

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pemilihan Bahan makanan

1. Definisi bahan makanan

Pangan merupakan kebutuhan manusia yang harus dipenuhi setiap saat dan yang bersifat hakiki. Oleh karena itu pangan yang tersedia dimasyarakat harus layak dikonsumsi. Pangan hendaknya tersedia cukup dan memenuhi kaidan aman, bermutu, bergizi dan beragam untuk memenuhi kebutuhan pokok individu setiap harinya. Kekurangan pangan atau kelebihan dalam jangka waktu yang lama berakibat buruk terhadap kesehatan (Almatsier, 2011).

Pangan merupakan kebutuhan pokok bagi manusia. Pemenuhannya sudah dijamin oleh negara. Berdasarkan undang-undang No. 18 Tahun 2012, yang dimaksudkan dengan ketahanan pangan adalah kondisi terpenuhinya kebutuhan pangan bagi negara, keluarga, sampai dengan setiap individunya, yang terjamin dari tersedianya pangan yang cukup, baik jumlah maupun mutunya, aman, beragam, bergizi, merata, dan terjangkau serta tidak bertentangan dengan agama, keyakinan, dan budaya masyarakat untuk dapat hidup sehat aktif produktif serta berkelanjutan.

2. Pemilihan bahan makanan

Menurut Kemenkes RI No.1908/Menkes/SK/VII/2003, pemilihan bahan makanan adalah semua bahan baik terolah maupun tidak termasuk bahan tambahan makanan dan bahan penolong. Kualitas bahan makanan yang baik dapat dilihat melalui ciri-ciri fisik dan mutunya dalam bentuk warna, bentuk, bau, kesegaran, dan lainnya. Bahan makanan yang baik bebas dari kerusakan dan pencemaran termasuk pencemaran kimia seperti pestisida.

Dalam pemilihan bahan makanan ada beberapa hal yang perlu diperhatikan. Menurut Kemenkes RI No. 1908/Menkes/Sk/VII,2003, bahwa makanan yang dimaksud yaitu:

1. Keadaan fisiknya baik, kulit utuh, tidak rusak, kotor tidak membusuk
2. Warna sesuai dengan bawaanya, tidak ada warna tambahan, warna buatan dan warna lain selain warna buah
3. Tidak berbau menyengat seperti bau busuk, basi atau bau yang tidak segar lainnya
4. Bahan makanan berasal dari sumber yang resmi dan terawasi
5. Bahan makanan kemasan, bahan tambahan makanan dan penolong memenuhi syarat perundang-undangan yang berlaku.

3. Bahan makanan segar

Menurut Permekes Nomor 1096/MENKES/PER/VI/2011, terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam pemilihan bahan makanan. Bahan makanan segar yaitu makanan yang perlu pengolahan sebelum dihidangkan seperti:

- a. Daging, susu, telur, ikan/udang, buah dan sayuran harus dalam keadaan baik, segar dan tidak rusak ataupun berubah bentuk, warna dan rasa yang berasal dari tempat resmi yang diawasi
- b. Jenis tepung dan biji-bijian harus dalam keadaan baik, tidak berubah warna, dan tidak berjamur
- c. Makanan fermentasi yaitu makanan yang diolahnya dengan bantuan mikroba seperti ragi, harus dalam keadaan baik, tercium aroma fermentasi, tidak berubah warna, aroma, rasa serta tidak bernoda dan berjamur.
- d. Bahan Tambahan Pangan (BTP) yang dipakai harus memenuhi persyaratan sesuai peraturan yang telah berlaku
- e. Makanan olahan pabrik yaitu makanan dapat langsung dikonsumsi tetapi digunakan untuk proses pengolahan makanan lebih lanjut yaitu:
 - 1) Makanan Dikemas:
 - a) Terdaftar dan mempunyai label merek
 - b) Mempunyai label dan merek
 - c) Kemasan tidak mudah rusak, pecah, dan menggelembung
 - d) Belum melewati tanggal kedaluarsa
 - e) Kemasan digunakan hanya untuk satu kali penggunaan.

- 2) Makanan tidak Dikemas
 - a) Baru dan segar
 - b) Tidak basi, busuk, rusak, dan berjamur
 - c) Tidak mengandung bahan berbahaya.
- f. Bahan makanan disebut aman, bila memenuhi empat kriteria yaitu:
 - 1) Tingkat kematangan sesuai dengan yang diinginkan
 - 2) Bebas dari mikroorganisme dan parasit penyebab terjadinya infeksi penyakit
 - 3) Bebas dari pencemaran pada tahapan proses berikut.
 - 4) Bebas dari adanya perubahan secara fisik/kimia akibat faktor luar.

4. Ciri-Ciri bahan makanan baik dan layak dikonsumsi

- a. Daging ternak
 - 1) Tampak mengkilap memiliki warna yang cerah dan tidak pucat
 - 2) Tidak tercium bau asam dan busuk
 - 3) Sifat elastis, artinya bila ditekan dengan jari akan segera kembali ke bentuk awal (kenyal) tidak kaku
 - 4) Bila dipegang tidak lengket masih terasa basah

Perbedaan umum untuk setiap jenis daging ternak adalah :

 - a) Sapi : warna merah segar, serat halus. Lemak lunak, warna kuning
 - b) Kambing : warna merah jambu, serat halus, lemak lunak, putih jernih
 - c) Kerbau : warna merah tua, serat kasar, lemak keras, warna kuning
- b. Unggas : warna putih kekuningan, lembek, tulangnya jelas warna kuning. Bila dipotong sudah mati (bangkai) warna agak gelap, luka potong baru pada bekas sembelihan, daging kenyal; ayam buras : daging agak kering, langsing, otot jelas warna kekuningan.
- c. Daging ayam broiler yang sehat
 - 1) Warna putih kekuningan cerah (tidak gelap, tidak pucat, dan kebiruan, tidak terlalu merah)
 - 2) Warna kulit ayam putih kekuningan, cerah, mengkilat dan bersih

- 3) Bila disentuh daging terasa lembab dan tidak lengket (tidak kering)
- 4) Bau spesifik daging (tidak bau menyengat, tidak berbau amis, tidak berbau busuk)
- 5) Konsistensi otot dada dan paha kenyal, elastis (tidak lembek)
- 6) Bagian dalam karkas dan serabut otot berwarna putih agak pucat
- 7) Pembuluh darah di leher dan sayap kosong (tidak ada sisa-sisa darah)

(Tjandra Yoga Aditama, 2010)

d. Ikan segar

- 1) Warna kulit terang, cerah dan tidak lebam
- 2) Ikan bersisik masih melekat sisiknya dengan kuat dan tidak mudah rontok
- 3) Mata melotot, jernih, dan tidak kusam
- 4) Daging elastis bila ditekan tidak berbekas
- 5) Insang berwarna merah segar tidak bau
- 6) Tidak terdapat lendir berlebihan pada permukaan
- 7) Tidak berbau busuk asam bau asing yang lain
- 8) Ikan akan tenggelam dalam air
- 9) Prioritas dalam memilih ikan adalah :
 - a) Ikan yang dijual dalam keadaan hidup
 - b) Ikan segar yang disimpan dalam suhu 4°C atau kurang
 - c) Ikan beku yang berasal dari ikan segar yang telah mengalami proses dan pembersihan pencucian
 - d) Ikan yang bersih dijual tanpa pendinginan.

e. Ikan Asin/kering

- 1) Cukup kering dan tidak busuk
- 2) Daging utuh bersih dan bebas dari serangga
- 3) Bebas bahan racun seperti peptisida
- 4) Tidak dihinggapi lalat atau serangga lain
- 5) Bahaya kontaminasi pada ikan.

f. Telur

- 1) Tampak bersih dan kuat
- 2) Tidak pecah, retak, atau bocor
- 3) Tidak terdapat noda atau kotoran pada kulit

- 4) Mempunyai lapisan zat tepung pada permukaan kulit
- 5) Kulit telur kering dan tidak basah akibat dicuci
- 6) Digojok tidak kopyor
- 7) Bila diteropong terlihat terang dan bersih
- 8) Telur yang terbaik adalah telur yang diambil langsung dari kandang tanpa perlakuan tambahan seperti pembersihan atau dilap karena akan mempercepat pembusukan.

g. Susu segar

1) Alami

Susu yang langsung diambil dari puting sapi, kerbau, ataupun kambing, susu yang seteril. Pencemaran pada susu perah akan terjadi karena tangan pemerah, infeksi kulit susu ataupun peralatan lain yang digunakan

2) Ciri-ciri susu yang baik:

- a) Warna susu putih dan kental
- b) Cairanya konstan dan tidak menggunmpal
- c) Aroma khas susu, tidak bau asam, tengik atau bau amis
- d) Berat jenisnya lebih tinggi dari air (diatas 1,0)
- e) Kalau dimasak akan terbentuk lapisan busa lemak (*Foam*)
- f) Bebas dari kontaminasi fisik, seperti : darah, debu, bulu, serangga dll.

h. Makanan Nabati

1) Buah-buahan

- a) Keadaan fisik baik, isinya penuh, kulit utuh, tidak rusak/kotor
- b) Isi masih terbungkus kulit dengan baik
- c) Warna sesuai dengan bawaanya tidak buatan (karbitan)
- d) Tidak berbau busuk dan asam/basi
- e) Tidak ada cairan asli selain getah aslinya
- f) Terdapat lapisan pelindung alami.

2) Sayuran

- a) Daun, buah atau umbi dalam keadan segar, utuh dan tidak layu
- b) Kulit buah atau umbi utuh dan tidak rusak/pecah
- c) Tidak ada bekas gigitan hewan, serangga atau manusia

- d) Tidak ada bagian tubuh yang bernoda atau berubah warna
 - e) Bebas dari tanah dan kotoran lainnya.
- 3) Biji-bijian
- a) Kering isi penuh, tidak keriput dan warna mengkilap
 - b) Permukaanya baik, tidak ada noda karena rusak, jamur atau kotoran selain warna aslinya
 - c) Biji tidak belubang-lubang
 - d) Tidak tercium bau selain bau khas biji yang bersangkutan
 - e) Tidak tumbuh kecambah tunas kecuali dikehendaki untuk membuat (toge)
 - f) Biji yang masih baik tenggelam bila dimasukan ke dalam air.
- 4) Tepung
- a) Tidak bernoda dan berjamur
 - b) Tidak diletakkan pada tempat yang lembab
 - c) Pilih tepung yang diletakkan diatas rak saat di toko.
- 5) Bumbu kering
- a) Keadaanya kering dan tidak dimakan serangga
 - b) Warna mengkilap dan berisi penuh
 - c) Bebas dari kotoan dan debu.
- 6) Minyak Goreng
- a) Memiliki warna kuning keemasan bening
 - b) Tidak keruh
 - c) Tidak menggumpal.
 - d) Berasal dari sumber yang terawasi.
- 7) Gula
- a) Berwarna kuning
 - b) Bertekstur kasar
 - c) Kering
 - d) Tidak menggumpal
 - e) Cepat larut

Penggunaan bumbu kering perlu diperhatikan agar diolah pada saat dekat dengan waktu pengolahan makanan sehingga bumbu yang

telah diolah langsung bisa dipergunakan. Bahaya kontaminasi pada tepung dan bumbu kering yaitu:

- a) Debu dan kotoran
- b) Bahan pewarna
- c) Serangga (kutu)
- d) Bakteri *coliform*

8) Sayur berlapis

Seperti bawang kol, sawi, jagung muda, bunga tebu dilapisi lapisan kulit luar yang berfungsi melindungi bagian dalamnya. Lapisan ini sangat menguntungkan waktu panen dan pengangkutan karena akan mencegah pencemaran. Ciri makanan jenis ini yang perlu diperhatikan :

- a) Lapisan luar masih menempel dengan baik
- b) Lapisan luar dalam keadaan bersih
- c) Yang masih ada lapisan luar penutup lebih baik

i. Makanan Fermentasi

Makanan fermentasi adalah makanan yang diolah dengan bantuan mikroba seperti ragi (*yeast*) atau cendawan (*fungi*). Makanan fermentasi dibagi menjadi 2 yaitu makanan fermentasi nabati seperti, tauco, kecap, tempe, oncom, tenpoyak, bir, tape dan lain-lain. Makanan fermentasi hewani seperti terasi, petis, cingcao, atau daging asap. Ciri-ciri makanan fermentasi yang baik adalah:

- 1) Makanan tercium aroma asli makanan fermentasi dan tidak ada perubahan warna, aroma, rasa
- 2) Bebas dari cemaran serangga atau hewan lainnya
- 3) Tidak terdapat noda-noda pertumbuhan benda asing seperti spot-spot berwarna hitam, atau jamur gandum pada tempe atau oncom

j. Makanan Olahan Pabrik

Makanan pabrik adalah makanan yang diolah oleh pabrik makanan biasanya dikemas dalam kaleng, botol, atau doos. Ada yang dikemas dengan vakum dan ada yang dalam cara biasa, kemasannya masih baik, utuh, tidak rusak, bocor atau menggelembung. Pada label kemasan khususnya untuk makanan dan minuman, sekurang-

kurangnya dicantumkan hal-hal berikut (undang-undang RI No.7 tahun 1996 tentang pangan).

Peraturan pelabelan produk pangan olahan Indonesia diatur dalam peraturan Menteri Kesehatan RI No.79/Menkes/PER/III/1978. Dalam peraturan tentang label dan periklanan makanan diatur tentang tata cara pelabelan serta ketentuan-ketentuan yang menyertainya. Peraturan ini telah dilengkapi dengan keputusan Dirjen POM No.02240/B/S/SK/VII/1991 yang diterbitkan pada tanggal 2 Juli 1996. Informasi yang harus dicantumkan pada label adalah :

- 1) Nama produk
- 2) Komposisi
- 3) Isi Netto
- 4) Nama dan Alamat Pabrik
- 5) Nomor Pendaftaran
- 6) Kode produksi
- 7) Tanggal kedaluarsa
- 8) Petunjuk atau cara penggunaan
- 9) Petunjuk atau cara penyimpanan
- 10) Nilai gizi
- 11) Tulisan atau pernyataan khusus
- 12) Logo halal/Keterangan halal

k. Sumber bahan makanan yang baik

Sumber makanan yang baik seringkali tidak mudah ditemukan karena jaringan perjalanan makanan demikian panjang dan melalui jaringan perdagangannya. Sumber makanan yang baik adalah :

- 1) Runag potong hewan yang diawasi pemerintah dan sebagai tempat pemotongan hewan yang resmi
- 2) Tempat potong lainnya yang diawasi oleh petugas inspektur kehewan/peternakan
- 3) Tempat pelelangan ikan yang diawasi oleh instalasi perikanan.
- 4) Pusat penjualan bahan makanan dengan sistem peraturan suhu yang dikendalikan dengan baik
- 5) Industri pengawetan dan atau distributor bahan makanan yang telah berizin

- 6) Tempat-tempat penjualan bahan makanan yang telah diawasi oleh pemerintah daerah dengan baik
 - 7) Perusahaan yang menghususkan diri dibidang penjualan bahan makanan mentah dan dikelola sesuai dengan persyaratan kesehatan serta telah diawasi pemerintah
 - 8) Lokasi dan tempat produksi sayuran, buah atau ternak seperti daerah pertanian, peternakan, atau perkebunan ataupun kolam ikan
- I. Pemilihan bahan dan sortir.
- 1) Bahan yang diperoleh dari gudang penyimpanan, pasar atau supplier karena faktor waktu penanganan sudah pasti ada yang rusak sehingga perlu dipilih (sortir)
 - 2) Sortir dilakukan terhadap makanan yang menunjukkan tanda-tanda:
 - a) Noda kotor atau rusak
 - b) Pecah atau bocor
 - c) Tercium bau busuk atau bau asing
 - d) Rusak kulit/bungkus terbuka atau terkelupas isinya
 - e) Tanda kerusakan lainnya
 - 3) keuntungan dari sortir
 - a) Membuang sumber penular perusak makanan
 - b) Menjaga mutu dan keawetan makanan
 - c) Mengurangi risiko pencemaran
 - 4) Pemilihan bahan sortir untuk memisahkan/membuang bagian bahan yang rusak/afkir dan untuk menjaga mutu dan keawetan makanan serta mengurangi resiko pencemaran makanan.

B. Kejadian Infeksi

1. Definisi infeksi

Penyakit infeksi adalah penyakit yang disebabkan oleh mikroorganisme seperti virus, bakteri, parasit, jamur dan bersifat sangat dinamis. Secara umum proses terjadinya penyakit melibatkan tiga faktor yang saling berinteraksi yaitu, faktor penyebab penyakit (*agen*), faktor manusia atau pejamu (*jost*), dan faktor lingkungan. Infeksi merupakan masuknya kuman penyakit ke dalam tubuh manusia. Masuknya mikroba

kedalam jaringan tubuh, kemudian berkembang biak dan menimbulkan gejala penyakit disebut infeksi.

Faktor yang mempengaruhi peran dalam tingginya prevalensi penyakit parasit adalah keadaan hygiene sanitasi yang masih belum memenuhi syarat kesehatan. Ibu balita mempunyai peran penting dalam hygiene sanitasi di keluarga. Hygiene yang tidak baik mempermudah terjadinya infeksi. Penyakit infeksi merupakan penyakit yang menyerang secara langsung. Menurut Carolin et al., (2018), penyakit infeksi yang masuk pada tubuh manusia berakibat tubuh tidak mampu mencerna dan menyerap makanan secara sempurna. Penyakit infeksi juga membuat seseorang kehilangan zat gizi dengan ditandai asupan makan menurun, zat gizi di dalam tubuh berkurang hingga dapat membuat status gizi menjadi kurang baik (Carolina et al., 2018).

2. Penyebaran penyakit infeksi

Dalam garis besar mekanisme transmisi mikroba *pathogen* ke penjamu melalui dua cara yaitu:

a. Transmisi langsung

Penularan langsung oleh mikroba *patogen* ke pintu masuk yang sesuai dari penjamu. Sebagai contoh adanya sentuhan, gigitan adanya virus saat bersin, batuk, atau saat transfuse darah dengan darah yang terkontaminasi mikroba *pathogen*

b. Transmisi tidak langsung

Penularan mikroba *pathogen* yang memerlukan media perantara baik berupa barang air, udara maupun makanan dan minuman

3. Epidemiologi penyakit infeksi

Infeksi merupakan salah satu penyakit yang terdapat dalam sepuluh peringkat teratas penyebab kematian. Terdapat tiga jenis infeksi teratas penyebab kematian diantaranya infeksi saluran pernapasan bawah (3,0 juta kematian), infeksi diare (1,4 juta kematian), dan *tuberculosis* (1,3 juta kematian). Indonesia merupakan negara yang berada pada asia tenggara dimana tergolong kawasan yang padat penduduk sehingga keadaan ini dapat meningkatkan resiko penyebaran

penyakit menular, termasuk infeksi. Terdapat beberapa penyakit infeksi menular yang mengalami peningkatan antara lain pneumonia, infeksi diare, hepatitis, dan filariasis (Riset Kesehatan Dasar, 2018). Oleh sebab itu penularan rantai penyakit infeksi harus segera diputu demi menanggulangi kejadian infeksi yang menyebabkan kematian.

C. Pengetahuan

1. Pengertian pengetahuan

Menurut Notoatmojo 2014, pengetahuan merupakan hasil dari tahu setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap sesuatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra yang terdiri dari indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Pengetahuan manusia sebagian besar diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan merupakan domain yang dalam membentuk tindakan seseorang. Pengetahuan merupakan segala sesuatu yang diketahui berdasarkan pengalaman manusia itu sendiri dan pengetahuan akan bertambah sesuai dengan proses pengalaman yang dialaminya (Mubarak, 2011). Di dalam mempelajari suatu objek perlu adanya dasar yang perlu dipahami. Pengetahuan merupakan hasil dari upaya untuk mendapatkan informasi tertentu dengan melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan manusia mudah ditangkap melalui indra penglihatan dan pendengaran (Rahman, 2020).

2. Cara memperoleh pengetahuan

Menurut Notoatmojo (2010), ada beberapa cara untuk memperoleh pengetahuan, yaitu:

a. Cara coba – salah (*Trial and Error*)

Cara ini dilakukan dengan menggunakan kemungkinan dalam memecahkan masalah dan apabila kemungkinan tersebut tidak berhasil, maka dicoba kemungkinan yang lainnya.

b. Cara kekuasaan atau otoritas

Sumber pengetahuan dengan cara ini dapat berupa pemimpin-pemimpin masyarakat baik formal maupun informal, ahli agama, dan pemegang pemerintahan. Dengan kata lain,

pengetahuan tersebut diperoleh berdasarkan pada otoritas atau kekuasaan, baik tradisi, otoritas pemerintahan, otoritas pemimpin agama, maupun ahli ilmu pengetahuan. Prinsip ini adalah orang lain menerima pendapat yang dikemukakan oleh orang yang mempunyai otoritas, tanpa terlebih dulu menguji atau membuktikan kebenarannya. Hal ini disebabkan karena orang yang menerima pendapat tersebut menganggap bahwa yang dikemukakannya adalah benar.

c. Berdasarkan Pengalaman Pribadi

Pengalaman pribadi dapat digunakan sebagai upaya dalam memperoleh pengetahuan. Hal ini dilakukan dengan cara mengevaluasi pengalaman yang diperoleh dan memecahkan permasalahan yang dihadapi pada masa lampau.

d. Melalui Jalan Pikiran

Sejalan dengan perkembangan kebudayaan manusia, cara berpikir manusia pun juga ikut berkembang. Dari sini manusia telah mampu menggunakan penalarannya dalam memperoleh pengetahuannya. Dengan kata lain, dalam memperoleh pengetahuan manusia telah menggunakan jalan pikirnya, baik melalui induksi maupun deduksi. Induksi dan deduksi pada dasarnya merupakan cara melahirkan pemikiran secara tidak langsung melalui pernyataan–pernyataan yang dikemukakan, kemudian dicari hubungannya sehingga dapat dibuat suatu kesimpulan.

e. Cara Modern Memperoleh Pengetahuan

Cara baru dalam memperoleh pengetahuan pada dewasa ini lebih sistematis, logis, dan ilmiah. Cara ini disebut “metode penelitian ilmiah”, atau lebih populer disebut metodologi penelitian (*research methodology*).

3. Tingkat pengetahuan

Menurut Notoatmojo (2014), pengetahuan adalah hasil dari kegiatan mengetahui, sedangkan mengetahui berarti mempunyai bayangan tentang sesuatu hasil dari pengindraan. Tingkat pengetahuan di dalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan yaitu:

a. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat materi yang telah didapatkan sebelumnya. Tingkat pengetahuan ini adalah mengingat kembali suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang telah dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh karena itu tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Untuk mengukur bahwa seseorang sudah tahu tentang apa yang sudah dipelajari digunakan kata kerja antara lain menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, dan menyatakan.

b. Memahami (*Comperhension*)

Memahami merupakan suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar mengenai objek yang diketahui, dan dapat mengimplementasikan materi tersebut dengan benar. Seseorang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan suatu contoh, menyimpulkan objek yang telah dipelajari dan sebagainya.

c. Aplikasi (*Aplication*)

Aplikasi diartikan suatu kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada kondisi yang sebenarnya. Aplikasi di sini dapat diartikan sebagai aplikasi atau hukum-hukum, rumus, metode, dan prinsip dalam konteks atau situasi lain.

d. Analisis (*Analysis*)

Analisis merupakan suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen, namun masih di dalam struktur organisasi dan masih berkaitan dengan lainnya. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja seperti penggambaran (membuat bagan), membedakan, mengelompokkan, dan memisahkan.

e. Sintensis (*Syntensis*)

Sintensis menunjuk pada suatu kemampuan untuk melakukan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan arti lain sintensis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang telah ada. Misalnya dapat menyusun, merencanakan,

meringkas, dan menyesuaikan terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu objek/materi. Penilaian itu didasarkan pada suatu kriteria yang telah ditentukan sendiri atau dapat menggunakan kriteria yang telah ada.

Pengukuran pengetahuan pada tingkat evaluasi ini dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Kedalaman pengetahuan yang ingin kita ketahui atau kita ukur dapat disesuaikan dengan tingkatan-tingkatan diatas.

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Menurut Notoatmojo (2014), faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan sebagai berikut:

a. Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain terhadap suatu agar mereka dapat mengerti dan memahami. Tidak dapat dipungkiri jika tingkat pendidikan seseorang yang makin tinggi akan mudah pula seseorang untuk menerima informasi dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Sebaliknya, jika tingkat pendidikan seseorang rendah akan menghambat pengetahuan seseorang untuk menerima informasi dan nilai-nilai yang perlu di perkenalkan. Menurut srianingsih (2011), semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin cepat menerima dan memahami sesuatu informasi sehingga pengetahuan yang dimiliki semakin tinggi dan luas.

b. Pekerjaan

Pekerjaan merupakan kebutuhan yang harus dilaksanakan guna untuk menunjang kehidupan. Lingkungan kerja dapat menjadi media seseorang untuk memperoleh pengetahuan dan pengalaman baik secara langsung maupun tidak langsung.

c. Usia

Usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia seseorang maka akan semakin berkembang pula pola pikir dan daya tangkapnya sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin membaik. Di usia madya individu akan lebih berperan aktif dalam masyarakat dan kehidupan sosial serta lebih banyak mempersiapkan diri untuk menuju masa depan dan meraih kesuksesannya untuk upaya menyesuaikan diri menuju usia tua. Selain itu di usia madya seseorang lebih banyak meluangkan waktu untuk belajar dan membaca.

d. Pengalaman

Pengalaman merupakan guru terbaik, dapat diartikan bahwa pengalaman merupakan sumber pengetahuan. Pengalaman merupakan cara memperoleh suatu kebenaran pengetahuan. Menurut Notoatmojo (2010), pengalaman pribadi seseorang dapat dijadikan sebagai upaya untuk memperoleh pengetahuan.

e. Minat

Minat merupakan suatu keinginan atau kemauan yang tinggi terhadap sesuatu hal. Minat menjadikan seseorang untuk mencoba menekuni hal baru dan pada akhirnya akan diperoleh suatu pengetahuan yang mendalam (Notoatmojo, 2007).

f. Lingkungan

Lingkungan adalah sesuatu yang ada di sekitar individu baik lingkungan fisik, sosial, maupun biologis. Lingkungan mempengaruhi proses masuknya pengetahuan ke dalam individu. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu.

g. Informasi

Informasi merupakan suatu teknik untuk mengumpulkan dan mengumumkan informasi dengan tujuan tertentu. Informasi seseorang diperoleh melalui pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh pada jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan pengetahuan. Informasi mempengaruhi pengetahuan

seseorang jika sering mendapat informasi tentang suatu pembelajaran maka akan menambah pengetahuan dan wawasannya.

5. Pengukuran pengetahuan

Menurut (Notoatmodjo, 2014), pengetahuan tentang kesehatan dapat diukur berdasarkan jenis penelitiannya, kuantitatif atau kualitatif.

a. Penelitian Kuantitatif

Pada umumnya mencari jawaban atas kejadian/fenomena yang menyangkut beberapa banyak, berapa sering, berapa lama, dan sebagainya, maka biasanya menggunakan metode wawancara dan angket.

1) Wawancara tertutup dan wawancara terbuka, dengan menggunakan instrument (alat pengukur/ pengumpul data) kuesioner. Wawancara tertutup adalah wawancara dengan jawaban responden atas pertanyaan yang diajukan telah tersedia dalam opsi jawaban, responden tinggal memilih jawaban yang dianggap mereka paling benar atau paling tepat. Sedangkan wawancara terbuka, yaitu pertanyaan-pertanyaan yang diajukan bersifat terbuka, dan responden boleh menjawab sesuai dengan pendapat atau pengetahuan responden sendiri.

2) Angket Tertutup atau Terbuka

Seperti halnya wawancara, angket juga dalam bentuk tertutup dan terbuka. Instrumen atau alat ukurnya seperti wawancara, hanya jawaban responden disampaikan lewat tulisan. Metode pengukuran melalui angket ini sering disebut "self administered" atau metode mengisi sendiri

b. Penelitian Kualitatif

Penelitian kualitatif bertujuan untuk menjawab bagaimana suatu fenomena itu terjadi atau mengapa terjadi. Misalnya penelitian kesehatan tentang demam berdarah di suatu komunitas tertentu. Penelitian kualitatif mencari jawaban mengapa di komunitas ini sering terjadi kasus demam berdarah, dan mengapa masyarakat tidak mau melakukan 3M, dan sebagainya. Metode pengukuran pengetahuan dalam penelitian kualitatif antara lain:

1) Wawancara Mendalam

Mengukur variabel pengetahuan dengan metode wawancara mendalam, adalah peneliti mengajukan suatu pertanyaan sebagai pembuka, yang akan membuat responden menjawab sebanyak – banyaknya dari pertanyaan tersebut. Jawaban responden akan diikuti pertanyaan selanjutnya dan terus menerus sehingga diperoleh informasi dari responden dengan sejelas – jelasnya

2) Diskusi Kelompok Terfokus (DKT)

Diskusi kelompok terfokus atau “Focus group discussion” dalam menggali informasi dari beberapa orang responden sekaligus dalam kelompok. Peneliti mengajukan pertanyaan yang akan memperoleh jawaban yang berbeda dari semua responden dalam kelompok tersebut. Jumlah kelompok dalam diskusi kelompok terfokus sebenarnya tidak terlalu banyak tetapi juga tidak terlalu sedikit antar 6 – 10 orang.

6. Kategori pengetahuan

Cara mengukur tingkat pengetahuan dengan memberikan soal kuis dengan menggunakan kalimat tanya, kemudian dilakukan penilaian. Kemudian nilai atau skor dari hasil akan dikategorikan menurut standar deviasi menjadi 2 kategori yaitu:

- a. Pengetahuan baik apabila skor responden $>$ skor mean $-0,5$ SD ke atas
- b. Pengetahuan kurang apabila skor mean $<$ skor mean $-0,5$ SD ke bawah

7. Pengetahuan terhadap pemilihan bahan makanan

Pemilihan bahan makanan di rumah tangga merupakan tugas seorang ibu. Maka dari itu ibu sangat berperan penting dan harus mempunyai pengetahuan yang baik untuk memilih bahan makanan yang akan diolah untuk menu keluarga. Pemilihan bahan makanan yang berkualitas dan baik jika di dasari dengan pengetahuan seorang ibu yang baik akan sangat penting untuk pemenuhan kebutuhan gizi keluarga

terutama balitanya. Pemilihan bahan makanan sehari-hari berkaitan dengan pemahaman dan penguasaan materi tentang konsep dasar, fungsi makanan, dan sumber zat gizi makanan, kebutuhan dan kecukupan makanan bagi tubuh dan membuat menu dengan gizi yang seimbang.

Pengetahuan pemilihan bahan makanan sehari-hari adalah pengetahuan yang diperoleh seseorang berkaitan dengan cara memilih makanan yang akan diolah dan dikonsumsi sehari-hari. Pendidikan yang berkaitan dengan gizi merupakan salah satu proses dalam meningkatkan pengetahuan seseorang. Pengetahuan dapat diperoleh seseorang melalui pendidikan formal dan nonformal. Pengetahuan gizi berperan penting dalam menentukan perilaku dan keterampilan ibu balita dalam melakukan pemilihan bahan makanan sehari-hari. Sesuai yang dikemukakan oleh Khomsan et al. (Amrin, A.P., 2004: 6) "tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan, yang pada akhirnya akan berpengaruh pada keadaan gizinya". Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa jika tingkat pengetahuan seseorang tinggi, maka dapat menunjukkan perilaku yang teliti dalam pemilihan bahan makanan. Tingkat pengetahuan seseorang akan berpengaruh terhadap perhatian orang tersebut dalam menentukan bahan makanan dan memilih bahan makanan yang berkualitas dan baik bagi kesehatan Sartika, I., Nikmawati, E. E., & Mahmudatus'adah, A. (2014).

Pengetahuan pada pemilihan bahan makanan sehari-hari berkaitan dengan pemahaman dan penguasaan menerapkan konsep hubungan makanan dan kesehatan, manfaat makanan bagi kesehatan dan pemilihan bahan makanan meliputi macam-macam zat gizi yang diperlukan tubuh. Mengetahui fungsi zat gizi yang terkandung dalam bahan makanan yang berguna untuk pemenuhan dan kecukupan zat gizi keluarga terutama balita. Ibu yang memiliki pengetahuan baik akan lebih mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi menu yang sehat dan aman dikonsumsi keluarga, menganalisa bahan makanan yang berkualitas yang aman dipilih untuk diolah atau bahan makanan yang tidak aman dipilih sebagai menu keluarga.

D. Keterampilan

1. Pengertian keterampilan

Menurut kamus besar Indonesia, keterampilan adalah kecakapan menyelesaikan tugas. Keterampilan adalah kegiatan yang berhubungan dengan urat syaraf yang lazimnya tampak dalam kegiatan jasmaniah. Meskipun bersifat motorik, tapi keterampilan perlu dikoordinasi antara gerak yang teliti dan kesadaran yang tinggi. Menurut pendapat lain keterampilan merupakan perilaku yang diperoleh melalui tahap-tahap belajar, keterampilan berasal dari gerakan-gerakan yang kasar atau tidak terkoordinasi melalui pelatihan bertahap gerakan tidak teratur itu berangsur-angsur berubah menjadi gerakan-gerakan yang lebih halus, melalui proses koordinasi diskriminasi (perbedaan) dan integrasi (perpaduan) sehingga diperoleh suatu keterampilan yang diperlukan untuk tujuan tertentu Menurut (Soemarjadi & Zahri, 1991).

Menurut (Wahyudi, 2002) keterampilan adalah kecakapan atau keahlian untuk melakukan suatu pekerjaan yang hanya diperoleh dalam praktek. Keterampilan kerja ini dikelompokkan menjadi tiga kategori yaitu:

- 1) Keterampilan mental seperti analisa, membuat keputusan, menghitung dan menghafal.
- 2) Keterampilan fisik seperti keterampilan yang berhubungan dengan anggota tubuh dan pekerjaan.
- 3) Keterampilan sosial seperti dapat mempengaruhi orang lain, berpidato, menawarkan barang dan lain-lain.

Keterampilan adalah kemampuan untuk mengerjakan atau melaksanakan sesuatu dengan baik. Maksud dari pendapat tersebut bahwa kemampuan adalah kecakapan dan potensi yang dimiliki oleh seseorang untuk menguasai suatu keahlian yang dimilikinya sejak lahir. Kemampuan tersebut merupakan suatu hasil latihan yang digunakan untuk melakukan sesuatu. Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan adalah kemampuan untuk melakukan sesuatu dengan baik, cepat, dan tepat. Keterampilan akan dapat dicapai atau ditingkatkan dengan latihan tindakan secara berkesinambungan. Keterampilan tidak hanya membutuhkan training saja, tetapi kemampuan

dasar yang dimiliki setiap orang dapat lebih membantu menghasilkan sesuatu yang bernilai dengan lebih cepat.

2. Dasar-dasar keterampilan

Menurut Robbins pada dasarnya keterampilan dapat dikategorikan menjadi empat yaitu sebagai berikut:

- a. Keterampilan Dasar (*Basic Literacy Skill*) Keterampilan dasar merupakan keahlian seseorang yang harus dimiliki semua orang
- b. Keahlian Teknik (*Technical Skill*) Keahlian teknik merupakan keahlian seseorang dalam pengembangan teknik yang dimiliki
- c. Keahlian Interpersonal (*Interpersonal Skill*) Kemampuan seseorang untuk berinteraksi dengan orang lain
- d. Menyelesaikan Masalah (*Problem Solving*) Proses aktivitas untuk menjalankan logika untuk berargumentasi dalam rangka penyelesaian suatu masalah serta kemampuan untuk mengetahui penyebab dan memilih penyelesaian yang baik.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan

Faktor yang mempengaruhi keterampilan adalah pengetahuan, pendidikan, pengalaman, lingkungan dan fasilitas, kebiasaan, kebudayaan dan usia (Green, 1984 dalam Notoatmodjo, 2005). Semakin tinggi pengetahuan dan pendidikan seseorang akan meningkatkan keterampilannya, bertambahnya pengalaman seseorang akan menambah keterampilannya, adanya lingkungan dan fasilitas yang mendukung akan meningkatkan keterampilan, kebiasaan sehari-hari dan budaya setempat akan mempengaruhi keterampilan seseorang, semakin bertambahnya usia seseorang akan bertambah pula keterampilannya.

1. Motivasi

Sesuatu yang membangkitkan keinginan dalam diri seseorang untuk melakukan berbagai tindakan. Motivasi inilah yang mendorong seseorang bisa melakukan tindakan sesuai dengan prosedur yang sudah diajarkan.

2. Pengalaman

Suatu hal yang akan memperkuat kemampuan seseorang dalam melakukan sebuah tindakan (keterampilan). Pengalaman membangun seseorang untuk bisa melakukan tindakan-tindakan selanjutnya menjadi lebih baik yang dikarenakan sudah melakukan tindakan-tindakan di masa lampaunya.

3. Keahlian

Keahlian yang dimiliki seseorang akan membuat terampil dalam melakukan keterampilan tertentu. Keahlian akan membuat seseorang mampu melakukan sesuatu sesuai dengan yang sudah diajarkan.

4. Pribadi

Setiap orang merupakan individu yang berbeda-beda, baik dalam hal fisik, mental, emosional, ataupun kemampuannya. Individu memiliki ciri, kemampuan, minat, kecenderungan dan suatu bakat yang berbeda. Adanya perbedaan-perbedaan pada setiap individu tersebut maka keterampilan ditentukan oleh ciri-ciri atau kemampuan serta bakat dari orang yang bersangkutan dalam menguasai sebuah keterampilan tertentu. Hal tersebut membuktikan bahwa factor pribadi yang memPerbedaan penguasaan keterampilan.

5. Situasional

Faktor situasional adalah faktor yang lebih tertuju pada keadaan lingkungan yang termasuk dalam faktor situasional yaitu seperti penyuluhan yang diberikan, peralatan digunakan termasuk media penyuluhan serta kondisi sekitar penyuluhan dilakukan. Penggunaan peralatan dan media penyuluhan, tentunya dapat menambah minat dan kesungguhan individu dalam proses. Kemajuan teknologi yang belakangan berkembang juga dianggap menjadi penyebab utama dalam mendongkrak keberhasilan seseorang sebagai gambaran yang nyata dari semakin terkuasainya keterampilan dengan lebih baik.

4. Cara mengukur keterampilan

Pengukuran keterampilan dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu secara langsung dan tidak langsung. Pengukuran secara langsung yakni dengan pengamatan (observasi) yaitu mengamati tindakan dari subjek dalam rangka memelihara kesehatannya (Notoatmojo, 2012). Pengukuran secara tidak langsung adalah dengan mengingat. Pengukuran secara tidak langsung dilakukan melalui pertanyaan dengan menggunakan kalimat perintah terhadap suatu subjek tentang apa yang telah dilakukan berhubungan dengan objek tertentu. Kemudian dilakukan penilaian. Kemudian nilai atau skor dari hasil akan digolongkan menjadi 2 kategori yaitu:

- a. Pengetahuan baik apabila skor responden $>$ skor mean $-0,5$ SD ke atas
- b. Pengetahuan baik apabila skor responden $<$ skor mean $-0,5$ SD ke bawah

5. Upaya peingkatan Keterampilan

Supriasa (2013) menyatakan, dalam pelatihan metode yang digunakan akan menentukan hasil akhir. Untuk meningkatkan keterampilan maka metode yang digunakan adalah:

1. Studi Kasus

Studi kasus adalah sekumpulan situasi masalah yang dianalisis secara mendalam. Biasanya permasalahannya adalah bagian dari sebuah kehidupan yang memerlukan diagnosis dan penanganan. Studi kasus bertujuan untuk melatih ibu balita mengembangkan pengetahuan, dan keterampilan dengan cara mempelajari sesuatu secara mendalam.

2. Simulasi (*Learning by Doing*)

Metode simulasi adalah permainan yang direncanakan, metode simulasi dapat dilaksanakan untuk memaknai masalah hubungan antar manusia untuk kepentingan sehari-hari. Metode simulasi bertujuan agar ibu balita menjadi lebih sadar kebiasaan-kebiasaan yang kurang baik, ibu balita menjadi lebih peka, tahu

kekurangan dan kelebihanya sendiri, serta ibu balita dapat mengembangkan diri sesuai dengan potensi yang dimilikinya.

3. Demonstrasi

Demonstrasi adalah peragaan atau menunjukkan kepada peserta bagaimana melakukan sesuatu yang dilakukan oleh pelatih, dan diikuti oleh redemonstrasi oleh sebagian atau seluruh peserta. Demonstrasi bertujuan untuk mengajarkan secara nyata bagaimana melakukan atau menggunakan sesuatu, serta menunjukkan cara-cara atau prosedur dengan teknik yang benar.

6. Keterampilan pemilihan bahan makanan

Ibu merupakan individu yang paling berperan besar terhadap pertumbuhan dan perkembangan balitanya. Keterampilan ibu dalam memilih dan mengolah bahan makanan merupakan salah satu keterampilan yang penting berkaitan dengan pemenuhan gizi dan kesehatan keluarga, khususnya balita. Pada usia balita pemenuhan gizi menjadi hal yang sangat penting. Keseimbangan asupan gizi akan berpengaruh terhadap kesehatan dan kecerdasan anak. Seorang ibu harus memiliki keterampilan dalam memilih bahan makanan yang baik dari segi kualitas maupun kuantitasnya dan mampu mengolah bahan makanan tersebut menjadi makanan yang bergizi seimbang yang dapat memenuhi kebutuhan gizi anak balitanya.

Keterampilan pemilihan bahan makanan sehari-hari berkaitan dengan ketelitian dan kecermatan yaitu kemampuan, keahlian dan keterampilan ibu balita dalam memilih bahan makanan dan menentukan jenis, jumlah bahan makanan yang akan dipilih sebagai menu sehari-hari keluarga. Hal ini sesuai dengan pendapat sudjana (2010:39) bahwa keterampilan seseorang dan kemampuan yang dikuasai seseorang yang telah menjadi bagian dari dirinya sangat menentukan dalam melaksanakan suatu proses pekerjaan Sartika, I., Nikmawati, E. E., & Mahmudatus'adah, A. (2014).

Pemilihan makanan untuk sehari-hari berkaitan dengan keterampilan ibu dalam memilih makanan yang akan di konsumsi, menentukan jumlah makanan yang akan dikonsumsi dan frekuensi

makanan yang dikonsumsi sehari-hari. Keterampilan adalah kegiatan psikomotor yang dilakukan oleh seseorang. Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008) keterampilan merupakan kecakapan dalam menyelesaikan tugas. Dilihat dari KBBI tersebut, keterampilan dalam memilih bahan makanan dapat diartikan kecakapan yang dimiliki seseorang dalam memilih bahan makanan samapai mengolah menjadi menu atau hidangan. Keterampilan tersebut diharapkan dapat mempengaruhi seseorang, khususnya ibu balita dalam memilih bahan makanan yang berkualitas baik dan aman dikonsumsi sehari-hari agar dapat memenuhi kebutuhan dan kecukupan nutrisi sehari-hari keluarga khususnya balita.

E. Penyuluhan

1. Pengertian penyuluhan

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak hanya tahu, sadar, mengerti, tetapi juga mau dan dapat melaksanakan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan. Sehingga masyarakat sendirilah yang akan merencanakan bagaimana pemenuhan kebutuhan mereka, melaksanakan rencana yang diprioritaskan mereka sendiri di bidang kesehatan (Azwar 1983 dalam Maulana, 2009).

Penyuluhan merupakan upaya untuk merubah perilaku manusia yang dilakukan melalui pendekatan edukatif, pendekatan edukatif diartikan sebagai rangkaian kegiatan yang dilakukan secara sistematis, terencana, serta terarah dengan peran individu, kelompok ataupun masyarakat yang aktif untuk memecahkan masalah dengan memperhitungkan faktor sosial dan budaya setempat. Dalam hal ini penyuluhan pada masyarakat sebagai pendekatan edukatif untuk menghasilkan perilaku maka akan terjadi proses komunikasi antar penyuluh dan masyarakat. Dari hasil proses komunikasi tersebut ingin menciptakan masyarakat yang mempunyai sikap mental dan kemampuan untuk memecahkan masalah yang dihadapinya.

Untuk aspek program (perencanaan) penyuluhan tersebut, diperlukan instrumen untuk perencanaan program dan proyek. Instrumen ini menerjemahkan fitur-fitur dan target ke program perencanaan yang dapat dieksekusi. Program perencanaan ini berisikan daftar tugas beserta jadwal pelaksanaan dan alokasi sumber daya untuk pelaksanaannya. Konsep Johari Window merupakan perwujudan bagaimana seorang berhubungan dengan orang lain yang digambarkan sebagai sebuah jendela yang memiliki empat sel yang masing-masing sel tersebut adalah daerah publik, daerah buta, daerah tersembunyi, dan daerah yang tidak disadari. Adanya perbedaan individu atau kelompok orang maka besarnya masing-masing daerah pada seseorang juga berbeda dengan orang lain maka dari itu dibutuhkan penyuluhan untuk memberikan informasi yang tepat.

Sesuai dengan pengertian yang dijelaskan tersebut, maka penyuluhan pemilihan bahan makanan adalah suatu edukatif untuk menghasilkan perilaku individu atau masyarakat yang diperlukan dalam peningkatan dan pengetahuan dan keterampilan ibu balita. Penyuluhan pengetahuan dan keterampilan terhadap ibu balita adalah upaya menjelaskan, memilih, dan mengolah makanan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam pemilihan bahan makanan sehingga terhindar dari keracunan pangan dan infeksi penyakit.

2. Tujuan penyuluhan

Menurut Roger E untuk mengadakan suatu perubahan pada diri individu perlu ada langkah-langkah yang ditempuh sehingga harapan atau tujuan akhir dari perubahan tercapai. Langkah-langkah tersebut ialah:

1. Tahap *Awareness* (Kesadaran)

Tahap ini merupakan tahap awal yang mempunyai arti bahwa dalam mengadakan perubahan diperlukan adanya kesadaran untuk berubah, jika tidak ada kesadaran maka tidak akan tercipta suatu perubahan.

2. Tahap *Interest* (Ketertarikan)

Tahap yang kedua dalam mengadakan perubahan harus timbul perasaan minat terhadap perubahan yang dikenal. Timbul minat yang mendorong dan menguatkan kesadaran untuk berubah.

3. Tahap *Evaluation* (Evaluasi)

Pada tahap ini terjadi penilaian terhadap suatu yang baru agar tidak terjadi hambatan yang akan ditemukan selama mengadakan perubahan. Evaluasi ini dapat memudahkan tujuan dan langkah dalam melakukan perubahan

4. Tahap *Trial* (Percobaan)

Tahap ini merupakan tahap uji coba terhadap suatu yang baru atau hasil perubahan dengan harapan suatu yang baru dapat diketahui hasilnya sesuai dengan kondisi atau situasi yang ada dan memudahkan untuk diterima oleh lingkungan

5. Tahap *Adoption* (Penerimaan)

Tahap ini merupakan tahap terakhir dari perubahan yaitu proses penerimaan terhadap suatu yang baru setelah dilakukan uji coba dan merasakan adanya manfaat dari suatu yang baru sehingga selalu mempertahankan hasil perubahan.

Dari penjelasan diatas merupakan bagian dari tujuan penyuluhan kesehatan. Secara umum, tujuan penyuluhan adalah sesuatu usaha untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pada masyarakat, khususnya ibu balita dengan cara mengubah perilaku masyarakat kearah yang baik dan sesuai dengan ketentuan terdapat tujuan khusus yaitu:

- a. Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita dengan melalui pemberian penyuluhan memilih bahan makanan yang benar, sehat, dan aman untuk dikonsumsi
- b. Membantu individu, keluarga, dan masyarakat secara keseluruhan berperilaku positif berhubungan dengan hygiene dan pemilihan bahan makanan.

3. Metode penyuluhan

Berdasarkan kamus besar bahasa indonesia Edisi 1 (1997), metode penyuluhan adalah cara kerja bersistem untuk memudahkan

suatu kegiatan guna mencapai tujuan yang ditentukan. Menurut Supriasa (2013), metode pendidikan kesehatan adalah setiap cara, teknik, maupun media yang terencana yang diharapkan berdasarkan prinsip-prinsip yang dianut. Menurut Notoatmojo (2010), metode yang dapat dipergunakan dalam memberikan penyuluhan kesehatan adalah:

a. Metode ceramah

Ceramah adalah salah satu cara penyuluhan kesehatan masyarakat di mana petugas menerangkan atau menjelaskan secara lisan disertai dengan tanya jawab dan diskusi pada kelompok pendengar sebagai audience. Ceramah adalah penyampaian atau menjelaskan suatu pengertian atau pesan secara lisan yang sudah dipersiapkan terlebih dahulu oleh seseorang pembicara kepada kelompok pendengar dengan dibantu beberapa alat peraga yang diperlukan. Ceramah pada hakikatnya adalah transfer informasi dari penyuluh kepada sasaran peserta penyuluhan.

b. Metode diskusi kelompok

Menurut Supriasa (2012), Diskusi kelompok adalah percakapan yang direncanakan atau dipersiapkan diantara tiga atau dua orang atau lebih topik tertentu dengan seorang pemimpin. Dalam diskusi kelompok beberapa orang mempunyai minat bersama terhadap suatu permasalahan, bertemu dan bertukar pikiran. Tujuan dengan menggunakan metode diskusi ialah mencari dan menemukan pemecahan suatu masalah, menetapkan rencana bersama, bertukar pikiran dan perasaan, mendorong partisipasi peserta.

c. Metode curah pendapat

Suatu bentuk pemecahan masalah di mana setiap anggota mengusulkan semua kemungkinan pemecahan masalah yang terpikirkan oleh masing-masing peserta, dan evaluasi atas pendapat-pendapat tadi dilakukan kemudian.

d. Metode panel

Pembicaraan yang telah direncanakan di depan pengunjung atau peserta tentang sebuah topik, diperlukan 3 orang atau lebih panelis dengan seorang pemimpin.

e. Metode bermain peran

Memerankan sebuah situasi dalam kehidupan manusia dengan tanpa diadakan latihan, dilakukan oleh dua orang atau lebih untuk dipakai sebagai bahan pemikiran oleh kelompok.

f. Media demonstrasi

Suatu cara untuk menunjukkan pengertian, ide dan prosedur tentang sesuatu hal yang telah dipersiapkan dengan teliti untuk memperlihatkan bagaimana cara melaksanakan suatu tindakan, adegan dengan menggunakan alat peraga. Metode ini digunakan terhadap kelompok yang tidak terlalu besar jumlahnya.

g. Metode Simposium

Serangkaian ceramah yang diberikan oleh 2 sampai 5 orang dengan topic yang berlebihan tetapi saling berhubungan erat.

h. Metode seminar

Suatu cara di mana sekelompok orang berkumpul untuk membahas suatu masalah dibawah bimbingan seorang ahli yang menguasai bidangnya.

4. Faktor yang mempengaruhi penyuluhan

Keberhasilan suatu penyuluhan kesehatan dapat dipengaruhi oleh faktor berikut:

1) Faktor Penyuluh

Faktor penyuluh, misalnya kurang persiapan, kurang menguasai materi yang akan dijelaskan, penampilan kurang meyakinkan sasaran, bahasa yang digunakan kurang dapat dimengerti oleh sasaran, suara terlalu kecil dan kurang dapat didengar serta penyampaian materi penyuluhan terlalu monoton sehingga membosankan.

2) Faktor Sasaran

Faktor sasaran, misalnya tingkat pendidikan terlalu rendah sehingga sulit menerima pesan yang disampaikan, tingkat sosial ekonomi terlalu rendah sehingga tidak begitu memperhatikan pesan-pesan yang disampaikan karena lebih memikirkan kebutuhan yang lebih mendesak, kepercayaan dan adat kebiasaan yang telah tertanam

sehingga sulit untuk mengubahnya, kondisi lingkungan tempat tinggal sasaran yang tidak mungkin terjadi perubahan perilaku.

3) Faktor Proses dalam Penyuluhan

Faktor proses dalam penyuluhan, misalnya waktu penyuluhan tidak sesuai dengan waktu yang diinginkan sasaran, tempat penyuluhan dekat dengan keramaian sehingga mengganggu proses penyuluhan yang dilakukan, jumlah sasaran penyuluhan yang terlalu banyak, alat peraga yang kurang, metoda yang digunakan kurang tepat sehingga membosankan sasaran serta bahasa yang digunakan kurang dimengerti oleh sasaran.

5. Faktor penentu kesuksesan penyuluhan

Dalam (Nurmala & KM, 2020) dijelaskan bahwa faktor yang menjadi penentu kesuksesan dari kegiatan penyuluhan adalah ketepatan dalam penentuan sasaran kegiatan. Hal ini disebabkan oleh indikator keberhasilan kegiatan penyuluhan adalah apabila pesan dapat diterima dengan baik serta adanya umpan balik yang diberikan oleh sasaran kegiatan sesuai dengan tujuan yang ditetapkan oleh penyuluh. Effendy (1998) menyebutkan faktor yang berpengaruh terhadap keberhasilan kegiatan yang dilakukan sebagai berikut;

3) Pendidikan

Pendidikan berpengaruh terhadap pola pikir dan pandangan mengenai pesan kesehatan yang diterima oleh sasaran penyuluhan kesehatan. Astinya, apabila sasaran memiliki Pendidikan yang lebih tinggi maka akan lebih mudah dalam penerimaan dan penanaman pesan kesehatan yang disampaikan penyuluh.

4) Tingkat sosial ekonomi

Sasaran penyuluhan dengan tingkat sosial ekonomi yang tinggi akan mempermudah penerimaan pesan kesehatan yang baru disampaikan oleh penyuluh dibanding dengan sasaran dengan tingkat sosial ekonomi yang lebih rendah.

5) Adat istiadat

Adat istiadat dari sasaran penyuluhan memberikan pengaruh terhadap penerimaan informasi baru. Hal ini disebabkan oleh masyarakat yang

menjadi sasaran kegiatan tetap memerhatikan dan menghormati tradisi yang berkembang di masyarakat.

6) Keyakinan

Sasaran penyuluhan yang menjadi focus kegiatan akan menerima dan meyakini pesan kesehatan serta mau melaksanakan pesan tersebut apabila pesan yang diberikan berasal dari orang dengan kedekatan tersendiri dengan sasaran yang sudah dipercaya oleh sasaran penyuluhan.

7) Kesiapan waktu pelaksanaan

Pemberian pesan kesehatan sebaiknya mengindahkan dan memikirkan baik-baik kesiapan waktu yang dimiliki oleh sasaran agar bisa berhadir dalam kegiatan penyampaian pesan kesehatan, sehingga pesan yang akan sampai pada sasaran yang berhadir.

6. Keterampilan menyuluh

Terdapat 7 keterampilan menyuluh yang harus dikuasai oleh penyuluh. keterampilan tersebut yaitu sebagai berikut (Supriasa, 2012):

1) Keterampilan membuka

Keterampilan membuka penyuluhan merupakan usaha yang dilakukan oleh seorang penyuluh untuk mendapatkan prakondisi yang baik bagi sasaran sehingga mental dan perhatian terpusat pada hal-hal yang akan dipelajari dan memudahkan sasaran memahami materi. Strategi yang dapat dilakukan oleh penyuluh yaitu:

- a. Menarik perhatian dengan cara berpenampilan baik, materi dan alat peraga yang menarik serta intonasi suara yang baik.
- b. Menimbulkan motivasi dengan cara menyampaikan mengapa materi yang akan disampaikan sangat penting untuk diketahui.
- c. Membuat kaitan dapat dilakukan dengan dihubungkan dengan materi sebelumnya atau dikaitkan dengan kehidupan sehari-hari.
- d. Menetapkan acuan dapat dilakukan seperti menyebutkan materi apa saja yang akan disampaikan dan sistematikanya.

2) Keterampilan menjelaskan

Ketidak jelasan dalam penyampaian materi dapat memunculkan banyak perbedaan interpretasi dari sasaran

penyuluhan. Penyebabnya adalah penggunaan bahasa yang tidak awam atau susah dipahami sasaran, sistematika materi yang kurang baik, penjelasan yang tidak langsung pada intinya dan penyuluh yang tidak siap. Dalam mencegah terjadinya masalah masalah ini, penyuluh dapat membuat satuan penyuluhan (satpel).

3) Keterampilan bertanya

Keterampilan bertanya merupakan keterampilan yang penting agar sasaran tidak bosan dan dapat menciptakan suasana penyuluhan yang lebih bermakna. Pertanyaan yang baik dapat memiliki makna positif terhadap sasaran seperti:

- a. Meningkatkan partisipasi sasaran.
- b. Meningkatkan rasa keingintahuan sasaran.
- c. Mengembalikan fokus sasaran ke materi yang disampaikan.
- d. Meningkatkan kemampuan berpikir kreatif sasaran

4) Keterampilan memberi penguatan

penguatan adalah respons yang diberikan oleh seorang penyuluh untuk memberikan dorongan yang positif sehingga sasaran merasa terdorong untuk memberikan respons setiap diberikan stimulus.

5) Keterampilan mengelola penyuluhan

keterampilan penyuluh dalam mengelola penyuluhan diartikan ketika penyuluh dapat menciptakan dan memelihara kondisi penyuluhan tetap kondusif dan mengembalikan suasana jika terdapat hal yang mengganggu penyuluhan

6) Keterampilan bervariasi

keterampilan seorang penyuluh untuk menjaga suasana penyuluhan tetap menarik perhatian dan tidak membosankan sehingga sasaran tetap antusias mengikuti penyuluhan.

7) Keterampilan menutup

penyuluhan adalah suatu keterampilan dalam memberikan gambaran tentang apa saja yang telah dipelajari selama penyuluhan dan kaitannya dengan pengalaman sebelumnya atau pengalaman dalam kehidupan sehari-hari.

F. Media Penyuluhan Video

Media adalah perantara atau pengantar dari pengirim kepada penerima pesan (Azgar Arsyad, 2016). Dalam proses belajar kehadiran media mempunyai arti yang cukup penting. Karena dalam kegiatan tersebut ketidak jelasan abhan yang disampaikan dapat dibantu dengan menghadirkan media sebagai perantara. Keruhmitan bahan yang akan disampaikan kepada ibu balita dapat disederhanakan dengan menggunakan media.

1. Pengertian video

Menurut Wina Sanjaya (2014), media audio visual adalah jenis media yang mengandung unsur suara dan gambar yang bisa dilihat, seperti misalnya rekaman video, berbagai film, slide suara dan lain sebagainya.

Menurut Syaiful Bahari Djamarah, dkk (2013) media audio visual adalah media yang mempunyai unsur suara dan gambar. Jenis media ini memiliki kemampuan yang lebih baik, karena meliputi kedua media pertama dan kedua.

Saat ini media audio visual jenis video banyak digunakan untuk meningkatkan tingkat pengetahuan dan keterampilan ibu balita. Media audio visual merupakan media untuk menyampaikan pesan yang dapat mengaktifkan indra penglihatan dan indra pendengar dari sasaran karena media audio visual merupakan jenis media yang mengandung unsur suara yang dapat didengar dan unsur gambar yang dapat dilihat. Menurut Ernawati,A (2022) bentuk dari media audio visual diantaranya yaitu rekaman video, film, slide suara, dan lain sebagainya.

Dari beberapa pendapat diatas dapat diasumsikan bahwa media audio visual adalah media yang memiliki unsur suara dan gambar yang digunakan sebagai perantara dalam menyampaikan pesan penyuluh kepada responden atau audience diharapkan menyampaikan pesan untuk mencapai tujuan penyuluhan.

2. Fungsi media video

Media video merupakan salah satu ide yang sangat tepat dalam menyiasati kejenuhan karena merasa media pembelajaran yang monoton. Media video mempunyai berbagai macam fungsi, diantaranya :

- a. Fungsi atensi yaitu media video dapat menarik perhatian dan mengarahkan konsentrasi audiens pada materi video.
- b. Fungsi afektif yaitu media video mampu menggugah emosi dan sikap audiens.
- c. Fungsi kognitif dapat mempercepat pencapaian tujuan pembelajaran untuk memahami dan mengingat pesan atau informasi yang terkandung dalam gambar atau lambang.
- d. Fungsi kompensatoris adalah memberikan konteks kepada audiens yang kemampuannya lemah dalam mengorganisasikan dan mengingat kembali informasi yang telah diperoleh.

Dengan demikian media video dapat membantu audiens yang lemah dan lambat menangkap sesuatu informasi atau pesan menjadi lebih mudah dalam menerima dan memahami inovasi yang disampaikan, hal ini disebabkan karena video mampu mengkombinasikan antara visual (gambar) dengan audio (suara) (Pera Nufathiyah, et al, (2011)).

3. Jenis media video

Pada proses belajar kehadiran media mempunyai arti yang cukup penting, karena dalam kegiatan tersebut ketidakjelasan bahasa yang akan disampaikan dapat dibantu dengan menghadirkan media sebagai perantara. Media inilah yang akan memudahkan peserta didik dalam mencerna informasi pengetahuan yang disampaikan. Media video diklarifikasikan menjadi 2 jenis, yaitu:

a. Video gerak

Media video gerak adalah media instruksional modern yang sesuai dengan perkembangan zaman karena meliputi penglihatan, pendengaran, dan Gerakan, serta menampilkan gambar yang bergerak. Jenis media yang termasuk kelompok ini ialah televisi, video tape, dan film bergerak.

b. Media video diam

Media video diam yaitu media yang menampilkan suara dan gambar diam, seperti: film bingkai suara, film rangkai suara

4. Karakteristik media video

Menurut Busi Purwanti dalam penelitiannya yang berjudul "Pengembangan Media Video Pembelajaran Matematika Dengan Model Assure" (2015) menyatakan bahwa Karakteristik media video pembelajaran yaitu menghasilkan video pembelajaran yang mampu meningkatkan motivasi dan efektifitas penggunaannya maka vide pembelajaran harus memperhatikan karakteristik dan kriterianya, karakteristik video pembelajaan yaitu :

a. *Clarity of message* (Kejelasan Pesan)

Dengan media video para ibu dapat memahami pesan pembelajaran secara lebih bermakna dan informasi dapat diterima secara utuh sehingga dengan sendirinya informasi akan tersimpan ke dalam memori jangka panjang dan bersifat retensi

b. *Stand Alone* (Berdiri Sendiri)

Video yang dikembangkan tidak bergantung pada bahan ajar yang lain atau tidak harus digunakan bersama-sama dengan bahan ajar yang lain.

c. *User Friendly* (Akrab Dengan Pemakainya)

Media video menggunakan bahasa yang sederhana, mudah dimengerti, dan menggunakan bahasa umum

d. Representasi Isi

Materi harus benar-benar representatif, misalnya materi simulasi atau monstrasi. Pada dasarnya materi pelajaran baik sosial maupun sains dibuat menjadi media video.

e. Visualisasi Dengan Media

Materi dikemas secara multimedia terdapat dhdalamnya teks, animasi, sound. dan video sesuai tuntutan materi. Materi-materi yang digunakan bersifat aplikatif, berproses, sulit terjangkau berbahaya apabila langsung dipraktikkan, memiliki tingkat keakurasian tinggi.

f. Menggunakan Kualitas Resolusi Yang Tinggi

Tampilan berupa grafis media video yang dibuat dengan teknologi rekayasa digital dengan resolusi tinggi dan tetap support system computer.

5. Kelebihan dan kekurangan media video

Kebelian media audio visual jenis vidio antara lain dapat menyampaikan objek atau peristiwa seperti keadaan aslinya. Metode audio visual juga dapat menyajikan materi yang sifatnya teoritis menjadi praktis. Oleh sebab itu, informasi yang disampaikan melalalui video dapat dipahami secara mudah dan komprehensif dan memberi efek motivasi dalam proses pembelajaran Ernawati, A. (2022).

Menurut Simamora, R. H., & Saragih, E. (2019), ada beberapa kelebihan penggunaan media audio visual dalam peroses penyuluhan diantaranya:

- a. Makna lebih jelas sehingga dapat lebih mudah dipahami masyarakat
- b. Penyampaian lebih bervariasi, tidak hanya komunikasi verbal melalui penuturan kata-kata penulis
- c. Masyarakat akan lebih mengamati, tidak hanya mendengar saja
- d. Penyampaian akan lebih menarik perhatian masyarakat sehingga dapat menumbuhkan motivasi masyarakat dalam melakukan pola hidup yang sehat.
- e. Meningkatkan belajar lebih bervariasi sehingga dapat menambah motivasi.
- f. Menarik dan tidak monoton.
- g. Mudah disebarakan dan diakses.

Menurut Simamora, R. H., & Saragih, E. (2019), kekurangan dari pelaksanaan media audio visual penyuluhan yaitu :

- a. Pengadaanya memerlukan biaya mahal
- b. Sifat komunikasi satu arah dan harus diimbangi dengan pencarian bentuk umpan balik yang lain
- c. Kejelasan suara kadang-kadang kurang
- d. Memerlukan waktu untuk persiapan membuatnya

- e. Tergantung pada energi listrik sehingga tidak dapat dihidupkan di segala tempat.
- f. Memerlukan media seperti handphone, televisi, computer, atau laptop dll
- g. Sifat komunikasi searah, sehingga tidak dapat memberi peluang untuk terjadi umpan balik.

6. Proses pembuatan video

Video dibuat memiliki tujuan yaitu menyampaikan sebuah pesan yang dapat diterima dan mudah diingat bagi setiap orang yang menontonnya. Sehingga video umumnya digunakan untuk kepentingan umum dengan berbagai isi pesan yang disampaikan. Video juga digunakan sebagai media untuk belajar bagi setiap jenjang pendidikan. Dimulai dari siswa jenjang sekolah dasar hingga pelajar jenjang pendidikan tinggi seringkali menggunakan video dalam kegiatan belajar. Dalam dunia pendidikan hal tersebut disebut dengan istilah *video based learning* atau belajar berbasis video. *Video based learning* adalah penyampaian pengetahuan dan keterampilan dengan menggunakan video. Video harus memiliki dua elemen yaitu visual dan audio. Elemen visual berguna untuk menyediakan sumber utama informasi yang mudah dipahami dan dilarkaskan dengan elemen audio yang digunakan untuk menguraikan informasi. Berikut cara membuat video :

- a. Mempelajari materi
Hal pertama yang dilakukan adalah mempersiapkan materi yang akan disampaikan pada saat video berlangsung.
- b. Membuat skenario
Langkah kedua adalah membuat skenario hal ini berfungsi sebagai pengarah dari dialog dan juga topik yang dibawakan agar pada saat proses rekaman dapat berjalan lancar.
- c. Menyiapkan peraga atau ilustrasi
Proses yang ketiga adalah menyiapkan ilustrasi atau alat peraga seperti alat masak, bahan makanan, dan bumbu makanan.

d. Rekaman dan take video

Proses pembuatan video yang ke empat adalah rekaman dubing suara yang dilakukan di tempat yang tenang dan sunyi agar hasil suara yang dihasilkan dapat jernih dan bagus.

e. Editing

Proses yang selanjutnya adalah editing dalam hal ini editing sangat berperan penting dalam pembuatan video penyuluhan, terdapat beberapa aplikasi editing video yang ada salah satunya yang penulis pakai adalah aplikasi capcut untuk mengedit bagian animasi yang terdapat didalam video penyuluhannya.

7. Durasi pembuatan video

Menurut penelitian Elisa dkk (2018), durasi video yang dianggap ideal adalah 5-10 menit. Hal tersebut dikarenakan beberapa pertimbangan, seperti : agar responden dapat tetap fokus dan agar penyaji tidak terlalu cepat dalam menyampaikan materi. Video dengan durasi yang panjang dapat membuat bosan penontonnya, karena attention span pebelajar yang kian berkurang.

Selain itu, menurut Guo et al dalam Brame (2016), video pembelajaran dengan durasi kurang dari 6 menit, responden cenderung melihat seluruh isi video pembelajaran dengan persentase sebesar 100%. Ketika durasi video diperpanjang dengan durasi 9 menit sampai 12 menit, responden cenderung melihat setengah isi video pembelajaran dengan persentase sebesar 50%. Ketika durasi video diperpanjang lagi dengan durasi 12 menit hingga 40 menit, responden cenderung melihat seperlima isi video pembelajaran dengan persentase sebesar 20%. Sedangkan menurut Bevan (2017), video dengan durasi pendek sekitar 5 menit sampai 10 menit, dapat membantu responden mempelajari informasi tanpa kelebihan beban atau kehilangan fokus. Video dengan durasi lebih panjang juga efektif, namun durasinya tidak lebih dari 30 menit.

8. Plat form group *whatsApp*

Kemajuan teknologi memberikan sarana-sarana baru yang lebih baik untuk mendukung komunikasi dalam kehidupan sosial. Media sosial merupakan alat berbasis internet yang membantu penggunanya dalam berkomunikasi dan berhubungan dan berkolaborasi. Oleh karena itu media sosial dapat difungsikan sebagai media penyuluhan Ernawati, A. (2022). Keunggulan dari media sosial ialah dapat memperluas jangkauan penyampaian pesan dengan biaya yang murah dan efisien waktu.

Salah satu aplikasi yang banyak digunakan adalah aplikasi *whatsaap*. Jumlah pengguna *whatsApp* di dunia meningkat sejak september 2015. *WhatsApp* merupakan teknologi *Instan Messenger* yang menggunakan data internet dengan fitur pendukung yang lebih menarik dan mudah untuk digunakan. Aplikasi *whatsApp* sangat membantu penyuluhan di era digital (Jumiatmoko, 2016). Hampir 40 % penduduk di Indonesia sudah menggunakan *whatsApp* sebagai sarana komunikasi. *WhatsApp* memiliki banyak keunggulan diantaranya dapat mengirimkan tulisan, gambar, video audio, dan pesan suara dengan mudah. Oleh karena itu *whatsApp* dapat menjadi alternatif media untuk menyampaikan penyuluhan.

Group *whatsApp* dipilih sebagai salah satu media komunikasi penyuluhan, karena ditinjau dari sisi jumlah pengguna, fungsi dan cara penggunaannya dimana penyuluh dapat berbagi (*sharing*) materi penyuluhan dalam bentuk video, gambar, pdf, ppt, doc, xls, audio secara langsung dan meminta tanggapan (*jawaban*) dari peserta group (*peserta penyuluhan*). Karena dengan melalui group tersebut apapun yang diposting oleh penyuluh atau peserta penyuluh akan langsung dapat diakses oleh peserta group yang sedang online. Selain itu penyuluh juga dapat melihat responden siapa saja yang sudah melihat atau membaca informasi atau materi yang telah diberikan oleh penyuluh. Namun menggunakan media group *whatsApp* juga mempunyai kekurangan yaitu kita tidak tahu secara langsung siapa responden yang sudah mengisi kuisisioner ataupun belum mengisi kuisisioner dengan demikian kuisisioner dishare dengan menggunakan *google form* agar diketahui responden yang sudah mengisi dan belum.

Google form merupakan salah satu komponen layanan *Google Doct.* Untuk seorang akademis, *google form* dapat digunakan untuk melakukan kuis online, survei tentang efektivitas pengajaran, menggumpulkan jawaban pertanyaan terbuka dan sebagainya aplikasi ini sangat cocok untuk berbagai kalangan. Fitur ini dapat dibagikan ke orang lain secara terbuka atau khusus kepada pemilik akun google dengan pilihan aksesibilitas seperti, read only (hanya dapat membaca) atau editable (dapat mengedit dokumen). Formulir dapat dengan mudah diterbitkan di web dengan melalui url khusus yang dihasilkan oleh *google* dan dapat disematkan di blok atau situs web Sianipar, A. Z. (2019). *WhatsApp* dapat menjadi media pilihan dalam penyebaran informasi atau penyuluhan karena mudah dan semua media baik cetak, audio, maupun video dapat dikombinasikan bersama-sama. Semua alat indra bisa dioptimalkan untuk menerima pesan-pesan yang diberikan penyuluh melalui *WhatsApp* group.