

ABSTRAK



UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
SKRIPSI, JANUARI 2022

FATKHIYA AGIL

EFEKTIVITAS KONSELING GIZI SEIMBANG TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN KERAGAMAN KONSUMSI PANGAN PADA IBU KELOMPOK USIA DEWASA AKHIR (36-45 TAHUN)

xiv, VI Bab, 75 Halaman, 2 Gambar, 9 Tabel, 9 Lampiran

Latar Belakang: Indonesia khususnya pada kelompok Wanita Usia Subur (WUS) pada umumnya masih didominasi oleh masalah gizi utama yaitu Kekurangan Energi Kronis (KEK), serta masalah anemia besi. Masalah gizi ini dipengaruhi oleh faktor langsung yaitu pola konsumsi individu, maupun tidak langsung yaitu sosial ekonomi, pendidikan, dan pengetahuan tentang gizi. Untuk meningkatkan pemahaman dalam memilih makanan yang sehat dan bergizi dapat melakukan pendidikan gizi.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konseling gizi seimbang terhadap pengetahuan, sikap dan keragaman konsumsi pangan ibu.

Metode: Penelitian ini merupakan Quasi Experiment dengan pendekatan studi *cross-sectional* menggunakan rancangan *pretest-posttest with control group* dimana terdapat kelompok eksperimen (diberikan konseling gizi) dan kontrol (hanya diberikan *flyer*) masing-masing kelompok terdapat 30 orang. Pengolahan data menggunakan Uji T-test *Dependent*, *Wilcoxon*, Uji T-test *Independent* & *Mann-Whitney*.

Hasil: Rata rata skor pengetahuan, sikap, dan keragaman pangan sebelum diberi konseling gizi pada kelompok eksperimen sebesar (54.50±10.03) (82.41±11.73) recall 1 (4.73±1.25) dan kelompok kontrol (54.33±11.79) (81.75±15.24) recall 1 (4.60±1.10), sedangkan rata-rata skor pengetahuan, sikap, dan keragaman pangan sesudah pemberian konseling gizi pada kelompok eksperimen sebesar posttest 1 (77.50±12.50) (89.33±8.52) recall 2 (5.00±1.08) dan posttest 2 (76.16±12.36) (89.25±8.57) dan kelompok kontrol posttest 1 (61.83±13.22) (82.20±13.51), recall 2 (4.67±0.95) dan posttest 2 (62.83±13.75) (81.75±13.99). Hasil uji statistik menunjukkan adanya pengaruh konseling gizi terhadap pengetahuan dan sikap responden saat posttest 1 dan 2 ($p < 0.05$) serta terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen pada saat posttest 1 dan 2 ($p < 0.05$).

Kesimpulan: Konseling gizi berpengaruh terhadap perubahan pengetahuan dan sikap gizi seimbang ibu, namun belum memberikan pengaruh pada keragaman konsumsi pangan, dan terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap pada saat posttest 1 dan 2 antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, namun tidak terdapat perbedaan keragaman konsumsi pangan antar kedua kelompok.

Daftar Bacaan : 43 (1997-2021)

Kata kunci: gizi seimbang, keragaman konsumsi pangan, konseling gizi, pengetahuan, sikap.

ABSTRACT



UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
SKRIPSI, JANUARI 2022

FATKHIYA AGIL

EFFECTIVITY OF BALANCED NUTRITION COUNSELING TOWARDS THE CHANGE OF KNOWLEDGE, BEHAVIOR, AND DIETARY DIVERSITY ON THE LATE ADULT MOTHERS (36-45 YEARS OLD)

xiv, VI Chapters, 77 Pages, 2 Pictures, 9 Tables, 9 Appendixes

Background: Indonesia especially among Women of Reproductive Age (WRA) generally still dominated by major nutrition problems such as Chronic Energy Deficiency (CED) and anemia iron deficiency. These nutrition problems influenced by direct factors that is individual food consumption patterns, and indirect factors such as socioeconomic, educational background, and nutrition knowledge. Increasing healthy and nutritious foods choices comprehension could be obtained by nutrition education.

Purpose: This study aimed to know the effectiveness of balanced nutrition counseling towards knowledge, behavior, and dietary diversity on mothers.

Methods: This study is a Quasi Experimental with cross-sectional approached using pretest-posttest with control group design divided into experimental group which given balanced nutrition counseling and control group given only flyer with the same topic, consists of 30 people each group. Data processed using Dependent T-test, Wilcoxon test, Independent T-test & Mann-Whitney test.

Results: The average score of knowledge, attitude and dietary diversity before given nutrition counseling in the intervention group was (54.50±10.03) (82.41±11.73) recall 1 (4.73±1.25) and control group (54.33±11.79) (81.75±15.24), recall 1 (4.60±1.10), while the average score of knowledge, attitude and dietary diversity after given nutrition counseling in the intervention group at posttest 1 (77.50±12.50) (89.33±8.52) recall 2 (5.00±1.08) dan posttest 2 (76.16±12.36) (89.25±8.57) and the control group posttest 1 (61.83±13.22) (82.20±13.51), recall 2 (4.67±0.95) and posttest 2 (62.83±13.75) (81.75±13.99). Statistical analyses showed that there is influence of nutrition counseling towards respondents' knowledge and behavior on posttest 1 and 2 ($p < 0.05$), also had showed differences in knowledge and behavior on posttest 1 and 2 scores between both groups ($p < 0.05$).

Conclusion: Nutrition counseling affect to change mother's balanced nutrition knowledge and behavior, yet not gave any effects on dietary diversity, also had showed differences in knowledge and behavior on posttest 1 and 2 scores between both groups, but had not showed any differences on dietary diversity on both groups.

Reading List : 43 (1997-2021)

Keywords: balanced nutrition, dietary diversity, nutrition counseling, knowledge, behavior.