

# PENGARUH PENYULUHAN GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN PERILAKU IBU TENTANG GIZI SEIMBANG BALITA KOTA BANDA ACEH

Cut Rizki Azria, Husnah

**Abstrak.** Tingginya kasus malnutrisi di Indonesia menunjukkan masih rendahnya tingkat kesadaran masyarakat mengenai gizi. Menu seimbang sangat penting terutama pada awal pertumbuhan balita. Pengetahuan ibu yang rendah tentang penyediaan menu seimbang untuk balita dapat berpengaruh terhadap pemberian makanan anak balita. Penelitian ini bertujuan mengetahui perubahan pengetahuan dan perilaku ibu sebelum dan sesudah penyuluhan gizi seimbang. Penelitian dilakukan di Posyandu Lampaseh Aceh tanggal 12 September sampai 31 Oktober 2015. Penelitian eksperimental dengan desain *pretest-posttest control group*. Uji statistik menggunakan uji T dengan 2 sampel bebas pada 60 sampel yang dipilih secara *probability sampling* dengan teknik *simple random sampling*. Hasil Penelitian didapatkan kelompok kontrol 15 orang (50%) pengetahuan baik, meningkat menjadi 17 orang (56,7%) setelah 5 hari tanpa penyuluhan. Kelompok intervensi 17 orang (56,7%) pengetahuan baik, setelah penyuluhan meningkat menjadi 22 orang (56,4%). Perilaku ibu tanpa penyuluh dari kelompok kontrol 14 orang (53,8%) perilaku baik, meningkat menjadi 16 orang (47,1%). Kelompok intervensi perilaku baik sebelum penyuluhan 12 orang (46,2%) setelah penyuluhan meningkat menjadi 18 orang (52,9%). Kesimpulan ada perbedaan pengetahuan antara kelompok kontrol yang tidak diberi penyuluhan gizi dengan kelompok intervensi yang diberi penyuluhan gizi ( $p=0,001$ ) dan ada perbedaan perilaku ibu kelompok kontrol yang tidak diberi penyuluhan gizi dengan kelompok intervensi yang diberi penyuluhan gizi ( $p=0,029$ ). (JKS 2016; 2: 87-92)

**Kata kunci :** Penyuluhan Gizi, Pengetahuan, Perilaku, Gizi Seimbang Balita

**Abstract.** The high incidence of malnutrition in Indonesia shows that the public awareness about nutrient is still low. Balance nutrient is important especially at the early growth of child. The lack knowledge of mother about balance nutrient for child can affect the way child's feeding. This study aims to determine the changes of knowledge and behavior of mother before and after nutrient balancing counseling. The study is conducted in community health center (posyandu) of Lampaseh, Banda Aceh on September 12<sup>nd</sup> to October 31<sup>st</sup> 2015. This is experimental study with pretest-posttest control group design. Statistic test in this study is using T-test with two independent samples from 60 selected samples with simple random sampling. The result shows that control group, 15 samples (50%) with good knowledge is increase to 17 samples (56,7%) after five days without counseling. The intervention group, 17 samples (56,7%) with good knowledge is increase to 22 samples (56,4%) after counseling. The behavior of mother without counseling from control group, 14 samples (53,8%) with good behavior is increase to 16 samples (47,1%) whereas the intervention group, 12 samples (46,2%) with good behavior is increase to 18 samples (52,9%). Conclusion: There is difference of knowledge between control group without counseling and intervention group with counseling ( $p=0,001$ ) and there is difference of behavior control group without counseling and intervention group with counseling ( $p=0,029$ ). (JKS 2016; 2: 87-92)

**Keywords:** Nutrient counseling, Knowledge, Behavior, Balita Nutrient balancing

## Pendahuluan

Keadaan gizi yang baik akan meningkatkan kesehatan individu dan masyarakat. Keadaan gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal serta perkembangan fisik dan kecerdasan bagi bayi, anak-anak, remaja, dan semua kelompok umur.<sup>1</sup>

Tingginya kasus malnutrisi di Indonesia menunjukkan masih rendahnya tingkat kesadaran masyarakat mengenai gizi. Kurangnya pengetahuan dan salah persepsi tentang

kebutuhan pangan dan nilai pangan adalah umum dijumpai setiap negara di dunia. Pengetahuan gizi yang kurang berdampak kurangnya pengetahuan atau informasi tentang gizi untuk menerapkan informasi tersebut di kehidupan sehari-hari.<sup>2,3</sup>

Prevalensi status gizi baik di Indonesia masih rendah, prevalensi balita kurus dan sangat kurus 12.1% dan prevalensi balita gemuk 11.9%. Pada anak usia 5-10 tahun berdasarkan IMT/U 11.1 % mengalami kekurusan serta 7.3% mengalami kegemukan. Pada penduduk usia di atas 18 tahun pada penilaian menggunakan indeks massa tubuh (IMT) menunjukkan terjadinya kekurusan

---

Cut Rizki Azria adalah Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala  
Husnah adalah Dosen bagian ilmu gizi Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala

sebanyak 8.7%, berat badan lebih 13.5% dan obesitas 15.4%.<sup>4</sup>

Penelitian oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2013, dari 33 Provinsi di Indonesia, 16 provinsi masih memiliki prevalensi gizi kurang salah satu adalah Aceh dengan peringkat ke tujuh ini menunjukkan bahwa prevalensi gizi kurang balita di Aceh mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya Aceh menduduki peringkat ke 10 gizi kurang.<sup>5</sup>

Perilaku ibu dalam pemenuhan nutrisi mencakup preferensi makanan, perilaku makan, dan asupan energi yang sangat berkaitan dengan status gizi dari anak. Perilaku ibu meliputi pengetahuan, sikap dan tindakan dalam pemenuhan nutrisi adalah salah satu faktor penyebab masalah gizi balita. Dari hasil survei pada ibu dalam pemenuhan nutrisi balita menggambarkan bahwa, 63% ibu memiliki pengetahuan kurang, 50% ibu sering mengikuti kemauan balita dalam memilih makanan termasuk jajanan, sedangkan 75% ibu memberikan makanan tanpa memperhatikan kandungan gizinya.<sup>6</sup> Pengetahuan dapat mempengaruhi sikap seseorang, sedangkan sikap dapat mempengaruhi perubahan perilaku seseorang.<sup>7</sup>

Salah satu upaya menanggulangi masalah gizi melalui peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku seseorang dengan melakukan penyuluhan gizi. Penyuluhan gizi merupakan suatu prinsip pemasaran yang bersifat edukatif untuk memperbaiki kesadaran gizi dan menghasilkan perilaku peningkatan gizi yang baik.<sup>8</sup> Ibu sangat berperan dalam terbentuknya pola perilaku makan balita, sehingga diharapkan terjadi perubahan perilaku dalam pemilihan makan pada balita. Hasil penelitian Dyah (2012), terdapat pengaruh penyuluhan gizi terhadap peningkatan pengetahuan dan pemberian makanan tambahan yang baik untuk balita.<sup>8</sup>

Upaya menanggulangi tingginya kasus gizi kurang atau lebih maka dibutuhkan penyuluhan gizi kepada masyarakat khususnya ibu yang lebih berperan dalam penyediaan makanan dalam keluarga.

### Metode

Jenis dan rancangan penelitian adalah eksperimental dengan desain *Pretest-Posttest Control Group*. *Pretest-Posttest Control Group* terdapat dua kelompok yang dipilih secara

random kemudian diberi pretest untuk mengetahui keadaan awal adakah perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, diikuti intervensi pada kelompok eksperimen. Intervensi yang dilakukan dengan memberikan penyuluhan gizi kepada ibu-ibu yang membawa balita ke posyandu yang menjadi sampel penelitian. Data penelitian didapatkan dari pengisian kuesioner sebelum dan sesudah intervensi pada dua kelompok ibu-ibu yang dipilih secara random.

Penelitian dilaksanakan di Posyandu desa Lampaseh Aceh Kecamatan Meuraxa Kota Banda Aceh, tanggal 15 September sampai 31 Oktober 2015. Sampel adalah ibu yang membawa balita ke posyandu yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Pengambilan sampel secara *non probability sampling* dengan teknik *Simple Random Sampling*.

Kriteria inklusi adalah ibu dan anak balita yang tinggal di desa Lampaseh Aceh, Ibu yang mempunyai anak berumur 1-5 tahun, bersedia menjadi responden dan menandatangani surat persetujuan. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah ibu dan anak balita yang sedang sakit.

Setelah menentukan sampel, maka sampel dipilih secara acak dan mengelompokkan menjadi kelompok kontrol dan intervensi, dan melakukan pre-test pada kedua kelompok dengan cara membagi kuesioner rumah ke rumah dengan teknik wawancara terpimpin, selanjutnya melakukan penyuluhan pada kelompok intervensi, dan setelah 5-10 hari melakukan post-test pada kedua kelompok.<sup>9</sup>

Hasil di analisis dengan secara univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan analisis bivariat menggunakan uji T 2 sampel bebas untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen.<sup>10</sup>

### Hasil & Pembahasan

Setelah di dapatkan sampel sebanyak 60 ibu balita yang di bagi menjadi 2 kelompok yaitu 30 kontrol dan 30 diintervensi, maka di dapatkan hasil sebagai berikut.

#### 1. Karakteristik Umum Subyek Penelitian

Karakteristik umum subyek penelitian meliputi pekerjaan, pendidikan, dan umur ibu dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1 Karakteristik Umum Subyek Penelitian**

Karakteristik	Kontrol		Intervensi	
	Frekuensi (n)	Persentase (%)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>Umur Ibu</b>				
17-25 tahun	4	13,3	5	16,7
26-35 tahun	23	76,7	23	76,7
36-25 tahun	3	10,0	2	6,7
<b>Pendidikan</b>				
SD	4	13,3	1	3,3
SMP/Sederajat	2	6,7	5	16,7
SMA/Sederajat	14	46,7	16	53,3
PT	10	33,3	8	26,7
<b>Pekerjaan</b>				
IRT	23	76,7	23	76,7
Wiraswasta	4	13,3	5	16,7
PNS	3	10,0	2	6,6
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

Hasil dari tabel 1 didapatkan mayoritas responden bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 46 orang (76,7%), tingkat pendidikan terbanyak adalah SMA/ sederajat yaitu 30 orang (50,0%), dan ibu dengan umur 26-35 tahun sebanyak 46 orang (76,7%).

*2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang*

Perbedaan tingkat pengetahuan gizi seimbang ibu pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan, dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang**

Tingkat Pengetahuan	Pretest				Posttest			
	Kontrol		Intervensi		Kontrol		Intervensi	
	n	%	n	%	n	%	n	%
<b>Baik</b>	15	50	17	56,7	17	56,7	22	73,3
<b>Kurang Baik</b>	15	50	13	43,3	13	43,3	8	26,7
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

Tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu yang baik tentang gizi seimbang sebelum diberi penyuluhan pada kelompok kontrol 15 orang (50%) dan 17 orang (56,7%) kelompok intervensi. Setelah dilakukan penyuluhan terjadi peningkatan yaitu kelompok kontrol menjadi 17 orang (56,7%) dan kelompok intervensi menjadi 22 orang (73,3%).

*3. Distribusi Frekuensi Tingkat Perilaku Gizi Seimbang*

Perbedaan tingkat perilaku ibu tentang gizi seimbang pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan, dapat dilihat pada tabel 3

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi Tingkat Perilaku Gizi Seimbang**

Tingkat Perilaku	Pretest				Posttest			
	Kontrol		Intervensi		Kontrol		Intervensi	
	n	%	n	%	n	%	n	%
<b>Baik</b>	14	46,7	16	53,3	16	40,0	18	60,0
<b>Kurang Baik</b>	16	53,3	14	46,7	18	60,0	12	40,0
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

Tabel 3 menunjukkan bahwa tingkat perilaku ibu baik tentang praktik gizi seimbang sebelum penyuluhan pada kelompok kontrol 14 orang (46,7%) dan kelompok intervensi 12 orang

(40,0%) setelah dilakukan penyuluhan terjadi peningkatan yaitu pada kelompok kontrol menjadi 16 orang (53,3%) dan kelompok intervensi menjadi 18 orang (60,0%).

4. Pengaruh Penyuluhan Gizi terhadap Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang Balita

Pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan ibu dapat dilihat pada tabel 4

**Tabel 4 Pengaruh Penyuluhan Gizi terhadap Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang Balita**

Pengetahuan	n	Mean	t-hitung	t- tabel	P
Kelompok Intervensi	30	3,133	3,338	2,045	0,001
Kelompok Kontrol	30	1,466			

Tabel 4 menunjukkan bahwa hasil uji statistik didapatkan nilai t-hitung > t-tabel (3,338 > 2,045) dengan p-value 0,001 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan

gizi seimbang terhadap pengetahuan ibu antara kelompok kontrol yang tidak diberi penyuluhan dengan kelompok intervensi yang diberi penyuluhan.

5. Pengaruh Penyuluhan Gizi terhadap Perilaku Ibu tentang Gizi Seimbang Balita

Pengaruh penyuluhan gizi terhadap perilaku ibu dapat dilihat pada tabel 5.

**Tabel 5 Pengaruh Penyuluhan Gizi terhadap Perilaku Ibu tentang Gizi Seimbang Balita**

Variabel Perilaku	n	Mean	t- hitung	t- tabel	P
Kelompok Intervensi	30	4,466	2,244	2,045	0,029
Kelompok Kontrol	30	2,183			

Tabel 5 menunjukkan bahwa hasil uji statistik didapatkan nilai t-hitung > t-tabel (2,244 > 2,045) dengan p-value 0,029 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan gizi seimbang terhadap perilaku praktik gizi

seimbang ibu antara kelompok kontrol yang tidak diberi penyuluhan gizi seimbang dengan kelompok intervensi yang diberi penyuluhan gizi seimbang.

**PEMBAHASAN**

1. Pengetahuan Gizi Seimbang

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberi penyuluhan kesehatan tentang gizi seimbang hanya sebahagian ibu yang memiliki tingkat pengetahuan baik pada kelompok kontrol (50%) dan kelompok intervensi (56,7%). Setelah diberikan penyuluhan kesehatan tingkat pengetahuan ibu dalam kategori baik pada kelompok intervensi menunjukkan peningkatan lebih tinggi sebesar (73,3%) dibandingkan dengan kelompok kontrol (56,7%). Hal ini menjelaskan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pada ibu tentang gizi seimbang balita setelah dilakukan penyuluhan kesehatan.

pengetahuan tentang gizi akan mengakibatkan status gizi anak balita menjadi menurun.

Pengetahuan gizi seimbang dapat tercermin pada cara ibu memilih bahan makanan untuk kebutuhan keluarganya. Oleh sebab itu pengetahuan gizi dan keterampilan ibu dalam memilih makanan sangat berpengaruh terhadap menu makanan keluarga tersebut sehingga pengetahuan ibu tentang gizi sangat perlu untuk menentukan konsumsi makanan yang baik dalam upaya meningkatkan status gizi balita. Bila seorang ibu kurang memahami mengenai

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Leokuna (2013) bahwa pengetahuan ibu yang memiliki balita sebelum penyuluhan adalah 40,69% mengalami peningkatan sesudah penyuluhan menjadi 78%.<sup>11</sup> Hasil uji-t nilai pengetahuan ibu sebelum dan setelah penyuluhan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada pengetahuan para ibu sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. 13 Sejalan dengan penelitian Yuliana dkk (2006) bahwa rata-rata skor pengetahuan gizi kesehatan ibu pada pengukuran awal kelompok kontrol 20,3 poin tergolong dalam kategori rendah sedangkan kelompok perlakuan 26,4 poin tergolong dalam kategori sedang. Sesudah dilakukan penyuluhan gizi kesehatan pada kedua kelompok maka terjadi peningkatan skor yaitu 25,2 poin untuk kelompok kontrol dan 29,8 poin untuk kelompok perlakuan. Hasil uji-t menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam hal pengetahuan gizi kesehatan sebelum dilakukan

penyuluhan gizi-kesehatan dengan sesudah dilakukan penyuluhan pada kedua kelompok.<sup>12</sup>

## 2. Tingkat Perilaku Gizi Seimbang

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberi penyuluhan kesehatan tentang praktik gizi seimbang balita perilaku ibu dalam kategori baik pada kelompok kontrol (46,7%) dan kelompok intervensi (53,3%). Setelah diberikan penyuluhan kesehatan kelompok intervensi menunjukkan peningkatan menjadi (60%) dibandingkan dengan kelompok kontrol yang menurun menjadi (40%). Hal ini menjelaskan bahwa peningkatan perilaku ibu setelah dilakukan penyuluhan hanya terjadi pada kelompok intervensi.

Penyuluhan gizi merupakan bagian penting dalam upaya perbaikan gizi balita. Penyuluhan atau pendidikan kesehatan yang diberikan dapat mempengaruhi perilaku seseorang jika informasi yang diterima oleh suatu obyek penelitian sebaiknya dapat diaplikasikan langsung dalam kehidupan sehari-hari sehingga menjadi pola perilaku berubah ke arah lebih baik, maka para ibu menjadi peran yang sangat penting untuk meningkatkan status gizi balita. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Manurung (2010) tindakan atau perilaku ibu sebelum penyuluhan gizi yang baik (14,29%) sesudah penyuluhan gizi menjadi (42,86%). Hasil uji menunjukkan ada perbedaan sesudah perlakuan sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan gizi terhadap perilaku ibu dalam penyediaan menu seimbang, yaitu terjadi peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan dalam penyediaan menu seimbang untuk balita.

Hasil ini berbeda dengan penelitian Yuliana dkk (2006) bahwa rata-rata skor pola pengasuhan gizi kesehatan ibu pada pengukuran awal kelompok kontrol adalah 30 poin sedangkan kelompok perlakuan 34,1 poin. Namun sesudah dilakukan penyuluhan gizi kesehatan terjadi peningkatan skor pada kedua kelompok dengan nilai masing-masing 31,6 poin kelompok kontrol dan 36,2 poin pada kelompok perlakuan.<sup>12</sup>

## 3. Pengaruh Penyuluhan Gizi terhadap Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang Balita

Hasil uji statistik didapatkan nilai t-hitung > t-tabel (3,338 > 2,045) dengan nilai *p-value* 0,001 bahwa terdapat pengaruh penyuluhan tentang gizi seimbang terhadap pengetahuan antara kelompok kontrol yang tidak diberi penyuluhan gizi seimbang dengan kelompok intervensi. Informasi yang diberikan pada penyuluhan dapat menambah pengetahuan ibu, semakin sering ibu mendapat informasi kesehatan semakin baik pula pengetahuan ibu tentang gizi seimbang balita, maka semakin baik dalam memperhitungkan jenis dan jumlah makanan yang diperolehnya untuk dikonsumsi.

Penyuluhan gizi seimbang penting untuk meningkatkan pengetahuan gizi seimbang bagi ibu yang memiliki balita. Upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi-kesehatan ibu melalui penyuluhan merupakan langkah yang

tepat dilakukan oleh orang tua dan didukung oleh pihak-pihak yang peduli terhadap ibu dan anak. Artinya semakin baik pengetahuan gizi-kesehatan ibu maka pertumbuhan anak juga membaik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ditamarte (2011) adanya pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan ibu tentang gizi balita pada masing-masing perlakuan yaitu metode buku saku ( $f=14,008$ ) dan metode simulasi ( $f=103,975$ ). Namun hasil metode buku saku dinilai lebih rendah daripada penyuluhan gizi dengan metode simulasi, pengetahuan ibu tentang gizi balita dengan metode simulasi setelah penyuluhan termasuk dalam kategori tinggi (25,87).<sup>16</sup> Penelitian Suwanto (2008) terdapat hubungan antara pengetahuan tentang gizi dengan pemberian konsumsi makanan bergizi kepada anak balita sesuai dengan status gizinya. Hasil analisis statistik menunjukkan nilai *p-value*. Sehingga pengetahuan tentang gizi mempunyai hubungan positif dan signifikan dengan pemberian konsumsi makanan bergizi kepada anak balita sesuai dengan status gizinya.<sup>13</sup>

## 4. Pengaruh Penyuluhan Gizi terhadap Perilaku Ibu tentang Gizi Seimbang Balita

Hasil uji statistik didapatkan nilai t-hitung > t-tabel (2,244 > 2,045) dengan nilai *p-value* 0,029 terdapat pengaruh penyuluhan tentang gizi seimbang balita terhadap perilaku ibu tentang praktik gizi seimbang. Semakin bertambahnya informasi yang diterima ibu dan pengetahuan yang meningkat tentang gizi seimbang balita semakin baik pula perilaku ibu tentang praktik gizi seimbang yang diberikan kepada balita.

Tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan yang menentukan mudah tidaknya seseorang memahami manfaat kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi. Pengetahuan gizi yang baik diharapkan mempengaruhi konsumsi makanan yang baik, sehingga dapat menuju status gizi yang baik pula. Pengetahuan gizi juga mempunyai peranan sangat penting dalam pembentukan kebiasaan makan seseorang. Sehingga penyuluhan kesehatan yang diberikan dapat mempengaruhi perilaku ibu tentang gizi seimbang balita menjadi lebih baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmawati dkk (2007) terdapat peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku pada ibu yang memiliki anak dibawah lima tahun yang mendapatkan informasi secara audiovisual lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang mendapatkan informasi dari modul dan kelompok kontrol.<sup>15</sup> Terdapat perbedaan pengetahuan, sikap dan tindakan ibu sebelum dan sesudah diberikan intervensi.<sup>18</sup> Hasil penelitian Aindrawati (2014) menggunakan uji *Wilcoxon* bahwa terdapat perbedaan pada sikap pola asuh gizi antara sikap sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*) diberikan penyuluhan dengan nilai  $p=0,001$ . Disimpulkan adanya

pengaruh penyuluhan terhadap sikap pola asuh gizi orang tua. Peningkatan sikap sebagian besar orang tua Anak Usia Dini (AUD) tidak terlepas dari faktor yang mendukung sikap positif, diantaranya faktor spiritual dan faktor antusiasme/semangat.<sup>14</sup> Sejalan dengan penelitian Manurung (2010) ada pengaruh penyuluhan gizi terhadap perilaku ibu dalam penyediaan menu seimbang yaitu terjadi peningkatan pengetahuan, sikap, dan tindakan dalam penyediaan menu seimbang untuk balita.

### Kesimpulan

1. Terdapat pengaruh sebelum dan sesudah penyuluhan gizi terhadap pengetahuan ibu tentang gizi seimbang balita ( $p=0,001$ ).
2. Terdapat pengaruh sebelum dan sesudah penyuluhan gizi terhadap perilaku ibu tentang gizi seimbang balita ( $p=0,029$ ).

### Daftar Pustaka

1. Kementerian Kesehatan RI. Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI;2014.p.44
2. Kania. Pentingnya Pengetahu Gizi bagi Masyarakat. Jumat.19 Mei 2015.13.58.24www.itb.ac.id/news/itb\_berita\_2754.pdf; 2010.
3. Suhardjo. Berbagai Cara Pendidikan Gizi. Jakarta : Penerbit Aksara bekerjasama dengan pusat antar universitas pangan dan gizi Institut Pertanian Bogor;2007
4. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Riset Kesehatan Dasar [Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Nasional].2010.p.84-7.
5. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Riset Kesehatan Dasar [Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Nasional].2013.p.95-120.
6. Eveline, S. Hubungan Perilaku Ibu dalam pemenuhan Nutrisi dengan status gizi balita.

Surabaya : Skripsi Fakultas Perawatan Universitas Airlangga;2012.

7. Notoatmodjo, S. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta; 2010.pp.5-10.
8. Ambarini, Dyah. Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Mengenai Pemberian Tambahan yang Baik. Surakarta : Skripsi Universitas Sebelas Maret.2012.
9. Notoatmodjo,S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta; 2010.pp.50-64.
10. Chandra B. Biostatistik untuk Kedokteran dan Kesehatan. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.2010.pp.64-89.
11. Leokuna, Joice M. Pengetahuan Ibu tentang Gizi Balita Sebelum dan Sesudah Penyuluhan di RW 10 Kampung Citiis Desa Cihanjuang Rahayu Kecamatan Parongpong Bandung Barat. Skripsi Fakultas Keperawatan: Universitas Advent Indonesia.2013.
12. Yuliana, Khomsan A, Patmonodewo S, Riyadi H, Muchtadi D. Pengaruh Penyuluhan Gizi-Kesehatan dan Faktor Lainnya terhadap Pertumbuhan Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Gizi dan Pangan*.2006;25 (4):576-77.
13. Khomsan A. Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi. Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga, Fakultas Pertanian, IPB, Bogor.2007.pp.67-100
14. Aindrawati, Kartika. Pengaruh Penyuluhan Gizi terhadap Sikap Pola Asuh Gizi Orang Tua Anak Usia Dini (AUD) di TK Idhata UNESA. Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Fakultas Teknik. Tesis Universitas Negeri Surabaya.2014.
15. Rahmawati Ira, Sudargo Toto, Paramastri Ira. Pengaruh Penyuluhan dengan Media Audio Visual terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Ibu Balita Gizi Kurang dan Buruk di Kabupaten Kota Waringin Barat Propinsi Kalimantan tengah. *The Indonesian Journal of Clinical Nutrition*: Artikel Vol. 4 No.2;2007