

Pengaruh Media Leaflet Tentang Makanan Tinggi Zat Besi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Penjamah Makanan di Panti Asuhan Budi Mulya

The Influence of Leaflet Media About Foods High in Iron on the Knowledge and Attitude of Food Handler at Budi Mulya Orphanage

Munifa^{1*}

Juni Ramadhan²

Cindy Regina Patricia³

Lamia Diang Mahalia⁴

^{*1}Poltekkes Kemenkes Palangka Raya, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

*email:

mufidapuniq@gmail.com

Abstrak

Zat besi adalah suatu mineral yang amat penting bagi manusia, dan salah satu cara yang paling efektif untuk memenuhi kebutuhan nutrisi tersebut adalah dengan mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi secara teratur. Pada penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh leaflet terhadap pengetahuan dan sikap penjamah makanan di Panti Asuhan Budi Mulya. Jenis penelitian *Quasi Eksperimen* dengan rancangan *pre-test* dan *post-test*. Subjek penelitian sebanyak 35 penjamah makanan. Hasil data di analisis menggunakan uji *T Dependen* untuk data pengetahuan, sedangkan data sikap menggunakan McNemar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh leaflet makanan tinggi zat besi terhadap pengetahuan penjamah makanan ($p=0,000$). Sebaliknya, tidak ada pengaruh leaflet terhadap sikap penjamah makanan ($p=0,453$). Dapat disimpulkan bahwa media leaflet yang berisi informasi tentang makanan tinggi zat besi mempengaruhi pengetahuan penjamah makanan yang ada di Panti Asuhan Budi Mulya.

Kata Kunci:

Makanan Tinggi Zat Besi
Leaflet
Pengetahuan

Keywords:

Foods High in Iron
Leaflet
Knowledge

Abstract

Iron is a mineral that is very important for humans, and one of the most effective ways to meet these nutritional needs is to consume foods that contain iron regularly. This study aims to analyze the effect of leaflets on the knowledge and attitudes of food handlers at the Budi Mulya Orphanage. The research used a Quasi-Experimental research type with a pre-test and post-test design with 35 food handlers as research subjects. The results of the data were analyzed using the Dependent T test for knowledge data, while the attitude data used McNemar. The results showed that there was an effect of high-iron food leaflets on the knowledge of food handlers ($p=0.000$). On the other hand, there was no leaflet effect on the attitude of food handlers ($p=0.453$). It can be concluded that leaflet media containing information about foods high in iron influences the knowledge of food handlers at the Budi Mulya Orphanage.



© 2024 The Authors. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/jsm.v10i3.8962>.

PENDAHULUAN

WHO mencatat bahwa angka prevalensi anemia di seluruh dunia pada tahun 2021 berkisar antara 40 – 80%, sementara data Riskesdas Nasional tahun 2018 menunjukkan bahwa 32 % remaja mengalami anemia, yang berarti 3 hingga 4 dari 10 remaja menderita kondisi ini. Selain itu, hasil Riskesdas tahun 2018 juga mencatat bahwa 37,1 % ibu hamil usia 15-24 tahun mengalami anemia. Untuk mengatasi masalah ini, Kementerian Kesehatan akan melakukan penanggulangan anemia melalui serangkaian kegiatan seperti edukasi, promosi gizi seimbang, fortifikasi zat besi pada bahan makanan, serta peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat.

Terjadinya anemia dikarenakan berkurangnya jumlah eritrosit atau hemoglobin yang membawa oksigen melalui aliran darah yang mengakibatkan ketidakmampuan untuk menjalankan tugasnya sebagai pengirim oksigen ke seluruh jaringan. (Ertiana dan Astuti, 2018).

Zat besi menjadi sangat penting dalam pembentukan hemoglobin di dalam sel darah merah karena hemoglobin berfungsi sebagai pengangkut oksigen ke seluruh bagian tubuh. Selain itu, zat besi juga memainkan peran penting dalam menjaga sistem kekebalan tubuh. (Fadhil dan Nanda, 2020). Makanan yang berasal dari hewan dan tumbuhan menyediakan sumber zat besi,

tetapi zat besi dalam makanan hewan lebih mudah diserap oleh tubuh daripada zat besi dalam makanan tumbuhan.(Helmyati et al., 2018).

Remaja putri yang sedang mengalami masa menstruasi berisiko lebih tinggi untuk mengalami anemia, terutama anemia yang berkaitan dengan kekurangan zat besi. Anemia merupakan keadaan di mana kadar hemoglobin (Hb) atau jumlah sel darah merah tidak mencapai tingkat normal yang sebesar 12,0 gram/100 ml. (Isnaini dan Giti, 2022).

Leaflet yang berisi informasi tentang makanan tinggi zat besi digunakan penulis sebagai edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap penjamah makanan. *Leaflet* merupakan media yang berbentuk lembaran yang didalamnya memuat pesan kesehatan yang berisikan tulisan dan gambar sesuai dengan topik kesehatan yang ingin disampaikan kepada audiens. Menggunakan media sebagai alat untuk memberikan edukasi dapat meningkatkan sikap respons dari individu dalam menentukan pilihan, dimana pengetahuan yang diterima melalui media berperan penting dalam membentuk sikap yang diambil. (Meidiana et al. 2018).

Berdasarkan hasil survey pendahulu di Panti Asuhan Budi Mulya di peroleh data saat ini jumlah anak ditampung berjumlah 147 orang yang terdiri dari anak anak dhuafa, yatim, piatu dan yatim piatu. Dengan jumlah anak asuh perempuan berjumlah 64 orang dan anak asuh laki-laki berjumlah 83 orang. Penjamah makanan yang berada di panti asuhan berjumlah 35 penjamah makanan yang bertugas dari proses persiapan, pengolahan hingga penyajian. Menu yang disajikan setiap harinya disesuaikan dengan bahan makanan yang didapatkan dari donatur sehingga menu makanan yang disajikan sering berulang setiap harinya dikarenakan keterbatasan bahan dan biaya. Menu yang disajikan berupa makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati dan sayuran tetapi dalam sekali makam tidak semuanya dapat disajikan sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Dalam hal ini panti asuhan belum bisa menyajikan makanan yang bergizi seimbang dan

tinggi zat besi dikarenakan keterbatasan bahan pangan yang disediakan, maka dari itu perlunya dilakukan penelitian agar para penjamah makanan dapat teredukasi pentingnya pemberian makanan tinggi zat besi.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh pemberian *leaflet* tentang makanan tinggi zat besi terhadap pengetahuan dan sikap penjamah makanan di Panti Asuhan Budi Mulya.

METODOLOGI

Desain penelitian menggunakan *Quasi Eksperimen* dengan rancangan *pre-test* dan *post-test*. Intervensi yang diberikan kepada penjamah makanan yaitu penyuluhan menggunakan media berupa media *leaflet* dengan materi makanan tinggi zat besi. Penyuluhan dilakukan dua kali pertemuan dalam *range* waktu dua minggu dan durasi waktu 50 menit/pertemuan.

Subjek yang dilibatkan pada penelitian ini yaitu semua penjamah makanan yang ada di Panti Asuhan Budi Mulya dengan jumlah total 35 penjamah makanan. Dilakukan *pre-test* dan *post-test* serta pengisian kuisisioner untuk mengetahui pengaruh pemberian *leaflet* makanan tinggi zat besi pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah edukasi gizi. Untuk menganalisis data pengetahuan yaitu dengan menggunakan uji *T-Dependen* agar dapat melihat seberapa besar pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan penjamah makanan dan uji *McNemar* agar dapat melihat pengaruh penyuluhan terhadap sikap penjamah makanan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi frekuensi karakteristik sampel penelitian berdasarkan umur ditunjukkan pada tabel I.

Tabel I. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Umur	Jumlah	%
12 – 15	20	57,1
16 – 19	15	42,9

Sumber : Data Primer, 2023

Umur penjamah makanan dalam penelitian ini didominasi oleh responden yang berumur 12-15 tahun dengan persentase total 57,1%. Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Darsini et al. 2019) menyatakan bahwa umur mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Dengan bertambahnya umur individu, maka daya tangkap dan pola pikir seseorang akan lebih berkembang sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin membaik. Distribusi frekuensi karakteristik sampel penelitian berdasarkan pendidikan ditunjukkan pada tabel II.

Tabel II. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Jumlah	%
MTS	15	42,9
SMK	20	57,1

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel diatas menjelaskan responden dengan tingkat pendidikan MTS (Madrasah Tsanawiyah) berjumlah 15 orang (42,9%) dan responden dengan tingkat pendidikan SMK (Sekolah Menengah Kejuruan) berjumlah 20 orang (57,1%). Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya (Darsini et al. 2019).

Tabel III. Pengetahuan Penjamah Makanan Sebelum dan Sesudah dilakukan Penyuluhan

Pengetahuan	Min	Max	Median	SD
Sebelum	17	64	41,46	14.290
Sesudah	58	94	76,86	9.220

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan data pada tabel III, presentase pengetahuan responden sebelum diberi penyuluhan tentang makanan tinggi zat besi diperoleh rata-rata 41,46, sedangkan persentase responden sesudah diberi penyuluhan tentang makanan tinggi zat besi diperoleh rata-rata 76,86. Dapat disimpulkan bahwa penjamah makanan mengalami peningkatan peningkatan dari skor awal hingga skor akhir hal ini dapat disebabkan karena penjamah makanan telah terpapar materi mengenai makanan tinggi zat besi. Skor mengalami peningkatan dikarenakan penjamah makanan memperhatikan jalannya penyuluhan dengan baik dan seksama. Selain itu dilakukan sesi tanya jawab kepada penjamah makanan hal ini dilakukan untuk mengukur sejauh mana penjamah makanan dapat menjawab pertanyaan yang diberikan pemateri.

Tabel IV. Sikap Penjamah Makanan Sebelum dan Sesudah dilakukan Penyuluhan

Pengetahuan	Min	Max	Median	SD
Sebelum	45	73	57.18	7.721
Sesudah	52	73	63.09	6.340

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel IV, presentase sikap responden sebelum diberi penyuluhan tentang makanan tinggi zat besi diperoleh rata-rata 57.00 sedangkan persentase responden sesudah diberi penyuluhan tentang makanan tinggi zat besi diperoleh rata-rata 63.00.

Tabel V. Hasil uji statistik Pengaruh Penyuluhan terhadap Pengetahuan dengan Uji T-Dependen

Variabel	Jenis Uji	Sig.	Keterangan
Pengetahuan	Dependent T Test	0,000	Ada Pengaruh

Sumber : Data Primer, 2023

Dari hasil pengujian statistik menggunakan *Dependent T-Test*, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menandakan adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan penjamah makanan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan sebelumnya yang dilakukan oleh (Pakhri et al. 2018) mengenai pengaruh edukasi gizi terhadap edukasi gizi terhadap pengetahuan gizi mengenai makanan asupan energi, protein, dan besi pada remaja yang dimana hasilnya menunjukkan bahwa terdapat perubahan hasil rata-rata pengetahuan mengenai gizi pada saat sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi.

Selain itu sejalan dengan penelitian Putra et al (2019) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan sebelum diberikan edukasi gizi dan sesudah diberikan edukasi gizi dengan nilai $p = 0,0000$ ($p < 0,05$) yang berarti bahwa pemberian edukasi gizi mengenai anemia berpengaruh terhadap pengetahuan. Edukasi gizi merupakan salah satu bagian dari kegiatan pendidikan kesehatan yang merupakan suatu upaya terencana untuk dapat mengubah perilaku individu dalam hal bidang kesehatan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif individu (Azhari dan Fayasari 2020).

Tabel VI. Hasil uji statistik Pengaruh Penyuluhan terhadap Sikap dengan Uji McNemar

Variabel	Jenis Uji	Sig.	Keterangan
Sikap	McNemar	0,453	Tidak Ada Pengaruh

Sumber : Data Primer, 2023

Hasil analisis dengan menggunakan uji McNemar menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,453 ($> 0,05$) yang mengindikasikan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara sikap awal dan akhir setelah pembelajaran menggunakan leaflet sebagai media. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Rahmawati et al. 2020) hasil pengujian *Paired t-test* menunjukkan bahwa pemberian penyuluhan tidak berpengaruh signifikan terhadap sikap higiene

perorangan penjamah makanan, terbukti dengan nilai *p-value* sebesar 0,059.

Selain itu penelitian yang dilakukan oleh (Idris dan Enggar 2019) menyatakan bahwa dengan menggunakan uji wilcoxon diperoleh nilai *p-value* 0,363 ($> 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh penyuluhan tentang Asi Eksklusif dengan menggunakan media audio visual terhadap sikap ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Singgani kota Palu.

Pemberian edukasi dengan menggunakan media dapat berpengaruh meningkatkan sikap responden dalam menentukan sikap, pengetahuan yang didapatkan sangat berpengaruh besar terhadap sikap yang dipilih (Meidiana et al. 2018).

KESIMPULAN

Pengetahuan penjamah makanan mengalami peningkatan setelah menerima penyuluhan dengan media leaflet. Media leaflet yang berisi informasi tentang makanan tinggi zat besi berpengaruh terhadap pengetahuan penjamah makanan yang ada di Panti Asuhan Budi Mulya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih serta penghargaan kami ucapkan kepada seluruh pihak yang telah berpartisipasi dalam kegiatan penelitian yang dilakukan, yaitu pihak Poltekkes Kemenkes Palangka Raya dan Panti Asuhan Budi Mulya.

REFERENSI

- Azhari, M. A., & Fayasari, A. 2020. Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Ceramah Dan Video Sarapan Serta Konsumsi Sayur Buah. *Aceh Nutrition Journal*, 5(1):55–61.
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E.A., 2019. Pengetahuan: Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1):95-107.
- Ertiana, Dwi, & Astuti, D. Y. 2018. *Anemia Dalam Kehamilan*. Jember: Pustaka Abadi.

- Fadhil, Ahsan, & Nanda, R.Y. 2020. *Lawan Virus Corona Studi Nutrisi Untuk Kekebalan Tubuh*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Helmyati, Siti, Yuliana, E., Maghribi, R., & Wisnusanti, S.U. 2018. *Manajemen Gizi Dalam Kondisi Bencana*. Yogyakarta: UGM Press.
- Isnaini, Yuni Subhi, and Ida Ayu Iswari Pramesti Giti. 2022. *Monograf Pelatihan Senam Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri Untuk Peningkatan Kadar Hemoglobin*. Pidie: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Idris, Idris, & Enggar. 2019. Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Audio Visual Tentang Asi Eksklusif Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Di Puskesmas Singgani Kota Palu. *Jurnal Bidan Cerdas (JBC)* 1(2): 51-58
- Meidiana, Risma, Simbolon, D., Wahyudi, A. 2018. Pengaruh Edukasi Melalui Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Overweight. *Jurnal Kesehatan*, 9(3): 478–484.
- Pakhri & Asmarudin. 2018. Kebutuhan Asupan Energi, Protein Dan Besi Pada Remaja. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*. 39–43.
- Putra, Hasanah, R.W., Supadi, J., Wijaningsih, W. 2019. The Effect of Nutrition Education on Knowledge and Attitude About Anemia in Adolescent. *Jurnal Riset Gizi*, 7(2):75–78.
- Rahmawati, Ulya, Subandriani, D.N., & Yuniarti. 2020. Pengaruh Penyuluhan Dengan Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Praktik Higiene Perorangan Pada Penjamah Makanan. *Jurnal Riset Gizi*, 8(1):6–10.