

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Edukasi Gizi

Edukasi merupakan suatu proses yang berdimensi luas untuk mengubah perilaku sehingga seseorang dapat menerapkan kebiasaan yang baik dalam kehidupan sehari-hari. Menurut WHO secara umum, edukasi gizi bertujuan mendorong terjadinya perubahan perilaku yang positif yang berhubungan dengan makanan dan gizi.

Edukasi gizi merupakan suatu metode serta upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku makan sehingga terciptanya status gizi yang normal. Edukasi gizi sangat penting diperlukan untuk masyarakat dan bermanfaat bagi peningkatan perilaku gizi seimbang (Perdana, dkk, 2017).

Edukasi gizi adalah suatu proses yang berkesinambungan untuk menambah pengetahuan tentang gizi, membentuk sikap dan perilaku hidup sehat dengan memperhatikan pola makan sehari-hari dan faktor lain yang mempengaruhi makanan serta meningkatkan derajat kesehatan dan gizi seseorang.

1. Klasifikasi Metode Edukasi Kesehatan

Notoatmodjo, 2012 mengelompokkan metode edukasi kesehatan menjadi tiga yaitu sebagai berikut :

- a) Metode Individual
 - Bimbingan dan penyuluhan
 - Wawancara
- b) Metode Kelompok
 - Ceramah dan seminar untuk kelompok besar dengan peserta lebih dari 15 orang.
 - Diskusi, curah pendapat, bermain peran dan demonstrasi digunakan untuk kelompok dengan skala kecil yaitu peserta kurang dari 15 orang.
- c) Metode Massa
 - *Talk show*
 - Simulasi
 - *Billboard*

2. Tujuan Edukasi Kesehatan

Pendidikan Kesehatan menurut Notoatmodjo, 2012 memiliki tujuan berdasarkan tiga faktor berikut :

a) Predisposisi

Dalam hal ini edukasi atau promosi Kesehatan ditujukan untuk menggugah kesadaran, memberikan atau meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pemeliharaan dan peningkatan kesehatan baik diri sendiri, keluarga atau masyarakat.

b) *Enabling*

Faktor pemungkin ini berupa fasilitas atau prasarana kesehatan, maka bentuk edukasi kesehatan adalah memberdayakan masyarakat agar mampu mengadakan sarana dan prasarana kesehatan bagi mereka sendiri.

c) *Reinforcing*

Dalam faktor ini menyangkut sikap dan perilaku tokoh masyarakat dan tokoh agama, serta petugas termasuk petugas kesehatan. Tujuan utama dari edukasi kesehatan ini adalah agar sikap dan perilaku petugas kesehatan dapat menjadi teladan bagi masyarakat tentang berperilaku hidup sehat.

3. Media atau Alat Peraga

A. Pengertian

Media berasal dari Bahasa latin yaitu *medius* yang secara harfiah berarti tengah, perantara atau pengantar. *Association for Education and Communication* mendefinisikan media yaitu segala bentuk yang dipergunakan untuk suatu proses penyaluran informasi. Sedangkan *Education Association* mendefinisikan sebagai benda yang dapat dimanipulasi, dilihat, didengar, dibaca atau dibicarakan beserta instrument yang dipergunakan dengan baik dalam kegiatan belajar mengajar, sehingga dapat mempengaruhi efektifitas program instruksional.

Media edukasi adalah semua sarana ataupun upaya untuk menampilkan pesan informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator sehingga sasaran dapat meningkat pengetahuannya yang akhirnya diharapkan dapat berubah perilakunya ke arah positif terhadap Kesehatan (Susilawati, 2016).

B. Jenis Media

Media dibagi menjadi tiga yaitu audio, visual dan audiovisual. Media audio yaitu media yang berkaitan dengan indera pendengaran. Pesan yang akan disampaikan dituangkan dalam lambang-lambang auditif, baik verbal maupun non verbal. Beberapa jenis media yang termasuk dalam kelompok ini adalah radio, telepon dan alat perekam pita video.

Media yang berbasis visual atau gambar memegang peranan yang sangat penting dalam proses belajar. Media visual dapat memperlancar pemahaman dan memperkuat ingatan. Beberapa jenis media visual yang dapat digunakan dalam edukasi gizi antara lain *booklet*, *flipchart* atau lembar balik dan *leaflet*.

Media yang terakhir adalah gabungan dari keduanya yaitu audiovisual yang merupakan sebuah alat atau bahan yang digunakan dalam melakukan edukasi yang dapat menularkan pengetahuan, sikap dan ide.

C. Syarat Alat Peraga

Menurut Supriasa (2012) agar dapat meningkatkan efektivitas proses pendidikan dan konseling gizi, alat peraga harus memenuhi syarat sebagai berikut.

1) Harus Menarik

Menarik dilihat dari desain atau tata letak, pewarnaan, isi pesan, dan bahan alat peraga tersebut tidak mudah rusak.

2) Disesuaikan dengan sasaran didik

Sasaran dalam pendidikan dan konseling gizi berbeda beda. Sasaran dapat dilihat dari segi umur, yaitu: anak, remaja, dewasa dan orang tua/lanjut usia, dari segi tingkat pendidikan, yaitu tingkat SD, SMP, SMA, dan perguruan tinggi; dari suku daerah, yaitu dari Batak, Sunda, Jawa, Bali, dan dapat dilihat dari segi latar belakang budaya dan pengalamannya.

3) Mudah ditangkap, singkat dan jelas

Alat peraga yang baik tidak boleh menimbulkan multi-interpretasi dan persepsi yang berbeda-beda. Bahasa yang digunakan disesuaikan dengan tempat alat peraga

tersebut digunakan. Gunakan bahasa/kata yang singkat dan jelas.

- 4) Sesuai dengan pesan yang hendak disampaikan
Pesan dapat disajikan dalam bentuk gambar dan kata-kata. Antara gambar dan kata-kata harus sesuai dan saling berhubungan. Ingat pesan tersebut mengacu pada tujuan alat peraga tersebut.
- 5) Sopan
Alat peraga tersebut tidak boleh melanggar norma, etika, dan budaya yang ada di tempat alat peraga tersebut digunakan. Pelanggaran norma, misalnya penampilan gambar porno.

D. Merencanakan dan Memilih Alat Peraga

Seorang pendidik dan konselor gizi harus dapat merencanakan dan memilih alat peraga yang paling tepat dipakai untuk mencapai tujuan yang telah dirumuskan. Menurut Supriasa (2012) pedoman umum merencanakan dan memilih media adalah sebagai berikut.

- 1) Sesuai dengan tujuan yang akan dicapai
Alat peraga tersebut harus dapat dipakai untuk mencapai tujuan yang efektif. Tujuan pendidikan, yaitu mengubah pengetahuan, sikap dan tingkah laku. Disamping itu tujuan penggunaan alat peraga perlu diperhatikan, mengingatkan suatu pesan, dan menjelaskan fakta-fakta, prosedur dan tindakan.
- 2) Sesuai dengan sasaran atau klien
Pemilihan alat peraga sesuai dengan kemampuan sasaran atau klien. Hal-hal yang perlu diperhatikan, yaitu :
 - a. Individua atau kelompok.
 - b. Kategori sasaran seperti umur, pendidikan atau pekerjaan, jenis kelamin dll.
 - c. Bahasa yang digunakan, adat istiadat, dan kebiasaan.
 - d. Minat dan perhatian.
 - e. Pengalaman dan pengetahuan mereka tentang isi pesan.

Mengetahui kondisi sasaran ini merupakan hal yang perlu dipertimbangkan bagi seorang pendidik/konselor gizi untuk memilih bahasa yang tepat., penggunaan gambar yang tepat, sesuai dengan adat istiadat dan kebiasaan, dan pemanfaatan istilah-istilah yang sering digunakan dalam kehidupan sehari-hari.

3) Ketersediaan bahan atau alat

Apakah bahan/alat tersebut mudah diperoleh? Apakah tersedia bahan untuk memproduksi alat peraga yang dipilih? Pemilihan alat peraga harus pula mempertimbangkan bahan dan juga alat yang akan dipergunakan.

4) Dana daya yang ada

Faktor dana, fasilitas, dan tenaga untuk membuat alat tersebut perlu diperhatikan, yaitu:

- a. Apakah petugas dapat membuat sendiri?
- b. Apakah dana yang tersedia cukup?
- c. Apakah bahan yang diperlukam mudah diperoleh?
- d. Apakah potensi tenaga setempat dapat dipergunakan untuk mempersiapkan dan membuat alat peraga tersebut?

5) Kualitas atau mutu Teknik

Apakah alat peraga yang dipilih kualitasnya masih baik? Contoh, apabila akan menggunakan pita rekaman/kaset, apakah pita tersebut masih dapat mengeluarkan suara yang baik atau mudah rusak?

6) Tempat alat peraga akan digunakan

Tempat dan situasi alat peraga akan digunakan perlu diperhatikan, karena hal ini akan menentukan daya alat peraga tersebut.

7) Siapa yang akan menggunakan alat peraga

Perlu diperhatikan kemampuan petugas yang akan menggunakan alat peraga tersebut. penggunaan alat peraga akan berdaya guna dan efektif apabila petugas yang akan menggunakan sudah berpengalaman tentang alat peraga tersebut. Kalau petugas tersebut

belum berpengalaman, sebaiknya mempersiapkan terlebih dahulu jangan sampai pada saat menggunakan terjadi kebingungan dan akhirnya alat peraga tersebut tidak dapat digunakan.

E. Uji Awal Alat Peraga

Menurut Supriasa (2012) sebelum alat peraga diproduksi secara besar-besaran, sebaiknya dilakukan uji awal terlebih dahulu. Hal ini dilakukan untuk mengetes apakah pesan yang ingin disampaikan diterima sama oleh klien/sasaran. Apakah alat peraga menimbulkan persepsi yang berbeda atau salah tafsir terhadap pesan tersebut.

Pedoman umum dalam melaksanakan uji coba adalah sebagai berikut :

- 1) Persiapkan salah satu alat peraga yang akan diproduksi.
- 2) Tentukan pokok-pokok pesan yang perlu diketahui oleh sasaran atau klien.
- 3) Tentukan gambar pokok sehingga sasaran/pembaca dapat menyebutkan dengan benar, gambar-gambar atau simbol harus sesuai dengan isi pesan.
- 4) Kumpulkan sekelompok sasaran percobaan yang memiliki latar belakang dan karakteristik yang sama dengan sasaran sebenarnya.
- 5) Perlihatkan alat peraga tersebut beserta pesannya kepada sasaran.
- 6) Bertanya secara santai:
 - a. Apakah mereka tidak mengalami kesulitan dalam memahami pesan baik berupa kata, gambar dan simbol yang ada dalam alat peraga tersebut.
 - b. Tanyakan kepada mereka hal-hal yang paling tidak dipahami dari pesan tersebut.
 - c. Catat dengan teliti reaksi mereka dan kemudian adakan perbaikan alat peraga tersebut sesuai dengan uji awal.
- 7) Minta komentar dari teman sejawat tentang alat peraga yang telah dikembangkan.

- 8) Produksi setelah alat peraga beserta pesannya dipersepsikan sama oleh sasaran atau klien.

B. Pengetahuan (*Knowledge*)

1. Definisi pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2012) pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau ranah kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang atau *overt behavior*. Melalui pengalaman dan penelitian terbukti bahwa perihal yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.

2. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2010) terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan antara lain.

a) Pendidikan

Pendidikan sangat memengaruhi proses belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan makin mudah seseorang untuk menerima informasi.

b) Informasi atau media masa

Informasi dapat memberikan pengaruh jangka pendek dalam memberikan perubahan atau peningkatan pengetahuan.

c) Sosial budaya dan ekonomi

Status ekonomi seseorang akan menentukan tersedianya fasilitas dalam melakukan suatu kegiatan sehingga hal ini dapat memengaruhi tingkat pengetahuan. Kebiasaan dan tradisi yang telah lama dilakukan akan menambah pengetahuan seseorang secara tidak langsung meskipun tanpa melewati penalaran baik atau buruk.

d) Lingkungan

Terjadinya interaksi timbal balik antar individu pada lingkungannya akan memengaruhi tingkat pengetahuan

yang dimiliki seseorang.

e) Pengalaman

Pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman baik pribadi maupun dari pengalaman orang lain melalui cerita.

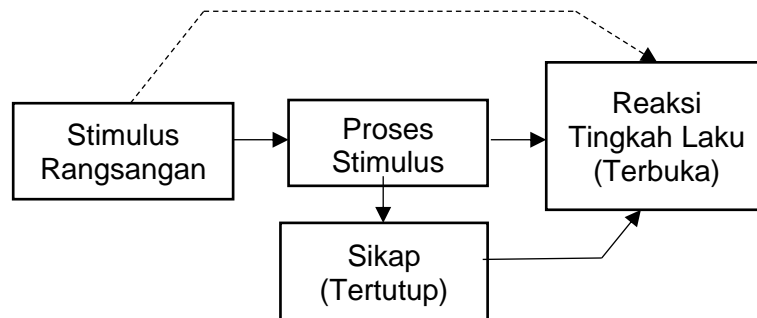
f) Usia

Usia memengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang, semakin bertambahnya usia maka akan bertambah daya tangkap yang dimiliki seseorang.

C. Sikap (*Attitude*)

1. Definisi Sikap

Menurut Notoatmodjo (2012) sikap merupakan reaksi atau respons yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Manifestasi sikap itu tidak dapat langsung dilihat, tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup. Sikap secara nyata menunjukkan konotasi adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial.



Gambar 2. Alur pembentukan sikap

Sikap sebagai suatu bentuk perasaan, yaitu perasaan mendukung atau memihak (*favourable*) maupun perasaan tidak mendukung (*unfavourable*) pada suatu objek. Sikap adalah suatu pola perilaku, tendensi atau kesiapan antisipatif, predisposisi untuk menyesuaikan diri dalam situasi sosial atau secara sederhana yang merupakan respon terhadap stimulasi sosial yang telah terkoordinasi. Sikap juga dapat diartikan sebagai aspek atau penilaian positif atau negatif terhadap suatu objek (Rinaldi, 2016). Sikap akan terbentuk biasanya berhubungan dengan pendidikan yang diberikan kepada individu.

2. Fungsi Sikap

Sikap merupakan salah satu hal yang memengaruhi perilaku seseorang. Pendekatan fungsional sikap berusaha menerangkan mengapa kita mempertahankan sikap-sikap tertentu. Hal ini dilakukan dengan meneliti dasar motivasi, yaitu kebutuhan apa yang terpenuhi bila sikap itu dipertahankan. Mengemukakan lima fungsi dasar, yaitu:

- a) Fungsi instrumental, yaitu sikap yang dikaitkan dengan alasan praktis atau manfaat dan menggambarkan keadaan seperti tujuan.
- b) Fungsi pertahanan ego, yaitu sikap yang diambil untuk melindungi diri dari kecemasan atau ancaman harga diri.
- c) Fungsi nilai ekspresi, yaitu sikap yang menunjukkan nilai yang ada pada dirinya.
- d) Fungsi pengetahuan. Setiap individu memiliki motif untuk ingin tahu, ingin mengerti, ingin banyak mendapat pengalaman dan pengetahuan yang diwujudkan dalam kehidupan sehari-hari.
- e) Fungsi penyesuaian sosial, yaitu sikap yang diambil sebagai bentuk adaptasi dengan lingkungannya.

3. Faktor yang mempengaruhi sikap

Menurut Azwar (2004), faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap yaitu:

- a) Pengalaman pribadi
Pengalaman pribadi adalah apa yang telah atau sedang dialami akan ikut membentuk dan memengaruhi penghayatan anak dalam memilih makanan.
- b) Pengaruh orang lain yang dianggap penting
Biasanya orang yang dianggap penting oleh individu adalah orang tua, orang yang sosialnya lebih tinggi, teman sebaya, teman dekat, dan guru. Pada umumnya anak cenderung untuk memilih sikap yang searah dengan sikap orang yang dianggap penting.
- c) Pengaruh kebudayaan
Kebudayaan masyarakat mempunyai pengaruh kekuatan dalam memilih makanan jajanan yang akan dikonsumsi.

4. Tingkatan sikap

Menurut Notoatmodjo (20017), sikap dibagi menjadi beberapa tingkatan:

- a) Menerima (*receiving*), dapat diartikan seseorang mau dan

- memperhatikan stimulus yang diberikan.
- b) Merespon (*responding*), dapat berupa memberikan jawaban apabila ditanya, mengajarkan dan menyelesaikan tugas yang diberikan.
 - c) Menghargai (*valuating*), dapat berupa mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah.
 - d) Bertanggungjawab (*responsible*) atas segala sesuatu yang telah dipilihnya.

E. Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Balita

Penelitian Wulan Angraini dkk., (2020) di Kabupaten Bengkulu Utara menunjukkan bahwa pemberian edukasi dengan menggunakan media cetak yaitu *flipchart*, dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita yang sebelumnya tidak mengetahui tentang stunting menjadi tahu. Penelitian Elfiza dkk., (2021) juga menuliskan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu tentang stunting melalui media berupa aplikasi *android*. Sejalan pula dengan penelitian Waisnawa dkk., (2021) melalui edukasi *stunting smart chatting* terdapat peningkatan pengetahuan ibu balita dari yang semula menunjukkan nilai rata-rata 13,80 menjadi 14,85.

Harleni dkk., (2022) menuliskan juga hasil penelitiannya dengan menggunakan media *booklet* dan *leaflet* dapat mempengaruhi peningkatan pengetahuan pada ibu balita, dari 16 responden yang sebelumnya 12 diantaranya memiliki pengetahuan yang kurang setelah dilakukan intervensi meningkat menjadi 14 orang dengan pengetahuan yang baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Zasendy dkk., pada tahun 2020 di Desa Kamal Kabupaten Seram Barat menghasilkan p value 0,05 yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan terhadap pengetahuan ibu sebelum dan sesudah mendapat penyuluhan. Penyuluhan ini dilakukan kepada ibu balita dengan materi pengertian stunting, faktor penyebab stunting, cara pencegahan dan penanggulangannya pada anak balita.

Baiq dkk., (2021) dalam jurnal Pengaruh Edukasi Gizi dengan Metode *Emotional Demonstration* terhadap Pengetahuan Ibu dalam Pemberian Makan Balita Gizi Kurang diperoleh pula hasil yang signifikan pada pengetahuan ibu balita. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat pendidikan ibu

balitan lulusan SMA sehingga hal ini mempengaruhi daya terima ibu terhadap edukasi gizi dengan metode *Emotional Demonstration*.

Penelitian dengan judul Pengaruh Edukasi Stunting Menggunakan Metode Brainstorming dan Audiovisual terhadap Pengetahuan Ibu dengan Anak Stunting yang ditulis oleh Izka dkk., pada tahun 2019 menunjukkan hasil bahwa rerata skor pretest adalah 6,44 mengalami peningkatan menjadi 7,38. Penelitian tersebut menggunakan responden dengan 91% ibu memiliki pendidikan terakhir yaitu SD. Penelitian milik Baiq dkk., (2021) dan Izka dkk., (2019) memunculkan perbedaan bahwa dengan metode yang berbeda serta tingkat pendidikan yang berbeda pula dapat mempengaruhi perubahan peningkatan pengetahuan pada ibu balita.

F. Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Perubahan Sikap Ibu Balita

Penelitian Harleni dkk., (2022) menuliskan hasil peningkatan skor sikap ibu yang sebelumnya 31,3% menunjukkan sikap positif kemudian setelah dilakukan intervensi dengan penyuluhan dengan menggunakan booklet, hasilnya meningkat menjadi 68,8% responden memiliki sikap positif.

Sejalan dengan penelitian Simanjuntak dkk., (2022) memperoleh hasil peningkatan pada skor sikap responden melalui penggunaan *social media* yaitu *Twitter*. Penelitian Dini dan Oslida (2021) juga menuliskan bahwa rata-rata skor ibu meningkat dari sebelumnya 12,03 menjadi 14,70 setelah diberikan intervensi gizi melalui media *booklet*.

Penelitian yang dilakukan oleh Naulia di tahun 2021, responden dalam penelitiannya dibagi menjadi kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Hasilnya menunjukkan perubahan sikap positif pada ibu balita di kelompok intervensi yang diberikan penyuluhan melalui ceramah, tanya jawab dan demonstrasi dengan materi ASI eksklusif, pedoman gizi seimbang dan gizi masa kehamilan. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai $p=0,046$ sehingga dapat disimpulkan terdapat perubahan sikap pada ibu balita.