

**EFEKTIFITAS PENYULUHAN GIZI MENGGUNAKAN MEDIA  
POSTER TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN, SIKAP,  
DAN POLA MAKAN IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS SIULAK GEDANG TAHUN 2024**

**SKRIPSI**

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana Gizi*



**OLEH :**

**MESI MARSELA SONNY**  
**NIM: 2020272025**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS PERINTIS INDONESIA  
2024**

**PROGRAM STUDI S1 – GIZI**

**UNIVERSITAS PERINTIS INDONESIA**

**Skripsi, September 2024**

**MESI MARSELA SONNY**

**EFEKTIFITAS PENYULUHAN GIZI MENGGUNAKAN MEDIA POSTER TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN, SIKAP, DAN POLA MAKAN IBU HAMIL DI WILAYAH PUSKESMAS SIULAK GEDANG TAHUN 2024**

**ABSTRAK**

Kekurangan energi kronik (KEK) adalah kondisi dimana ibu yang sedang hamil menderita kekurangan asupan makanan yang berlangsung dalam jangka waktu yang cukup lama sehingga mengakibatkan terganggunya kesehatan. Berdasarkan data WHO tahun 2023 Indonesia 15-25 % ibu hamil KEK dan prevalensi di Kabupaten Kerinci 15,9% ibu hamil KEK. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui penyuluhan gizi dengan media poster terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan pola makan pada ibu hamil dengan kejadian KEK di wilayah kerja Puskesmas Siulak Gedang tahun 2024.

Jenis penelitian *Quasy Eksperimen* dengan rancangan *One groups pretest posttest*. penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei - Juli tahun 2024 sampel penelitian ini sebanyak 23 orang. Sampel diperoleh dengan teknik *purposive sampling*, analisis data menggunakan uji *paired* sampel t test.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata - rata sebelum dan sesudah penyuluhan pengetahuan sebelum 54,13 dan sesudah 87,39, sikap sebelum 60,82 dan sesudah 84,65 , pola makan energi sebelum 70,13 dan energi sesudah 85,86, protein sebelum 74,08 dan asupan protein sesudah 84,26 , lemak sebelum 75,78 1 dan lemak sesudah 88,39 dan karbohidrat sebelum 67,91, dan karbohidrat sesudah 80,30.berdasarkan analisis bivariat diketahui ada pengaruh Efektifitas Penyuluhan Gizi Menggunakan Media Poster Terhadap Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Pola makan Ibu Hamil Dengan Kejadian KEK (p-value 0,000).

Kesimpulan nya ada efektifitas penyuluhan gizi menggunakan media poster terhadap tingkat pengetahuan, sikap, dan pola makan ibu hamil dengan kejadian kurang energi kronik di wilayah kerja puskesmas siulak gedang . Disarankan Bagi masyarakat agar lebih memperhatikan keadaan gizi ibu hamil itu sendiri dengan mencari informasi tentang gizi masyarakat terutama pemenuhan asupan ibu selama hamil agar ibu lebih paham dengan apa dampak dan akibat yang akan timbul masalah agar segera bisa diatasi.

**Kata Kunci** : Kekurangan Energi Kronik, Penyuluhan, Pengetahuan, Sikap, Pola Makan

**Daftar Bacaan** : 2012 – 2024

**STUDY PROGRAM OF S1- NUTRITION  
PERINTIS INDONESIA UNIVERSITY  
Thesis, September 2024**

**MESI MARSELA SONNY**

**EFFECTIVENESS OF NUTRITION COUNSELING USING POSTER  
MEDIA ON THE LEVEL OF KNOWLEDGE, ATTITUDE, AND EATING  
PATTERNS OF PREGNANT IN THE SIULAK GEDANG COMMUNITY  
HEALTH CENTER AREA IN 2024**

**ABSTRACT**

Chronic energy deficiency (CED) is a condition in which a pregnant woman suffers from a prolonged lack of food intake, resulting in health complications. Based on WHO data, 15-25% of pregnant women experience chronic energy deficiency (CED), and the prevalence in Kerinci Regency is 15.9%. The purpose of this research is to determine the effect of nutrition counseling using posters on the improvement of knowledge, attitudes, and eating patterns among pregnant women with cases of CED in the working area of Siulak Gedang Health Center in 2024.

Quasi-experimental research type with a one-group pretest-posttest design. This research was conducted from May to July 2024 with a sample size of 23 individuals. The sample was obtained using purposive sampling techniques, and data analysis was performed using the paired sample t-test.

The results showed that the average knowledge before the counseling was 54.13 and after it was 87.39, attitudes before were 60.82 and after were 84.65, energy intake before was 70.13 and after was 85.86, protein intake before was 74.08 and after was 84.26, fat intake before was 75.78 and after was 88.39, and carbohydrate intake before was 67.91 and after was 80.30. Based on bivariate analysis, it was found that there is an effect of the effectiveness of nutrition counseling using poster media on the levels of knowledge, attitudes, and dietary patterns of pregnant women with the incidence of chronic energy deficiency (p-value 0.000).

In conclusion, there is an effectiveness of nutrition counseling using poster media on the levels of knowledge, attitudes, and dietary patterns of pregnant women with the incidence of chronic energy deficiency in the working area of the Siulak Gedang health center. It is recommended for the community to pay more attention to the nutritional status of pregnant women by seeking information about public nutrition, especially regarding the dietary needs of mothers during pregnancy, so that mothers can better understand the impacts and consequences that may arise, allowing for issues to be addressed promptly.

**Keywords:** Chronic Energy Deficiency, Counseling, Knowledge, Attitude, Eating Patterns

**Reading List :**2012-2024

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Status gizi dan kesehatan ibu pada masa kehamilan yaitu waktu yang sangat penting untuk menentukan kualitas sumber daya manusia untuk masa akan datang. Periode 1000 hari pertama kehidupan manusia yang dihitung dari 270 hari selama masa kehamilan dan 730 hari pada kehidupan pertama bayi dilahirkan sampai anak berusia 2 tahun (Noviyanti et al., 2022). Kekurangan energi kronis (KEK) adalah kondisi dimana ibu yang sedang hamil menderita kekurangan asupan makanan yang berlangsung dalam jangka waktu yang cukup lama sehingga mengakibatkan terganggunya kesehatan, sehingga kebutuhan asupan gizi pada masa kehamilan tidak terpenuhi dengan cukup (Stenly Kadmaerubun et al., 2023). Ibu hamil dengan resiko kekurangan energi kronis (KEK) merupakan ibu hamil dengan hasil pengukuran LILA <23,5 cm (Kemenkes,2020).

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa penyebaran ibu hamil KEK yang tercatat 40% kematian ibu, di negara-negara berkembang dan teridentifikasi mengalami kurang energi kronik (KEK). Di negara-negara agraris, prevalensi ibu hamil kurang energi kronis di negara India, Bangladesh, Myanmar, Nepal, Srilangka, Indonesia, dan Thailand sebesar 15-17% memiliki IMT <18,5 Dengan status gizi normal. Bangladesh merupakan negara yang paling tinggi angka kejadian ibu hamil kurang energi kronik (KEK) dengan prevalensi sebesar 47%, setelah itu negara dengan jumlah paling tinggi ibu hamil kurang energi kronik (KEK) keempat setelah India yaitu Indonesia dengan angka rata-rata

35,5% dan Thailand merupakan negara yang paling sedikit dengan prevalensi ibu hamil kurang energi kronik (KEK) yaitu 15-25% (St. Mutiatu Rahmah, 2023).

Riset kesehatan Indonesia (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan risiko KEK pada ibu hamil (15-49 tahun) masih cukup tinggi sebesar 17,3 %, angka tersebut menunjukkan perbaikan persentase ibu hamil KEK yang diharapkan dapat turun sebesar 1,5% setiap tahunnya agar dapat mencapai target 10% ditahun 2024. Berdasarkan sumber data laporan rutin tahun 2022 yang terkumpul dari 34 provinsi, diketahui terdapat 283.833 ibu hamil dengan LILA <23,5 cm (risiko KEK) dari 3.249.503 ibu hamil yang diukur LILA. Sehingga diketahui bahwa capaian ibu hamil dengan risiko KEK sebesar 8,7% (*cut off* tanggal 4 februari 2022) sementara target tahun 2021 adalah 14,5%. Capaian tersebut menggambarkan bahwa ibu hamil KEK tahun2 2022 melampaui target Renstra Kemenkes tahun 2021. Jika capain tersebut dibandingkan dengan ambang batas menurut WHO, maka persentase ibu hamil KEK di Indonesia termasuk masalah kesehatan masyarakat kategori ringan (<10%) (Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan, 2021).

Prevalensi kurang energi kronis (KEK) pada ibu hamil Provinsi Jambi yaitu 15,9% (Dinkes, 2022). Sementara Kabupaten Kerinci pravelensi ibu hamil KEK pada tahun 2021 yaitu 0,7%, kemudian pada tahun 2022 meningkat menjadi 11,5% dan pada tahun 2023 dengan prevalensi 12,6%. Berdasarkan data puskesmas Siulak Gedang tiga tahun terakhir mengalami peningkatan ibu hamil KEK, tahun 2021 prevalensi ibu hamil KEK 11,7% , kemudian pada tahun 2022 meningkat menjadi 13,2%, dan pada tahun 2023 terus meningkat menjadi

15,9%,jadi ibu hamil mengalami kekurangan energi kronis diwilayah puskesmas Siulak Gedang termasuk kategori cukup tinggi (Dinkes Kerinci 2023).

Beberapa penyebab yang dapat mempengaruhi Kekurangan Energi Kronis (KEK) adalah pola makan ibu, pengetahuan tentang gizi yang rendah, pendapatan keluarga yang rendah, usia yang lebih dari 35 tahun dan kurang dari 20 tahun, paritas ibu yang tinggi, dan jarak kehamilan yang terlalu dekat. Ibu hamil yang mengalami Kekurangan gizi berisiko melahirkan bayi dengan berat badan rendah sebesar 2 sampai 3 kali lebih besar jika dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak mengalami kekurangan gizi. Ini dapat meningkatkan risiko kematian bayi ibu dengan faktor 1,5 kali lipat (Andini, 2020). Ibu hamil kekurangan energi kronis (KEK) dapat mengakibatkan risiko terjadinya anemia, pendarahan, berat badan ibu tidak bertambah secara normal, terkena penyakit infeksi, dan menjadi penyebab tidak langsung kematian ibu. Sedangkan pengaruh kekurangan energi kronis (KEK) terhadap proses persalinan dapat mengakibatkan persalinan sulit dan lama, Persalinan Prematur Iminnen (PPI) atau melahirkan sebelum waktunya, pendarahan *post partum*, dan anak yang dilahirkannya berisiko mengalami Berat Badan Bayi Lahir Rendah (BBLR). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan pada ibu hamil,yaitu ibu yang memiliki status gizi kurang energi kronis (KEK) saat hamil mempunyai risiko 7.000 kali lebih besar melahirkan bayi BBLR dibandingkan dengan ibu yang saat hamil tidak kekurangan energi kronis (KEK) (St. Mutiatu Rahmah, 2023).

Gizi ibu hamil perlu mendapat perhatian karena sangat berpengaruh pada perkembangan janin yang dikandungnya. Pada masa kehamilan gizi ibu hamil harus memenuhi kebutuhan gizi untuk dirinya dan untuk pertumbuhan serta

perkembangan janin karena gizi janin tergantung pada gizi ibu, sehingga kebutuhan gizi ibu juga harus tetap terpenuhi. Asupan energi dan protein tidak mencukupi pada ibu hamil dapat menyebabkan Kurang Energi Kronik (KEK) (Fatmawati & Munawaroh, 2023). Kurang energi kronik (KEK) terjadi karena asupan makan ibu yang tidak sesuai dengan kebutuhan. Ibu pada saat hamil memerlukan asupan makanan yang lebih, karena selain digunakan untuk pertumbuhan dan perkembangan pada dirinya sendiri juga harus berbagi dengan janin yang di kandungnya. Asupan makanan ini akan menentukan status gizi ibu hamil, ketika ibu hamil tidak terpenuhi kebutuhannya, janin yang dikandungnya juga beresiko mengalami kekurangan gizi, dengan demikian pertumbuhan dan perkembangan janin menjadi terhambat (Stenly Kadmaerubun et al., 2023).

Pada saat ibu hamil, memenuhi asupan gizi selama kehamilan ibu hamil perlu pengetahuan ataupun pemahaman terkait asupan gizi karena akan mempengaruhi sikap dalam memenuhi kebutuhan selama hamil (Abrar et al., 2022). Menurut (Notoadmodjo, 2012), mendefinisikan bahwa pengetahuan merupakan hasil tahu seseorang terhadap suatu objek yang diperoleh dari indera individu masing-masing. Sedangkan sikap merupakan suatu respon atau ekspresi perasaan individu yang akan menunjukkan sikap positif atau negatif yang melibatkan pikiran dan perasaan. Tindakan sendiri merupakan segala sesuatu hal yang berhubungan dengan kegiatan ataupun aktivitas manusia, yang nantinya menjadi perhatian seseorang dalam mengamati suatu hal secara langsung atau tidak (Notoadmodjo, 2012). Pengetahuan mengenai asupan gizi pada ibu hamil sangat penting dikarenakan ibu yang memiliki pengetahuan baik dapat

mempengaruhi terhadap sikap dalam menjaga pola makan sehari-hari sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi atau status gizi terganggu pada saat kehamilan (Abrar et al., 2022).

Pengetahuan seorang ibu akan memengaruhi sikap pada saat pengambilan keputusan. Pengetahuan gizi yang baik yang dimiliki oleh seorang ibu memiliki peluang besar dalam pemenuhan gizi untuk sesuai kebutuhan. Sehingga meskipun pada awal kehamilan ibu mengalami mual dan rasa tidak nyaman, namun ibu dengan pengetahuan gizi yang baik akan mengupayakan pemenuhan kebutuhan gizi dirinya dan juga bayinya (Adfar et al., 2022). Tingginya KEK ibu hamil bisa disebabkan oleh kurangnya pengetahuan ibu tentang makanan bergizi. Kurangnya pengetahuan ibu tentang pola makan ibu hamil mempengaruhi sikap ibu terhadap asupan makanan bergizi selama kehamilan. Oleh karena itu, ibu hamil perlu mengetahui nutrisi terbaik untuk dirinya selama kehamilan. Pengetahuan dan kognisi merupakan bidang yang sangat penting dalam membentuk perilaku seseorang (overt behavior). Jika penerimaan atau adopsi suatu perilaku baru didasarkan pada pengetahuan, kesadaran, dan sikap positif, maka perilaku tersebut akan bertahan (Noviyanti et al., 2022).

Pengetahuan sendiri di pengaruhi oleh beberapa faktor yaitu: pengalaman, pendidikan, intruksi verbal dan penerimaan informasi verbal dari pihak lain, pekerjaan, umur, informasi, media. Masing – masing faktor adalah gabungan dari beberapa faktor yaitu Informasi dapat berpengaruh terhadap pengetahuan seseorang dapat di peroleh dari berbagai cara misalnya dari media cetak dan media elektronik. Macam -macam dari media cetak adalah poster, leaflet, brosur, majalah, surat kabar, stiker dan phamflet. Sedangkan macam – macam media



elektronik adalah TV, radio, cassate dan slide. Baik media leaflet maupun media elektronik seperti tampilan slide power point lewat LCD adalah suatu media yang paling sering di gunakan oleh tenaga kesehatan dalam memberikan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat (Prof. Dr.Soekidjo Notoatmodjo, 2010). Metode yang bisa dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang gizi selama kehamilan sebagai upaya mencegah ataupun menanggulangi masalah KEK pada masa kehamilan yaitu melalui penyuluhan gizi. Penyuluhan adalah suatu usaha menyampaikan atau menyebarluaskan pesan kesehatan dan hal hal yang baru kepada masyarakat, kelompok atau individu dengan harapan bahwa melalui pesan tersebut, maka masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik yang pada akhirnya pengetahuan tersebut diharapkan dapat mempengaruhi perilakunya. (Noviyanti et al., 2022).

Poster merupakan suatu pesan tertulis baik itu berupa gambar maupun tulisan yang ditujukan untuk menarik perhatian banyak orang sehingga pesan yang disampaikan dapat di terima orang lain dengan mudah. poster memiliki peran yang sangat cepat untuk menanamkan dan mengingat akan gagasan yang disampaikan kepada pembaca, poster merupakan ilustrasi gambar yang disederhanakan dan bertujuan untuk menarik perhatian. Tujuan utama poster yaitu membangkitkan motivasi, minat dan ingatan bagi pembaca karena fungsinya tersebut poster memiliki daya tarik pandang yang kuat jika ingin menarik perhatian pembaca dengan demikian poster dapat di defenisikan sebagai kombinasi visual dari rancangan yang kuat dan warna dan pesan. kelebihan media poster itu sendiri biaya produksi yang relative murah, memiliki desain yang

menarik hingga mudah dipahami, mudah dibawa, dan dapat disimpan lama (Jatmika et al., 2019).

Dari hasil survey awal yang dilakukan dengan mewawancarai dan memberikan kuisioner pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Siulak Gedang sebanyak 10 responden. Dari hasilnya 70% ibu hamil mempunyai pengetahuan, sikap, dan pola makan yang kurang dan 30% ibu hamil mempunyai pengetahuan, sikap, dan pola makan cukup tentang ibu hamil kurang energi kronik dan juga makanan yang dihindari pada saat ibu hamil bahkan dari mereka tidak mengetahui apa itu kurang energi kronik dan dampak dari kurang energi kronik untuk bayi yang sedang dikandungnya saat ini.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Efektivitas Penyuluhan Gizi Menggunakan Media Poster Terhadap Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Pola Makan Ibu Hamil Kurang Energi Kronik (KEK) di Wilayah Kerja Puskesmas Siulak Gedang Tahun 2024”**

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh penyuluhan gizi melalui media poster terhadap pengetahuan, sikap dan pola makan ibu hamil kurang energi kronis (KEK) di wilayah kerja Puskesmas Siulak Gedang tahun 2024?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh penyuluhan gizi dengan media poster terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan pola makan pada ibu hamil kurang energi kronis (KEK) di wilayah kerja Puskesmas Siulak Gedang tahun 2024.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Diketahui nya rata-rata pengetahuan ibu hamil KEK sebelum dan sesudah penyuluhan gizi dengan media poster pada ibu hamil kurang energi kronik (KEK) di wilayah kerja Pusekesmas Siulak Gedang tahun 2024.
2. Diketahui nya rata-rata sikap ibu hamil KEK sebelum dan sesudah penyuluhan gizi dengan media poster pada ibu hamil kurang energi kronik (KEK) di wilayah kerja Pusekesmas Siulak Gedang tahun 2024.
3. Diketahui nya perbedaan pengetahuan ibu hamil KEK sebelum dan sesudah penyuluhan dengan media poster pada ibu hamil kurang energi kronik (KEK) di wilayah kerja Pusekesmas Siulak Gedang
4. Diketahui nya perbedaan sikap ibu hamil KEK sebelum dan sesudah penyuluhan dengan media poster pada ibu hamil kurang energi kronik (KEK) di wilayah kerja Pusekesmas Siulak Gedang
5. Diketahui nya perbedaan pola makan ibu hamil KEK sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan gizi dengan media poster pada ibu hamil kurang energi kronik (KEK) di wilayah kerja Pusekesmas Siulak Gedang tahun 2024.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Peneliti**

Penelitian ini bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan, keterampilan dan pengalaman serta menambah wawasan dalam melakukan penelitian terapan dalam rangka menambah pengetahuan untuk ibu hamil kurang energi kronik

### **1.4.2 Bagi Masyarakat**

Hasil penelitian dapat menjadi bahan tambahan pembelajaran bagi masyarakat untuk memperhatikan kembali kesiapan ibu hamil agar menghindari kurang energi kronik yang berdampak pada kematian janin dan ibu.

### **1.4.3 Bagi Petugas Kesehatan**

Hasil Penelitian ini dapat juga digunakan petugas kesehatan dalam merencanakan program upaya dan pencegahan dan penanggulangan masalah gizi pada ibu hamil KEK yaitu dengan cara melakukan penyuluhan dengan media poster untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil KEK

## **1.5 Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada ibu hamil kurang energi kronik di wilayah kerja puskesmas Siulak Gedang tahun 2024, untuk melihat efektifitas penyuluhan gizi menggunakan media poster terhadap tingkat pengetahuan, sikap, tindakan dan pola makan ibu hamil kurang energi kronik.

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **6.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Rata-rata pengetahuan ibu hamil kurang energi kronik sebelum penyuluhan gizi menggunakan media poster yaitu dengan kategori kurang  $54,13 \pm 7,78$ . Sedangkan rata-rata pengetahuan ibu hamil KEK sesudah penyuluhan gizi menggunakan media poster meningkat menjadi yaitu dengan kategori baik  $87,39 \pm 6,54$ .
2. Rata-rata sikap ibu hamil kurang energi kronik sebelum penyuluhan gizi menggunakan media poster yaitu  $60,82 \pm 11,19$  dengan kategori cukup. Sedangkan rata-rata sikap ibu hamil KEK sesudah penyuluhan gizi menggunakan media poster meningkat menjadi yaitu dengan kategori baik  $84,65 \pm 7,96$ .
3. Ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan gizi menggunakan media poster terhadap pengetahuan, sikap dan pola makan ibu hamil dengan kejadian ibu hamil kurang energi kronik
4. Ada perbedaan sikap sebelum dan sesudah penyuluhan gizi menggunakan media poster terhadap pengetahuan, sikap dan pola makan ibu hamil dengan kejadian ibu hamil kurang energi kronik
5. Ada perbedaan pola makan sebelum dan sesudah penyuluhan gizi menggunakan media poster terhadap pengetahuan, sikap dan pola makan ibu hamil dengan kejadian ibu hamil kurang energi kronik

## **6.2 Saran**

### **1. Bagi Tempat Penelitian**

Bagi puskesmas Siulak Gedang agar memprioritaskan masalah gizi pada ibu hamil yang mengalami kurang energi kronik untuk mencegah masalah gizi yang berkelanjutan.

### **2. Bagi Ibu Hamil**

Bagi masyarakat agar lebih memperhatikan keadaan gizi ibu hamil itu sendiri dengan mencari informasi tentang gizi masyarakat terutama pemenuhan asupan ibu selama hamil agar ibu lebih paham dengan apa dampak dan akibat yang akan timbul masalah agar segera bisa diatasi

### **3. Bagi Peneliti**

Bagi peneliti diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang ibu hamil kurang energi kronik