

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN METODE DEMONSTRASI TERHADAP PENGETAHUAN KELUARGA TENTANG GIZI LANSIA DI RW 03 DESA PARAKAN CIOMAS

Royani¹, Ismi Nurul Hidayati²
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan IMC Bintaro
E-mail: royani_r@yahoo.com, isminurulhidayati3@gmail.com

Abstrak

Pendahuluan: Orang yang dikatakan lanjut usia yaitu seseorang yang memasuki usia 60 tahun keatas. Seiring meningkatnya usia sehingga akan lebih sering mengalami gangguan kesehatan, pada masa ini penyerapan makanan cenderung berkurang sehingga apabila sampai kekurangan gizi. Karena itu diperlukan asupan gizi yang baik, maka pentingnya bantuan anggota keluarga yang memiliki pengetahuan tentang kebutuhan gizi yang dibutuhkan laansia. Pengetahuan didapatkan melalui pengindraan baik penglihatan, pendengaran dan didapat melalui pendidikan formal maupun proses pembelajaran alami atau pengalaman. Tujuan: untuk mengetahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Demonstrasi Terhadap Pengetahuan Keluarga Tentang Gizi Lansia di RW 03 Desa Parakan Ciomas. Metode: Jenis penelitian ini adalah Kuantitatif dengan penelitian *Quasi Eksperimental Design One Grup Pretest-Post Test*. Populasi: seluruh keluarga yang tinggal bersama lansia di RW 03 berjumlah 81 keluarga. Sampel: Teknik pengambilan sampel menggunakan *Total Sampling*. Metode analisis data menggunakan Uji *Paired Sampel T Test*. Hasil: Hasil anlisis sebelum dan setelah Uji *Paired Sampel T Test* menunjukkan *p value* pengetahuan 0,000 dengan standar *p value* < 0,05. Kesimpulan: ada pengaruh pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan. Kata Kunci: Pendidikan Kesehatan, Pengetahuan, Gizi Lanjut Usia.

Abstract

Introduction: The person who said elderly person who entered the age of 60 years and above. Along with the increasing age so will more often experience impaired health, at this time the absorption of food tend to be reduced so that when up malnourished. Because it needed a good nutrient intake, then the importance of the assistance of family members who have knowledge of nutritional needs required laansia. The knowledge obtained through sensing good vision, hearing and obtained through formal education as well as the natural process of learning or experience. Objective: to know the influence of health education methods of Demonstration Against Family Knowledge about nutrition in the Elderly RW 03 Parakan Ciomas Village. Method: Type of this research is Quantitative Research with Quasi Experimental Design One Group Pretest-Post Test. Population: entire families living with elderly in RW 03 amounted to 81 families. Sample: Sampling technique using Total Sampling. Data analysis using the method of test for Paired Samples T Test. Results: The results of the analysis before and after a test of Paired Samples T Test showed a p value 0.000 knowledge with the default p value < 0.05.

Conclusion: there is an influence of knowledge before and after health education.

Keywords: Health Education, Knowledge, Nutrition Seniors.

PENDAHULUAN

Lanjut usia adalah bagian dari proses tumbuh kembang manusia tidak secara tiba-tiba menjadi tua, tetapi berkembang dari bayi, anak-anak, dewasa dan akhirnya menjadi tua.⁽¹⁾ Menurut Badan Pusat Statistik RI (2017), lansia sering mengalami keluhan kesehatan, data yang didapatkan sekitar 48,91% lansia mengalami keluhan kesehatan dengan mengalami gangguan kesehatan atau kejiwaan, baik yang dialami penduduk seperti panas, pilek, diare, sakit kepala, penyakit akut, penyakit kronis atau keluhan lainnya. Lansia yang banyak mengalami keluhan kesehatan ini banyak dialami oleh lansia yang tinggal di pedesaan dengan presentase sebesar 50,11% daripada lansia yang tinggal di area perkotaan yakni 47,70%. Keluhan lansia dipengaruhi oleh latar belakang lansia, khususnya faktor umur.⁽²⁾ Indonesia adalah termasuk negara yang memasuki era penduduk berstruktur lanjut usia (*aging structured population*) karena jumlah penduduk yang berusia 60 tahun ke atas sekitar 7,18%. Jumlah penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2006 sebesar kurang lebih dari 19 juta, dengan usia harapan hidup 66 tahun. Pada tahun 2009 jumlah lansia sebanyak 14,439.967 jiwa (7,18%) dan pada tahun 2010 mengalami peningkatan menjadi 23.992.553 jiwa (9,77%) sementara pada tahun 2011 jumlah lansia mengalami penurunan sebesar 20 juta jiwa (9,51%), dengan usia harapan hidup 67 tahun dan pada tahun 2020 diperkirakan sebesar 28,8 juta (11,34%), dengan usia harapan hidup 71 tahun.⁽³⁾

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di RW 03 Desa Parakan Ciomas-Bogor November 2018 didapatkan jumlah warga 268 KK yang berada di RW 03 Desa Parakan. Dan jumlah kepala keluarga yang tinggal bersama lanjut usia berjumlah 81 KK. Pengetahuan keluarga tentang gizi lanjut usia kurang baik, dari hasil wawancara

penelitian kepada 10 anggota keluarga lanjut usia di RW 03 Desa Parakan pada tanggal 05 November 2018 terdapat 6 keluarga lanjut usia menyatakan tidak mengetahui gizi untuk lanjut usia dan 4 keluarga lanjut usia menyatakan mengetahui gizi untuk lanjut usia tetapi tidak sepenuhnya diterapkan atau diberikan kepada lanjut usia pada menu makan lanjut usia sehari-hari. Selain itu keluarga lanjut usia menyatakan bahwa lanjut usia didalam keluarganya sering mengkonsumsi makanan siap saji seperti mie instan dan mengonsumsi minuman yang manis manis seperti teh gelas.

METODE

Jenis penelitian ini adalah Kuantitatif dengan penelitian *Quasi Eksperimental Design One Grup Pretest-Post Test*. Lokasi penelitian di Wilayah RW 03 Desa Parakan Ciomas dan dilaksanakan pada bulan maret 2019. Populasi merupakan seluruh subjek dan objek penelitian yang diteliti dalam penelitian ini dengan jumlah populasi 268 KK. Dengan jumlah sampel yang diambil keluarga yang tinggal bersama lansia sebanyak 81 KK.

Instrumen yang digunakan untuk mengetahui variabel pengetahuan keluarga tentang gizi lansia adalah dengan menggunakan lembar Kuesioner yang dibuat sendiri oleh peneliti. Instrumen yang digunakan telah dilakukan uji validitas terhadap 30 responden dengan jumlah 21 pertanyaan yang dilakukan di Wilayah RW 09 Desa Parakan Ciomas. Pertanyaan yang valid adalah 15 pertanyaan dan instrumen ini sudah reliabel karena r hitung lebih besar dari r tabel ($\text{cronbach's alpha } 0,820 > r \text{ tabel } 0,361$).

HASIL

Tahap selanjutnya yang dilakukan setelah uji validitas dan reliabilitas alat ukur adalah memulai pengambilan data penelitian. Pengambilan data penelitian dilakukan pada bulan maret 2019 dengan menyebarkan kuesioner sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan metode demonstrasi. Setelah dilakukan pengolahan data dengan cara pembagian kuesioner dan dengan bantuan aplikasi computer berupa SPSS versi 25.0, maka didapatkan hasil dalam bentuk tabel:

Total	81	100.0
-------	----	-------

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa dari 81 responden mayoritas responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 74 responden (91,4%) sedangkan yang berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 7 responden (8,6%).

Hasil Univariat

Tabel 1
Distribusi Responden Berdasarkan
Usia Responden

Di RW 03 Desa Parakan Ciomas

Variabel	Mean	SD	Min. – Max.	95% CI
Usia	33,48	7,518	19 – 50	31,82

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan hasil rata-rata usia keluarga yang tinggal bersama lansia yaitu 33,48 tahun (95% CI: 31,82 – 35,14), dengan standar deviasi 7,518 tahun. Umur termuda yaitu 19 tahun dan umur tertua yaitu 50 tahun. Dari hasil diatas dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rata-rata usia responden yaitu diantaranya 31,82 – 35,14 tahun.

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Responden
Berdasarkan Jenis Kelamin
Responden

Di RW 03 Desa Parakan Ciomas

No	Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	No	Status Pekerjaan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Perempuan	74	1.	Bekerja	26	32.1
2.	Laki-Laki	7	2.	Tidak Bekerja	55	67.9
			Total		81	100.0

Tabel 3

Distribusi Frekuensi
Responden
Berdasarkan
Pendidikan
Responden

Di RW 03 Desa Parakan
Ciomas

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan bahwa dari 81 responden, responden

yang pendidikan terakhir Tamat SD sebanyak 1 responden (1,2 %), yang berpendidikan terakhir Tamat SMP sebanyak 25 responden (30,9 %), yang berpendidikan SMA sebanyak 46 responden (46 %), yang berpendidikan terakhir S1 sebesar 8 responden (9,9 %), dan yang berpendidikan terakhir S2 sebanyak 1 responden (1,2 %).

Tabel 4

Distribusi Frekuensi Berdasarkan
Status Pekerjaan Responden

Di RW 03 Desa Parakan
Ciomas

Berdasarkan tabel 4 diatas menunjukkan bahwa dari 81

responden, responden yang bekerja yaitu sebanyak 26 responden (32,1%) dan responden yang tidak bekerja yaitu sebanyak 55 responden (67,9%).

Tabel 5

Distribusi Rerata Pada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Domonstrasi Terhadap Pengetahuan Keluarga Tentang Gizi Lansia Di RW 03 Desa Parakan Ciomas

Tingkat Pengetahuan	Sebelum Pendidikan Kesehatan	Setelah Pendidikan Kesehatan
Cukup	(n) 38 (53,1%)	(n) 13 (16%)
Baik	0	68 (84%)

Berdasarkan tabel 5 diatas menunjukkan hasil analisis dari 81 responden diketahui bahwa, data univariat menunjukkan tingkat pengetahuan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan metode demonstrasi dinyatakan bahwa mayoritas tingkat pengetahuan pada kategori kurang yaitu sebanyak 43 responden (53,1%) dan kategori cukup yaitu sebanyak 38 responden (46,9%). Dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan metode demonstrasi dinyatakan bahwa mayoritas tingkat pengetahuan pada kategori cukup yaitu sebanyak 13 responden (68%) dan kategori baik yaitu sebanyak 68 responden (84%).

Hasil Bivariat

Tabel 6
Distribusi Uji Paired Sample T Test

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Demonstrasi Terhadap Pengetahuan Keluarga Tentang Gizi Lansia Di RW 03 Desa Parakan Ciomas

Variabel	N	Mean	SD	Std. Error	P value
Pengetahui sebelum	81	8,40	1,021	0,113	0,000
Pengetahui setelah	81	12,85	1,205	0,134	0,000

Berdasarkan tabel 6 diatas menunjukkan hasil analisis dari 81 responden diketahui bahwa, rata-rata nilai dari pengetahuan responden sebelum dilakukan pendidikan kesehatan adalah 8,40 dengan standar deviasi 1,021. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan didapat nilai rata-rata responden menjadi 12,85 dengan standar deviasi 1,205. Terlihat nilai mean perbedaan antara sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan adalah 4,457 dengan standar deviasi 1,574. Hasil uji statistik didapatkan nilai 0,000 maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan metode demonstrasi tentang gizi lansia di RW 03 Desa Parakan Ciomas.

PEMBAHASAN

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Demonstrasi terhadap Pengetahuan keluarga tentang gizi lansia sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh pendidikan kesehatan metode demonstrasi terhadap pengetahuan keluarga tentang gizi lansia. Berdasarkan hasil penelitian dari 81 responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang yaitu sebanyak 43 responden (53,1%) dan kategori cukup yaitu sebanyak 38 responden (46,9%).

Pengetahuan responden mengalami peningkatan setelah dilakukan pendidikan kesehatan metode demonstrasi dinyatakan bahwa mayoritas tingkat pengetahuan pada kategori cukup yaitu sebanyak 13 responden (68%) dan kategori baik yaitu sebanyak 68 responden (84%).

Pada penelitian ini setelah diberikan pendidikan kesehatan metode demonstrasi, terdapat nilai signifikansi ($p < 0,005$) artinya terdapat pengaruh antara sebelum dan sesudah

dilakukan pendidikan kesehatan metode demonstrasi. Responden mengalami peningkatan pengetahuan antara sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.

Menurut Silberman (dalam Bahruddin) menjelaskan bahwa belajar membutuhkan keterlibatan mental dan tindakan sekaligus. Belajar dengan cara mendengarkan siswa akan mengingat 20%, dengan melihat akan akan mengingat 50%, mendiskusikan dengan siswa lain akan mengingat 70%, dengan melakukan siswa akan mengingat 90%. Pendidikan kesehatan metode demonstrasi mempunyai prosentase tertinggi (90%) dalam mengingat materi atau pengetahuan baru yang diterima oleh responden.⁽⁴⁾

KESIMPULAN

Pada 81 responden di RW 03 Desa Parakan Ciomas sebelum dilakukannya pendidikan kesehatan tentang gizi lansia didapatkan bahwa tingkat pengetahuan pada kategori kurang yaitu sebanyak 48 responden (53,1%) sedangkan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 38 responden (46,9%). Berdasarkan data univariat menunjukkan bahwa nilai rerata setelah dilakukannya pendidikan kesehatan tentang gizi lansia didapatkan bahwa tingkat pengetahuan pada kategori baik yaitu sebanyak 68 responden (84%) sedangkan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 13 responden (16%). Pada hasil penelitian, terdapat pengaruh pendidikan kesehatan metode demonstrasi terhadap pengetahuan keluarga tentang gizi lansia di RW 03 Desa Parakan Ciomas

Bogor, yang dibuktikan dengan nilai $p= 0,000$ artinya ada pengaruh yang signifikan.

SARAN

Bagi masyarakat umum yang mempunyai lanjut usia, diharapkan untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi lansia baik melalui penyuluhan ataupun media lainnya agar keluarga yang mempunyai lanjut usia dapat memperdalam pengetahuan tentang gizi lansia sehingga berkurangnya keluhan yang ada pada lansia dan mengurangi angka kesakitan pada lansia. Untuk peneliti selanjutnya, lebih memperhatikan faktor yang dapat mengganggu pelaksanaan pendidikan kesehatan, dan untuk melakukan observasi dengan cermat saat melakukan studi pendahuluan untuk mengukur sejauh mana tingkat pengetahuan responden tentang gizi lansia agar lebih tepat sasaran pada saat memberikan materi yaitu sesuai dengan kebutuhan responden yang belum pernah responden dapatkan dalam pendidikan formal.

DAFTAR PUSTAKA

1. Azizah, Lilik Ma' rifatul, (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Edisi 1. Yogyakarta: Graha Ilmu
2. Badan Pusat Statistik, (2017). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2017*, Jakarta : Badan Pusat Statistik.
3. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2012). *Profil Kesehatan Indonesia 2011*. Jakarta: Depkes RI.
3. Bahruddin, Essa nur wahyuni. Teori belajar dan pembelajaran. Jogjakarta: Ar-ruzz Media; 2010.