

EFEKTIFITAS MEDIA PUZZEL GIZI TERHADAP KEBERHASILAN PEMBERIAN MP-ASI MENU SEIMBANG 4 BINTANG

The Effectiveness Of Nutritional Puzzle Media On The Success Of Provision Of Mp-Asi A Balanced 4 Star Menu

Wahida Yuliana¹, Bawon Nulhakim², Retno Hastri R.R³

^{1,2,3} Stikes Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan

Penulis Korespondensi:

- Wahida Yuliana
- Stikes Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan
- wahidayuliana44@gmail.com

Kata Kunci:

Media Puzzle Gizi,
Makanan Pendamping
ASI

Abstrak

Media Puzzle Gizi merupakan inovasi alat peraga dalam memberikan penyuluhan kesehatan tentang makanan pendamping ASI. Masyarakat harus diberikan bekal pengetahuan sehingga merubah perilaku untuk mau memberikan pemenuhan gizi yang tepat. Upaya yang dilakukan adalah untuk mencegah terjadinya stunting. Stunting ini dapat kita cegah dengan mendukung gizi 1000 hari pertama kehidupan berupa keberhasilan pemberian Makanan pendamping ASI.. Angka tertinggi prevalensi stunting di Jawa Timur tahun 2017. Pada ranking 10 ada Kabupaten Probolinggo dengan prevalensi balita stunting sebesar 49,43% . Angka ini berada jauh di atas angka rata-rata nasional 37,2%. Kondisi ini memerlukan pendekatan pada 100 hari pertama kehidupan dengan menggerakkan keluarga yang Peranannya berpengaruh terhadap perubahan perilaku pola konsumsi bayi sesuai kebutuhan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifitasan penggunaan media puzzle gizi terhadap keberhasilan Pemberian MP-ASI Menu seimbang 4 Bintang. Penelitian ini menggunakan desain penelitian quasy experimental. Populasinya adalah ibu yang memiliki bayi usia 5-6 bulan yang berjumlah 60. Teknik sampling yang digunakan adalah simple random sampling. Analisis yang digunakan adalah uji statistik chi-square Hasil penelitian ini adalah media puzzle gizi efektif dalam pemberian MP-ASI menu seimbang 4 Bintang dengan $p=0,00$. Saran yang diajukan yaitu dalam penyuluhan dapat menggunakan media puzzle gizi agar mudah dalam memberikan pemahaman.

Abstract

Media Puzzle Nutrition is an innovative teaching aid in providing health education about complementary foods for breast milk. The community must be provided with knowledge so that they change their behavior to want to provide proper nutrition. Efforts are being made to prevent stunting. We can prevent this stunting by supporting nutrition in the first 1000 days of life in the form of successful breastfeeding. The highest prevalence of stunting in East Java was in 2017. In the 10th rank there is Probolinggo Regency with a stunting prevalence of 49.43%. This figure is far above the national average of 37.2%. This condition requires an approach in the first 100 days of life by mobilizing the family whose role is to influence changes in the behavior of the baby's consumption patterns according to need. This study aims to determine the effectiveness of the use of nutrition puzzle media on the success of giving MP-ASI with a balanced 4-star menu. This study uses a quasi experimental research design. The population is 30 mothers who have babies aged 5-6 months. The sampling technique used is simple random sampling. The analysis used is a chi-square statistical test. The results of this study are nutrition puzzle media that are effective in giving complementary feeding with a balanced diet of 4 stars with $p = 0.00$.

LATAR BELAKANG

Media Puzzel Gizi merupakan inovasi alat peraga dalam memberikan penyuluhan kesehatan tentang makanan pendamping ASI. Gizi kurang pada balita masih menjadi masalah kesehatan utama di dunia termasuk negara Indonesia (Rosariet *al.*, 2013). Faktor yang mempengaruhi adalah pemberian makanan sebagai bentuk pemenuhan nutrisi yang dilakukan oleh orang tua. Masyarakat harus diberikan bekal pengetahuan sehingga merubah perilaku untuk mau memberikan pemenuhan gizi yang tepat.

Upaya yang dilakukan adalah mencegah terjadinya stunting dengan mendukung gizi 1000 hari pertama kehidupan berupa keberhasilan pemberian Makanan pendamping ASI. Angka tertinggi prevalensi *stunting* di Jawa Timur tahun 2017. Pada ranking 10 ada Kabupaten Probolinggo dengan prevalensi balita *stunting* sebesar 49,43% . Angka ini berada jauh di atas angka rata-rata nasional 37,2%. Kondisi ini memerlukan pendekatan pada 100 hari pertama kehidupan dengan menggerakkan keluarga yang Perannya berpengaruh terhadap perubahan perilaku pola konsumsi bayi sesuai kebutuhan (Persatuan Ahli Gizi Indonesia (PERSAGI), 2017).

Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menunjukkan 17,7% anak balita mengalami gizi buruk dan gizi kurang, 30,8% anak balita mengalami *stunting* atau pendek, 6,7% anak mengalami *wasting* atau kurus, 3,5% mengalami *underweight* atau berat badan kurang dan juga sebanyak 8,0% anak mengalami kegemukan.

Berdasarkan survey pemantauan status gizi (PSG) di Kabupaten Probolinggo mengalami peningkatan kasus gizi buruk diperoleh angka prevalensi gizi kurang menurut BB/U pada tahun 2017 sebesar 9,44%, meningkat dibandingkan tahun 2016 yaitu terdapat 8,65% balita gizi kurang. Balita dianggap resiko gizi terbesar karena pola pemberian makan yang buruk berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan. Hal tersebut menyebabkan kelompok usia balita terjadi peningkatan resiko morbiditas dan mortalitas (Gibson *et al.*, 2012).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Desa Penambangan Kecamatan Pajajaran pada tanggal 20 November 2021 didapatkan data bahwa ibu yang memberikan MP-ASI berupa bubur dari beras dan diberikan kuah sayuran berjumlah 6 orang dari 10 ibu yang memiliki bayi. Sedangkan 4 orang memberikan makanan pendamping berupa

bubur instan. Banyak ibu yang belum mengenal menu seimbang 4 bintang, dan ibu menyampaikan tidak terlalu mementingkan masalah apa yang bayi makan dan terpenting adalah bayi kenyang.

Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) merupakan makanan peralihan dari ASI ke makanan keluarga. Pengenalan dan pemberian MP-ASI harus dilakukan secara bertahap baik bentuk maupun jumlahnya, sesuai dengan kemampuan bayi (Mufida, dkk. 2015). Pemberian MP-ASI yang cukup kualitas dan kuantitasnya penting untuk pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan anak yang sangat pesat pada periode ini, tetapi sangat diperlukan higienitas dalam pemberian MP-ASI tersebut. Sanitasi dan higienitas MP-ASI yang rendah memungkinkan terjadinya kontaminasi mikroba yang dapat meningkatkan risiko atau infeksi lain pada bayi. Selama kurun waktu 4-6 bulan pertama ASI masih mampu memberikan kebutuhan gizi bayi, setelah 6 bulan produksi ASI menurun sehingga kebutuhan gizi tidak lagi dipenuhi dari ASI saja. Peranan makanan tambahan menjadi sangat penting untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi tersebut (Mufida, dkk. 2015).

MP-ASI 4 bintang adalah makanan yang mengandung empat unsur gizi. Pertama karbohidrat, yang bisa diperoleh dari beras merah, beras putih, jagung dan ubi-ubian. Kedua protein, hewani yang bisa diperoleh dari daging ayam, daging sapi, telur atau ikan. Ketiga protein nabati yang bisa didapat dari kacang-kacangan seperti tempe, tahu, kacang merah atau kacang polong. Dan keempat sayuran seperti bayam, labu, brokoli, wortel dan lain-lain (Mufida, dkk. 2015).

Pada penelitian ini diharapkan dengan menggunakan media dapat memberikan pemahaman tentang pemberian makanan pendamping ASI menu seimbang 4 bintang. Pemahaman yang dimiliki dapat menyebabkan perubahan perilaku yaitu beralih pada pemenuhan gizi yang tepat. Peneliti sangat tertarik dalam penelitian ini karena perlakuan yang diberikan adalah pendidikan dengan metode simulasi menggunakan permainan puzzle gizi yang merupakan inovasi.

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu Menganalisis efektifitas media puzzle gizi terhadap keberhasilan pemberian MP ASI menu seimbang 4 bintang.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah preeksperimen design dengan kategori pretest and posttest. Rancangan ini tidak menggunakan kelompok kontrol, tetapi peneliti melakukan observasi pertama (pretest) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen.. Populasi pada penelitian ini yaitu semua ibu yang memiliki bayi usia 5-6 bulan yang berjumlah 60. Sampling: Menggunakan *Simple Random*. Jumlah sample adalah 17. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dan lembar observasi. Analisis Data pada penelitian ini yaitu analisis Univariat menggunakan distribusi frekuensi. Analisa bivariat dilakukan uji statistik *chi-square*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam data umum ini disajikan mengenai data-data umum dari sampel penelitian Analisa univariat dilakukan pada 60 orang responden yang bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi sehingga dikedua kelompok diketahui bahwa faktor lainnya homogen dan data disajikan dalam bentuk tabel dan narasi.

Data Umum

Analisis univariat bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik dari

subyek penelitian. Hasil analisis univariat yang dilihat dari beberapa variable didapatkan gambaran karakteristik subyek penelitian.

Variabel	Frekuensi	Prosentase
Kelompok		
Media Puzzel Gizi	30	50%
kontrol	30	50%
Pendidikan		
Tinggi	31	51,6%
Rendah	29	48.3%
Pekerjaan		
Bekerja	22	36,7%
Tidak bekerja	38	63.3%
Usia		
Produktif	58	96,7%
Tidak produktif	2	3,3%

tabel 1.1 Karakteristik responden

Data Khusus

Tabulasi silang Efektifitas Media Puzzel Gizi terhadap keberhasilan Pemberian menu seimbang MP-ASI 4 bintang

Tabel 1.2 Tabulasi silang efektifitas media puzzel gizi terhadap keberhasilan

pemberian menu seimbang MP-ASI 4 Bintang		dengan value $0,00 < \alpha 0,05$, maka	
Kelas nenek	MPASI 4 bintang	menunjukkan media puzzle gizi	
		berpengaruh dalam pemberian menu seimbang MP-ASI 4 bintang.	
	F	%	F
Dilakukan Perlakuan	24	80	6
tidak dilakukan Perlakuan	3	10	27
		p= 0.00 $\alpha= 0.05$	

Tabel 1.2 Tabel silang menunjukkan bahwa kelompok yang mendapatkan perlakuan permainan media puzzle gizi, memberikan menu seimbang MP-ASI 4 bintang 24 (80%) dan kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan memberikan menu seimbang MP-ASI 4 bintang sejumlah 3 (10%).

Hasil uji *chi-square* antara media puzzle gizi dengan pemberian menu seimbang MP-ASI 4 bintang

Berdasarkan hasil uji statistik pada tabel dengan menggunakan paired sample square didapatkan p value 0,000. Oleh karena p value $0,000 < 0,05$ maka H_0 di tolak dan H_a diterima hal ini menunjukkan ada efektifas media puzzle gizi terhadap keberhasilan pemberian menu seimbang 4 bintang.

DISKUSI

Pada tabel menunjukkan bahwa kelompok yang mendapatkan perlakuan permainan media puzzel gizi, memberikan menu seimbang MP-ASI 4 bintang 24 (80%) dan kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan memberikan menu seimbang MP-ASI 4 bintang sejumlah 3 (10%). Dan hasil analisis menyebutkan bahwa media puzzel gizi efektif dalam pemberian MP ASI menu seimbang 4 bintang.

Cahyo dalam Ernawati, dkk (2016) menjelaskan bahwa Media pembelajaran menggunakan puzzle merupakan permainan mengasah otak . menurut Criticos yang dikutip oleh Daryanto (2011) media merupakan salah satu komponen komunikasi, yaitu sebagai pembawa pesan dari komunikator menuju komunikan.

Penyampaian pesan kepada peserta penyuluhan perlu adanya ketertarikan sehingga dalam proses penyampaian dapat disimak dengan baik. Media dapat menjadikan tambahan pemahaman terhadap sebuah pesan karena dapat mudah dimengerti dan mudah

diingat. Pada penggunaan media puzzel gizi ini tentunya membuat masyarakat terutama sasarannya lebih mudah memahami dan antusias terhadap hal yang baru atau hal yang unik yang disampaikan. media puzzel gizi ini dapat menjelaskan dengan mudah bahwa kebutuhan gizi pada anak itu tidak hanya berfokus pada alat pencernaan saja tetapi semua organ didalam tubuh membutuhkan nutrisi. Puzzel ini menunjukkan bagian organ tubuh manusia dan di sambungkan dengan pecahan puzzel berupa kebutuhan nutrisinya dengan gambar makanan sehingga pada akhirnya mencakup semua yang ada di menu seimbang 4 bintang. Pemahaman ini lebih mudah disampaikan saat ada alat peraga berupa media puzzel gizi.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Kelompok yang mendapatkan perlakuan permainan media puzzel gizi dapat memberikan pengaruh dalam pemenuhan nutrisi gizi bayi dengan jumlah 24 (80%) untuk menu seimbang MP-ASI 4 bintang. Kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan kelas nenek dapat memenuhi kebutuhan nutrisi gizi bayi dengan jumlah 3

(10%) untuk menu seimbang MP-ASI 4 bintang. Terdapat Efektifitas media puzzel gizi terhadap keberhasilan MP-ASI menu seimbang 4 bintang

Saran

Penelitian yang dilakukan adalah eksperimen terhadap sebuah media yang baru dan menjadi inovasi dalam memberikan sebuah penyuluhan. Hasil dari penelitian ini dapat dilanjutkan dengan penggunaan media puzzel gizi dalam memberikan pemahaman kepada masyarakat bahwa menuseimbang 4 bintang pada MP-ASI itu sangat penting bagi semua organ didalam tubuh. Pemahaman melalui media ini dapat mengubah asumsi masyarakat bahwasanya makan itu tidak hanya untuk kenyang saja.

DAFTAR PUSTAKA

Arif S. Sadiman. 2011. Media Pendidikan, Pengertian, Pengembangan, dan Pemanfaatannya. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Arsyad, Azhar. 2011. Media Pembelajaran. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Asosiasi Dietisien Indonesia, Ikatan Ahli Gizi Indonesia, Persatuan Ahli Gizi Indonesia. 2015. Penuntun Diet Anak. Jakarta : FKUI

Asosiasi Dietisien Indonesia, Ikatan Dokter Anak Indonesia, Persatuan Ahli Gizi Indonesia. 2014. Penuntun Diet Anak . Jakarta : akultas Kedokteran Universitas Indonesia

Daryanto. 2011. Media Pembelajaran. Bandung: Sarana Tutorial Nurani Sejahtera.

Effendi, Sofian. 2012. Metode Penelitian Survei. Jakarta : LP3ES.

Effendy. 2003. Ilmu Teori dan Filsafat Komunikasi, Bandung : PT. Citra.

Ernawati, dkk. 2016. Penggunaan Media Pembelajaran Crossword Puzzle Untuk Meningkatkan keterampilan Berpikir Kreatif Siswa. Jurnal Studi Sosial. Vol 4 No 1.

Gibson, E.L., Kreichauf, S., Wildgruber, A., Vögele, C., Summerbell, C.D., Nixon, C., Manios, Y. 2012. A narrative review of psychological and educational strategies applied to young children's eating behaviours aimed at reducing obesity risk. *Obesity Reviews*, 13(SUPPL. 1), 85–95. <http://doi.org/10.1111/j.1467789X.2011.00939.x>

- Hidayat, A. A.(2009). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Surabaya: Salemba Media
- Kemenkes RI, dirjen bina gizi. 2014. Pedoman Gizi Seimbang. Kemenkes RI.
- Misbach, Muzamil. 2010. Pengertian Media Puzzle. Diakses pada tanggal 23
- Mufida, dkk . 2015. Prinsip Dasar MPASI Untuk Bayi Usia 6-24 Bulan. *Jurnal Pangan dan Agroindustri* Vol. 3 No 4 p.1646-1651 : Jurusan Teknologi Hasil Pertanian, FTP Universitas Brawijaya Malang.
- Nursalam. (2008). *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu keperawatan*. Edisi 2. Jakarta : Salemba Medika
- Notoatmodjo. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Rosari, A., Rini, E.A., &Masrul.2013. Hubungan Diare dengan Status Gizi Balita di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah Kota Padang.*Jurnal Kesehatan Andalas*, 2(3),111–115
- Siswanto, H. 2010. *Pendidikam Kesehatan Anak Isia Dini*. Yogyakarta : Pustaka Rihana
- Suciati. 2016. *Psikologi Komunikasi*. Yogyakarta: Buku Litera.
- Sukarni, K. I., & ZH, Margareth. (2013). *Kehamilan, Persalinan dan Nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Suryani. E, Astuti. E.W, 2013. Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu postpartum.