tepat akan menumbuhkan perilaku baru yang diharapkan. Pengetahuan Hal. 1-7 6 ibu hamil termasuk tentang gizi sangat penting agar ibu hamil lebih memperhatikan kondisinya saat

hamil terutama makanan yang dikonsumsi untuk mencegah kejadian stunting melalui pemenuhan gizi, penyiapan makanan dengan benar agar zat gizi dan kebersihannya terjaga dengan baik untuk kesehatan ibu hamil dan tumbuh kembang anak (Sukmawati et al., 2021; Susilowati & Himawati, 2017)

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan pengetahuan gizi sebelum pemberian edukasi gizi antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol ($p = 0,253$) dan tidak ada perbedaan pengetahuan gizi setelah pemberian edukasi gizi antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol ($p = 0,337$). Dalam penelitian ini pengetahuan gizi ibu hamil antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah dilakukan edukasi gizi kelompok kontrol skor pengetahuannya lebih tinggi dari kelompok intervensi, kemungkinan hal ini bisa terjadi karena kelompok kontrol mempelajari leaflet yang diberikan dengan sungguh-sungguh dan menerapkannya dalam sehari-hari, faktor lain yang mendukung dari riwayat pendidikan ibu hamil yang berlatar belakang pendidikan ibu rata-rata SMA/SMK dengan rata-rata umur ibu 20-30 tahun.

Usia dapat berpengaruh terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang, semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin membaik. Pada usia madya, individu akan lebih berperan aktif dalam masyarakat dan kehidupan sosial serta lebih banyak melakukan persiapan demi suksesnya upaya menyesuaikan diri menuju usia tua, selain itu orang usia madya akan lebih banyak menggunakan banyak waktu untuk membaca (Notoadmodjo, 2012).

DAFTAR PUSTAKA

- Anestya M dan Muwakidah. (2018). Effect of Nutrition Education with Video Media for Student Knowledge of Snack Selection in Muhammadiyah 10 Surakarta Junior High School. *NutriSains*, https://www.researchgate.net/publication/348062388_Effect_of_Nutrition_Education_with_Video_Media_for_Student_Knowledge_of_Snack_Selection_in_Muhammadiyah_10_Surakarta_Junior_High_School/fulltext/5ff37fd792851c13feeb33d6/Effect-of-NutritionEducation-with
- Darawati, M. (2016). Ilmu gizi teori dan aplikasi. EGC.
- Devi. (2010). Analisis Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Status Gizi Balita di Pedesaan. *Teknologi Dan Kejuruan*, 33, 183–192.
- Febriyeni. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Banjar laweh. *Human Care Journal*, 2(3).
- Indreswari, M., Hardinsyah, H., & Damanik, M. R. M. (2008). Hubungan Antara Intensitas Pemeriksaan Kehamilan, Fasilitas Pelayanan Kesehatan, Dan Konsumsi Tablet Besi Dengan Tingkat Keluhan Selama Kehamilan. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 3(1), 12. <https://doi.org/10.25182/jgp.2008.3.1.12-21>

- Notoadmodjo, S. (2012). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Rinerka Cipta.
- Olsa, E. D., Sulastri, D., & Anas, E. (2018). Hubungan Sikap dan Pengetahuan Ibu Terhadap Kejadian Stunting pada Anak Baru Masuk Sekolah Dasar di Kecamatan Nanggalo. Jurnal Kesehatan Andalas, 6(3), 523. <https://doi.org/10.25077/jka.v6i3.733>
- Soekidjo. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan. Rinerka Cipta.
- Sukmawati, Widiastih, R., Mamuroh, L., & Nurhakim, F. (2021). Anemia Kehamilan Dan Faktor Yang Mempengaruhi: Studi Korelasi. Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan Dan Farmasi, 21(1), 43. <https://doi.org/10.36465/jkbth.v21i1.679>
- Susilawati, W. D., & Hasanah, U. (2023). The Effect of Nutrition Education on Knowledge, Diet and Blood Glucose Levels of Type 2 Diabetes Mellitus Patients, Mataram City Hospital and NTB Province. 4(1), 31–37.
- Susilowati, E., & Himawati, A. (2017). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Dengan Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Gajah 1 Demak. Jurnal Kebidanan, 6(13), 21. <https://doi.org/10.31983/jkb.v6i13.2866>