

PENYULUHAN PENDEKATAN EMOTIONAL DEMONSTRATION (EMO-DEMO) JADWAL MAKAN BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SINGANDARU, KOTA SERANG

Affiah Putri Faizah¹, Rakhmi Setyani Sartika¹, Siti Muafiah²

¹Program Studi Gizi, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Kota Serang, Indonesia

²Puskesmas Singandaru, Kota Serang, Indonesia

Email korespondensi: 8882200025@untirta.ac.id



<p>Kata kunci</p> <p>Balita; Emo-Demo; Ibu Balita; Pengetahuan; <i>Stunting</i>.</p>	<p>ABSTRAK</p> <p>Usia 0-5 tahun menjadi periode yang rentan bagi anak karena pada masa ini balita sangat peka pada gangguan pertumbuhan sehingga membutuhkan perhatian khusus terkait gizi. Salah satu masalah gizi balita yaitu <i>stunting</i>. <i>Stunting</i> terjadi akibat ketidakcukupan asupan zat gizi dan penyakit infeksi selama 1000 hari pertama kehidupan anak. Orang tua terutama ibu/pengasuh berperan penting dalam pencegahan <i>stunting</i>. Pemberian makan balita yang tepat dapat membantu mencegah <i>stunting</i>. Penyuluhan gizi dengan metode Emo-Demo (<i>Emotional Demonstration</i>) dapat dilakukan sebagai upaya pencegahan <i>stunting</i>. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan mengenai jadwal makan balita. Peserta kegiatan ini adalah ibu/pengasuh balita di Kelurahan Lontarbaru, wilayah kerja Puskesmas Singandaru, Kota Serang, Provinsi Banten. Media yang digunakan adalah <i>banner</i> jadwal makan anak, kartu gambar makanan utama dan camilan, pasir, gelas plastik, bola pingpong, serta kartu kata ‘benerin dan salah’. Untuk mengukur pengetahuan peserta sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan, dilakukan <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> berupa pertanyaan pilihan ganda. Hasil kegiatan penyuluhan dengan metode Emo-Demo ini menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan peserta dari 77.8% menjadi 82.2%. Kegiatan penyuluhan tentang jadwal makan balita yang baik melalui pendekatan Emo-Demo perlu dilakukan kepada ibu/ pengasuh balita sebagai upaya pencegahan <i>stunting</i>.</p>
<p>Keywords:</p> <p><i>Toddler</i>; <i>Emo-Demo</i>; <i>Toddler Mother</i>; <i>Stunting</i>.</p>	<p>ABSTRACT</p> <p><i>The ages of 0-5 years are a vulnerable period for children because at this time toddlers are very prone to growth disorders, so they require special attention regarding nutrition. One of the nutritional problems of toddlers is stunting. Stunting occurs due to inadequate nutritional intake and infectious diseases during the first 1000 days of a child's life. Parents especially mothers and caregivers, play an important role in preventing stunting. Proper feeding of toddlers can help prevent stunting. Nutrition education using the Emo-Demo (Emotional Demonstration) method can be carried out as an effort to prevent stunting. The aim of this activity was to increase knowledge regarding toddler feeding schedules. Participants in this activity were mothers of toddlers in Lontarbaru Subdistrict, working area of Puskesmas Singandaru, Serang City, Banten Province. The media used included children's meal schedule banners, picture cards of main meals and snacks, sand, plastic cups, ping pong balls, and 'correct and wrong' word cards. To measure participants' knowledge before and after the education, a pre-test and post-test were carried out in the form of multiple choice questions. The results of activities using the Emo-Demo method showed an increase in participants' knowledge scores from 77.8% to 82.2%. Education activities on a good toddler schedule using the Emo-Demo approach need to be carried out to mothers and caregivers of toddlers as an effort to prevent stunting.</i></p>



PENDAHULUAN

Masa balita menjadi periode yang rentan pada anak, karena usia 0-5 tahun, balita mengalami perkembangan mental, fisik, dan juga perilaku (Gunawan & Ash shofar, 2018). Usia ini menjadi usia yang rentan juga karena pada masa ini balita sangat peka pada gangguan pertumbuhan dan juga bahaya yang dialaminya (Rosidah & Harsiwi, 2017). Oleh karena itu, balita membutuhkan perhatian khusus terkait gizi (Gunawan & Ash shofar, 2018).

Terdapat banyak masalah gizi yang terjadi pada balita salah satunya yakni *stunting*. Menurut WHO (2020) *stunting* merupakan istilah pendek/sangat pendek dengan indikator panjang/tinggi badan menurut umur dimana nilai *z-score* <-2 SD (Standar Deviasi) pada kurva pertumbuhan WHO yang disebabkan kondisi *irreversible* karena ketidakcukupan zat gizi berdasarkan kebutuhan dan atau adanya infeksi berulang yang terjadi saat 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) (Kemenkes RI, 2022).

Periode 1000 HPK menjadi periode emas dan periode kritis (*windows of opportunity*). *Stunting* pada usia ini menjadi masa jendela yang kritis (*window period*) mampu mengakibatkan kerusakan baik organ ataupun fungsi yang bermasalah dimana terjadi pada anak usia di atas 5 tahun. Hal tersebut menyebabkan masalah pada kesehatan dan juga adanya manifestasi klinis yang tidak baik pada balita (Pratama *et al*, 2019).

Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022, didapatkan hasil bahwa masalah gizi balita *stunting* nasional di Indonesia sebesar 21.6%. Sedangkan di Provinsi Banten pada tahun yang sama, masalah gizi balita *stunting* sebesar 20%. Namun, untuk daerah Kota Serang di Provinsi Banten 2022, masalah gizi balita *stunting* melebihi prevalensi tingkat nasional yakni sebesar 23.8% (Munira, 2023). Sedangkan standar dari *World Health Organization* (WHO) mengenai prevalensi *stunting* harus berada di angka kurang dari 20% (Kemenkes RI, 2023).

Puskesmas Singandaru merupakan salah satu pelayanan kesehatan yang berada di Kecamatan Serang. Berdasarkan Evaluasi Kegiatan Program Gizi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Singandaru Januari sampai Juli 2023, didapatkan data jumlah balita usia 24-59 bulan yang mengalami *stunting* di wilayah kerja UPTD Puskesmas Singandaru Kota Serang 2023 yakni sebesar 23.7% dengan target capaian angka *stunting* pada Juli 2023 di Puskesmas Singandaru sebesar 16%. Selain itu, masalah gizi *stunting* ini merupakan masalah gizi balita yang paling tinggi kasusnya pada Agustus 2023 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Singandaru yakni sebesar 161 kasus dari 3 kelurahan (Kota Baru, Lontarbaru, dan Kagungan), diikuti oleh masalah gizi *underweight* sebanyak 110 kasus dan *wasting* sebanyak 61 kasus.

Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi kejadian masalah gizi *stunting* pada balita. Faktor secara langsung berkaitan pada status gizi yakni asupan tidak adekuat dan adanya penyakit yang menular. Adapun faktor secara tidak langsung yakni salah satunya pola asuh. Rendahnya pengetahuan orang tua terhadap pemilihan makanan secara benar dan praktik dalam pemberian makan yang sesuai dapat mengakibatkan terjadinya malnutrisi (Sharlin & Edelstein, 2015).

Dalam upaya pencegahan dan pengentasan masalah gizi *stunting* pada anak, orang tua mempunyai peran yang sangat penting untuk memenuhi kebutuhan gizi balita, hal ini juga berhubungan dengan pengaturan pola makan pada balita. Tetapi, masih banyak orang tua yang tidak sadar bahwa pola asuh gizi yang telah diberikan itu salah, sehingga menyebabkan anak tidak dapat memenuhi pemenuhan gizi secara maksimal dari asupan makan oleh ibu (Nadira *et al.*, 2023). Hal tersebut berkaitan dengan tingkat pengetahuan ibu/pengasuh balita yang masih rendah mengenai pengetahuan pemenuhan gizi untuk anak.

Hasil penelitian Wardani *et al.*, (2022) melaporkan adanya hubungan tingkat pengetahuan ibu terhadap *stunting* balita 24-59 bulan di Desa Penedagandor (*p-value* = 0,000). Hal ini juga sejalan dengan penelitian Adelina, Widajanti, & Nugraheni (2018) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan gizi ibu terhadap kejadian balita 24-59

bulan yang mengalami *stunting* (p -value = 0,017) di Wilayah Kerja Puskesmas Duren Kabupaten Semarang. Pengetahuan berhubungan erat dengan tingkat pendidikan. Dapat dikatakan jika memiliki pendidikan yang tinggi, maka akan semakin luas juga tingkat pengetahuannya. Tingkat pengetahuan ibu merupakan kunci dalam mengelola suatu rumah tangga, hal tersebut mempengaruhi perilaku ibu dalam memilih pangan yang akan dimakan keluarga. Pengetahuan gizi ibu yang baik akan paham betapa pentingnya status gizi yang baik untuk kesehatan dan kesejahteraan keluarga (Wahyuni, 2015).

Selain tingkat pengetahuan ibu, terdapat salah satu faktor terjadinya masalah gizi seperti *stunting* dan *wasting* yakni permasalahan kesulitan makan pada anak yang mempengaruhi tumbuh kembang anak (Apriani, 2022). Kesulitan makan (*picky eater*) dapat disebabkan oleh rendahnya pemenuhan kebutuhan gizi (Loka *et al.*, 2018). Apabila tidak segera diatasi, menyebabkan anak mengalami pertumbuhan yang terhambat, kurang gizi, dan rentan terkena penyakit (Nyanyi, Wahyuni, & Swaidatul, 2019).

Berdasarkan penelitian Apriani (2022) terdapat hubungan antara gaya pemberian makan orang tua terhadap sikap sulit makan pada anak pra-sekolah. Didapatkan hasil analisis bahwa ibu tidak mempersiapkan makanan dengan cara yang baik dan menarik. Di samping itu, juga ditemukan bahwa perilaku ibu yang dapat mempengaruhi anak sulit makan adalah memberikan jajanan untuk memenangkan anak, memaksa anak supaya mau makan, dan tidak menerapkan jadwal makan tepat waktu pada anak. Penerapan jadwal makan sangat penting pada anak untuk diterapkan sehingga anak tidak kenyang terlebih dahulu dan asupan gizi yang terpenuhi sesuai kebutuhan (Andarwulan & Hubaedah, 2020).

Menurut *Global Alliance for Improve Nutrition* (GAIN) (2021b) mengemukakan bahwa anak susah makan atau pilih-pilih makanan menjadi suatu permasalahan yang dihadapi oleh ibu. ASI, makanan utama, dan jajanan mempunyai porsi masing-masing dalam penerapan jadwal pemberian makan bayi dan anak. Ketiganya memiliki perannya masing-masing, namun tetap tidak saling menggantikan, justru harus saling melengkapi satu sama lain. Namun, menurut Hidayanti & Maywati (2020) menyatakan bahwa banyaknya konsumsi jajanan dapat mengakibatkan rendahnya asupan nutrisi balita. Hal ini disebabkan anak merasa sudah kenyang mengonsumsi jajanan sehingga anak menolak makan makanan utama. Akibatnya tingkat pemenuhan energi dan protein berdasarkan kebutuhan yang menurun sehingga berdampak terjadinya penurunan status gizi.

Dengan permasalahan faktor yang memengaruhi *stunting* seperti rendahnya tingkat pengetahuan ibu dan juga sulitnya anak untuk makan (*picky eater*) maka dapat dilakukan dengan memberikan penyuluhan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan Ibu/pengasuh balita. Salah satu metode pendekatan terhadap perubahan sikap atau perilaku atau kebiasaan masyarakat yakni menggunakan metode *Emotional Demonstration* (Emo-Demo). Emo-Demo adalah metode dengan pendekatan yang ditujukan sebagai perubahan sikap atau perilaku atau kebiasaan kelompok sasaran yang tidak sehat menjadi perilaku yang sehat. Metode dilaksanakan dengan berbagai kegiatan partisipatif yang memiliki tujuan yakni menyampaikan pesan sederhana menggunakan cara yang menyenangkan dan mampu menyentuh emosi, sehingga dengan mudah diingat dan dapat merubah perilaku (Amareta & Ardianto, 2017; Hidayati & Nugraha, 2019). Penelitian Yustiyani & Nurmansyah (2022) mengemukakan dukungan bahwa metode Emo-Demo untuk dijadikan edukasi masyarakat terhadap *stunting* efektif diterapkan (p -value = 0,02).

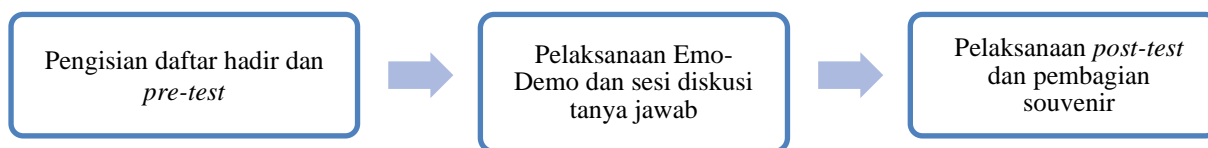
Topik Emo-Demo yang dipilih yakni 'Kenali Jadwal Makan Bayi dan Anak' dan 'Makanan Utama Sebelum Camilan' yang mengajak ibu balita belajar pentingnya memahami dan mengaplikasikan jadwal makan balita dengan tepat. Penting juga untuk memberi makanan utama lebih dulu sebelum camilan. Dengan adanya pengaturan jarak waktu antara camilan dan makan utama akan membantu anak dalam mengenali rasa kenyang. Kemudian untuk variasi camilan, pilihlah yang sehat dibandingkan camilan sembarangan (GAIN, 2021).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 20 balita yang ada di wilayah kerja UPTD Puskesmas Singandaru, sebanyak 5 balita (25%) mengalami masalah gizi *stunting*, sebanyak 8 balita (40%) memiliki pengetahuan yang kurang. Berdasarkan penjelasan tersebut, maka perlu dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat melalui penyuluhan dengan metode *Emotional Demonstration* (Emo-Demo) berjudul KaWal MaBal “Kenali Jadwal Makan Balita” pada balita di wilayah kerja UPTD Puskesmas Singandaru dengan menggunakan media peralatan Emo-Demo ‘Jadwal Makan Bayi dan Anak’ dan ‘Makanan Utama Sebelum Camilan’. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu/pengasuh balita mengenai jadwal makan.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu penyuluhan dengan pendekatan *Emotional Demonstration* (Emo-Demo) pada ibu/pengasuh balita di wilayah kerja UPTD Puskesmas Singandaru. Kegiatan ini dilakukan pada Rabu, 27 September 2023, bertempat di posyandu Seruni, Kelurahan Lontarbaru, Kecamatan Serang, Kota Serang, Provinsi Banten yang merupakan lingkup wilayah kerja UPTD Puskesmas Singandaru. Khalayak sasaran pada kegiatan penyuluhan ini adalah ibu/pengasuh balita (usia 24-59 bulan). Pelaksanaan kegiatan dimulai dari pengisian lembar kehadiran, pengerjaan *pre-test*, pelaksanaan penyuluhan Emo-Demo, sesi diskusi tanya jawab, pengerjaan *post-test*, dan diakhiri dengan pemberian souvenir.

Alat bantu atau media yang digunakan adalah *banner* jadwal makan anak, kartu gambar makanan utama, kartu gambar makanan camilan, dan kartu kata ‘benerin dan salah’ untuk materi Emo-Demo ‘Jadwal Makan Bayi dan Anak’. Selain itu, media dan peralatan yang digunakan yakni pasir, gelas plastik, dan bola pingpong, serta kartu kata ‘benerin dan salah’ untuk materi Emo-Demo ‘Makanan Utama Sebelum Camilan’. Sebelum kegiatan penyuluhan Emo-Demo, peserta diharuskan untuk mengisi daftar kehadiran dan soal *pre-test* yang berjumlah 9 soal. Kemudian, dimulai kegiatan penyuluhan Emo-Demo. Untuk pelaksanaan Emo-Demo dibagi menjadi 2 bagian yakni Emo-Demo ‘Jadwal Makan Bayi dan Anak’, dan Emo-Demo ‘Makanan Utama Sebelum Camilan’. Kegiatan dilanjutkan dengan proses diskusi interaktif dengan tanya jawab dimana peserta dipersilahkan untuk bertanya mengenai jadwal makan anak dan camilan yang belum dipahami. Setelah diskusi interaktif atau sesi tanya jawab, peserta diharuskan mengisi soal *post-test* sebanyak 9 soal yang digunakan sebagai evaluasi tingkat keberhasilan penyuluhan.



Gambar 1. Bagan Alir Metode Pelaksanaan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan Emo-Demo KaWal MaBal “Kenali Jadwal Makan Balita” telah dilaksanakan di posyandu Seruni, Kelurahan Lontarbaru, Kecamatan Serang, Kota Serang, Provinsi Banten yang berada di wilayah kerja UPTD Puskesmas Singandaru. Kegiatan ini dihadiri oleh 10 ibu/pengasuh balita. Hasil dari kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan yakni pemahaman peserta tentang penerapan ‘Jadwal Makan Bayi dan Anak’ dan juga pemberian ‘Makanan Utama Sebelum Camilan’ yang menjadi topik kegiatan.



Gambar 2. Pengerjaan *Pre-Test*



Gambar 3. Emo-Demo Jadwal Makan Bayi dan Anak

Pelaksanaan kegiatan dimulai dari pengisian lembar kehadiran dan pengerjaan *pre-test* (Gambar 2). Tes ini dilakukan sebelum dilakukan penyampaian materi yang memiliki tujuan untuk mengetahui seberapa baik penguasaan materi bagi peserta yang nantinya akan disampaikan. Selanjutnya pelaksanaan Emo-Demo KaWal MaBal yang dibagi menjadi 2 bagian yakni Emo-Demo ‘Jadwal Makan Bayi dan Anak’ dan ‘Makanan Utama Sebelum Camilan’.

Untuk pelaksanaan Emo-Demo ‘Jadwal Makan Bayi dan Anak’ ini secara rinci yakni peserta akan dibagi menjadi 2 kelompok, terdiri dari 5 anggota/kelompok. Setiap kelompok harus menyusun jadwal makan anak berdasarkan kartu gambar makanan utama dan camilan sesuai kasus usia balita dimana kelompok 1 balita usia 2 tahun dan kelompok 2 balita usia 3 tahun. Selama 15 menit, peserta menyusun jadwal makan anak sesuai kasusnya dan dibahas bersama-sama kelompok mana yang benar dalam penyusunan jadwal makan anak. Hal ini dapat dilihat dari Gambar 3.

Untuk pelaksanaan Emo-Demo ‘Makanan Utama Sebelum Camilan’ ini dilakukan yakni dipilihnya 2 peserta yang akan memainkan peran. Peserta 1 memainkan peran Bu Rumpi dengan perasaan tertekan saat anaknya menangis. Peserta 2 memainkan peran Bu Sri dengan perasaan khawatir saat anaknya menangis tetapi tetap tenang dan percaya diri untuk menenangkan anaknya. Kemudian, ketika anak Bu Rumpi menangis maka dengan cepat memberikan anaknya camilan dengan cara menuangkan $\frac{1}{2}$ cangkir pasir ke dalam gelas plastik yang diibaratkan sebagai perut anaknya. Tibalah waktu makan siang, maka Bu Rumpi memberikan makanan utama kepada anak dengan meletakkan 1 per 1 bola pingpong ke dalam gelas plastik hingga penuh. Peserta dapat menganggap 1 bola pingpong sebagai 1 suapan apabila gelas sudah penuh maka dianggap perut anak sudah kenyang.



Gambar 4. Emo-Demo Makanan Utama Sebelum Camilan

Sedangkan untuk Bu Sri ketika anaknya menangis, ia merasa khawatir namun tetap tenang dan meluangkan waktu untuk menenangkan anaknya sembari mempersiapkan makanan utama. Saat siang tiba, Bu Sri menyuapi anaknya dengan memasukkan bola pingpong satu per satu hingga penuh, anak Bu Sri sudah tidak rewel lagi maka Bu Sri pun memberikan camilan dengan menuangkan $\frac{1}{2}$ cangkir pasir ke dalam gelas plastik hingga penuh merata. Hal ini dapat dilihat dari Gambar 4.



Gambar 5. Sesi Diskusi Tanya Jawab



Gambar 6. Pengerjaan *Post-Test*

Selanjutnya, sesi diskusi tanya jawab dilakukan, terdapat 1 peserta yang bertanya dan kemudian peserta lain ikut mengemukakan pendapatnya sehingga terjadi diskusi interaktif (Gambar 5). Sebelum kegiatan penyuluhan berakhir maka peserta diwajibkan untuk melakukan pengerjaan *post-test* (Gambar 6). Tes ini dilakukan setelah penyampaian materi yang bertujuan untuk melihat seberapa jauh pemahaman peserta mengenai materi yang telah disampaikan.

Tabel 1. Persentase Pengetahuan Ibu Balita tentang Jadwal Makan dan Makanan Utama Sebelum Camilan Baik Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Pengetahuan	Rata-Rata (%)	Minimum	Maximum	Standar Deviasi
Sebelum	77.8	50	90	12.472191
Sesudah	82.2	50	90	13.498971

Sumber: Data Primer (2023)

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* yang diperoleh dari kegiatan penyuluhan Emo-Demo KaWal MaBal ini menunjukkan bahwa pengetahuan peserta mengenai 'Jadwal Makan Bayi dan Anak' dan 'Makanan Utama Sebelum Camilan' mengalami kenaikan rata-rata skor pengetahuan peserta ($n=10$). Sebelum diberikan penyuluhan, rata-rata persentase hasil *pre-test* sebesar 77.8%. Kemudian, meningkat menjadi 82.2% setelah diberikan penyuluhan (Tabel 1).

Dapat diambil kesimpulan bahwa kegiatan penyuluhan ini mendapatkan hasil yakni terdapat peningkatan skor pengetahuan dari sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan dengan metode Emo-Demo ini. Selain itu, dengan peningkatan skor pengetahuan ini memberikan dampak yang positif terhadap pengetahuan peserta mengenai 'Jadwal Makan Bayi dan Anak' dan 'Makanan Utama Sebelum Camilan'. Menurut Nafilah & Palupi (2021) mengemukakan hasil penelitiannya yakni edukasi gizi pada kader Posyandu dengan metode Emo-Demo efektif terhadap peningkatan pengetahuan. Pengetahuan peserta mengalami peningkatan karena penyampaian materi dilakukan dengan mempraktikkan secara langsung serta peserta juga berperan aktif dalam kegiatan penyuluhan (Wahyu N. dkk., 2022). Dalam pelaksanaan Emo-Demo tidak hanya komunikasi 1 arah saja, melainkan komunikasi 2 arah yakni baik edukator dan pesertanya berpartisipasi aktif sehingga metode pelaksanaan interaktif pun berjalan. Pada dasarnya, metode Emo-Demo adalah metode berupa inovasi dan konsep yang menarik serta bersifat 2 arah, sehingga peserta dapat aktif selama kegiatan berlangsung (Amareta & Ardianto,

2017).

Keaktifan peserta dapat dilihat dari sesi tanya jawab dan diskusi dengan mengemukakan pendapatnya sehingga menunjukkan antusiasme yang tinggi. Tingkat antusiasme dari para peserta Emo-Demo yang tinggi mampu memberikan perubahan positif bagi pelaksana dan sasaran kegiatan, didukung dari acara yang berjalan dengan lancar dan kendala yang dapat dikontrol sehingga menjadikan kegiatan bermanfaat dan tepat bagi para peserta (Andarwulan & Hubaedah, 2020).

Tabel 2. Distribusi Persentase Jawaban yang Tepat Pada Soal *Pre-Test* dan *Post-Test*

Pertanyaan	<i>Pre-Test</i> (%)	<i>Post-Test</i> (%)
1. Apakah penting menerapkan pengaturan jadwal makan anak?	100	100
2. Apa manfaat menerapkan pengaturan jadwal makan anak?	50	50
3. Kapan saja jadwal makan utama anak?	90	100
4. Bagaimana camilan yang sehat untuk anak?	100	100
5. Makanan kaya protein untuk anak apa saja?	80	90
6. Berapa lama sebaiknya jeda waktu camilan sebelum makanan utama?	60	90
7. Mengapa anak bisa susah makan?	90	80
8. Berikut ini mana jawaban yang benar ketika menghadapi anak yang rewel dan menangis?	60	80
9. Apakah anak masih bisa makan camilan setelah makanan utama?	70	50

Sumber: Data Primer (2023)

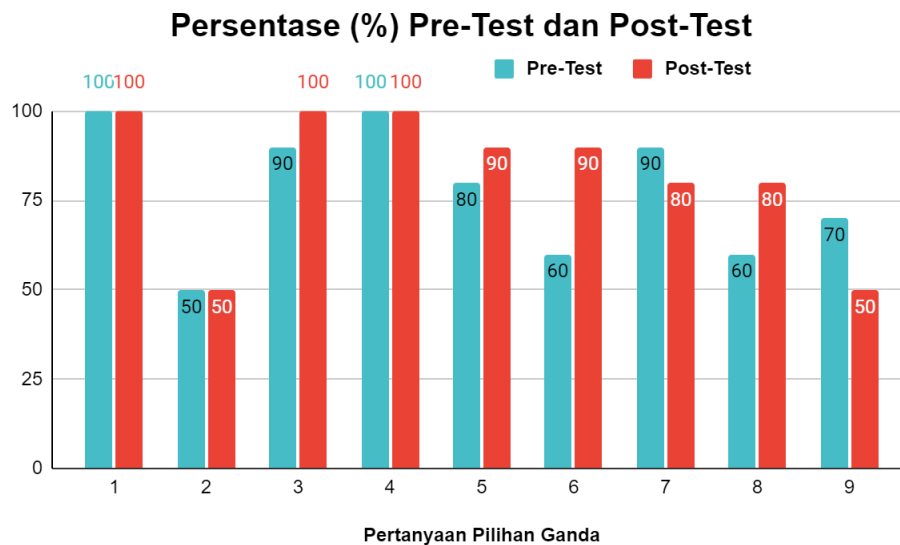
Tabel 2 mendeskripsikan distribusi persentase jawaban peserta yang tepat menjawab pertanyaan pilihan ganda pada *pre-test* dan *post-test*. Persentase jawaban *pre-test* yang tepat terbesar muncul pada pertanyaan nomor 1 (100%) dan 4 (100%) yang masing-masing mempresentasikan pengetahuan tentang pentingnya menerapkan jadwal makan anak dan camilan yang sehat untuk anak. Setelah diberikan penyuluhan, persentase jawaban *post-test* yang tepat terbesar terdapat pada pertanyaan nomor 1 (100%), nomor 3 (100%), dan nomor 4 (100%) yang masing-masing mewakili pengetahuan tentang pentingnya menerapkan jadwal makan anak, jadwal makan utama anak, dan camilan yang sehat untuk anak. Hal ini diikuti oleh pertanyaan nomor 5 dan 6 dengan proporsi sama tingginya (90%) yang masing-masing mencerminkan pengetahuan tentang makanan kaya protein untuk anak dan jeda waktu camilan sebelum makanan utama.

Adapun persentase jawaban *pre-test* yang tepat terendah dibandingkan pertanyaan lainnya terdapat pada pertanyaan nomor 2 (50%) yang menunjukkan rendahnya pengetahuan peserta terkait manfaat menerapkan pengaturan jadwal makan anak. Setelah dilakukan penyuluhan, pertanyaan nomor 2 ini tidak mengalami kenaikan/penurunan yaitu tetap 50% pada *post-test* sehingga menunjukkan sebagian besar peserta penyuluhan masih belum memahami manfaat menerapkan pengaturan jadwal makan anak.

Modul Emo-Demo 'Jadwal Makan Bayi dan Anak' yang disusun oleh GAIN mengajarkan ibu untuk belajar betapa pentingnya dalam memahami dan juga menerapkan jadwal makan anak secara tepat. Ibu harus paham bahwa penting memberikan makanan utama terlebih dahulu sebelum memberikan camilan untuk anak, maka dilakukanlah pengaturan jarak waktu antara makanan utama dengan camilan selama 1 jam. Manfaat yang dapat diberikan yakni membantu anak dalam mengenali apa itu rasa kenyang. Begitu pula dengan variasi camilan, ibu harus memahami bagaimana camilan yang sehat dan hindari camilan

yang sembarangan (GAIN, 2021a).

Perasaan khawatir terhadap pandangan buruk orang sekitar dapat menyebabkan ibu sesegera mungkin untuk menenangkan anaknya yang rewel dan menangis. Namun demikian, kebanyakan ibu terburu-buru dalam menenangkan anak dengan cara yang tidak benar, yaitu memberikan camilan agar anak berhenti rewel dan menangis. Pada kenyataannya, alasan anak bisa rewel dan menangis belum tentu karena menginginkan camilan. Kunci utama dalam menghadapi anak yang rewel dan menangis adalah tetap tenang dan hindari memberikan camilan langsung, serta utamakan memberikan makanan utama yang bergizi. Oleh karena itu, GAIN membuat Modul Emo-Demo 'Makanan Utama Sebelum Camilan' yang ditujukan agar para ibu paham betapa pentingnya mengutamakan makanan utama sebelum memberikan camilan (GAIN, 2021c)



Gambar 7. Diagram Batang Persentase Jawaban Peserta yang Tepat pada *Pre-Test* dan *Post-Test*

Berdasarkan hasil dari kegiatan ini, mayoritas peserta dapat menjawab dengan tepat soal yang diberikan setelah diberikan penyuluhan (Gambar 7). Hal ini menunjukkan bahwa peserta mampu menerima dan memahami materi yang diberikan sehingga diharapkan peserta dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari dan sebagai upaya pencegahan *stunting*.

SIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan menggunakan metode Emo-Demo KaWal MaBal kepada para ibu/ pengasuh balita di wilayah kerja UPTD Puskesmas Singandaru sudah berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan rencana yang telah dibuat. Para peserta yang hadir memiliki antusiasme yang tinggi dalam mengikuti kegiatan. Terdapat peningkatan persentase pengetahuan tentang 'Jadwal Makan Bayi dan Anak' dan 'Makanan Utama Sebelum Camilan' dari 77.8% meningkat menjadi 82.2% berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* pada penyuluhan ibu balita di salah satu wilayah kerja UPTD Puskesmas Singandaru, di Kelurahan Lontarbaru, Kota Serang, Provinsi Banten. Maka dari itu, kegiatan penyuluhan tentang jadwal pemberian makan balita yang baik melalui pendekatan Emo-Demo perlu dilakukan kepada ibu/pengasuh balita, sehingga diharapkan peserta mampu menerapkan dalam kehidupan sehari-hari dan juga sebagai upaya pencegahan *stunting*. Penyuluhan dapat terus dilanjutkan dengan metode intervensi Emo-Demo atau metode lainnya yang lebih bervariasi dan dimodifikasi

secara berkelanjutan sehingga mampu meningkatkan pengetahuan ibu/pengasuh balita menjadi lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelina, F. A., Widajanti, L., & Nugraheni, S. A. (2018). Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu, Tingkat Konsumsi Gizi, Status Ketahanan Pangan Keluarga dengan Balita Stunting (Studi pada Balita Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Duren Kabupaten Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(5), 361–369.
- Amareta, D. I., & Ardianto, E. T. (2017). Peningkatan Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun pada Anak Usia Sekolah dengan Metoda Emo Demo. *Sanitasi: Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 9(2), 88–93.
- Andarwulan, S., & Hubaedah, A. (2020). Pencegahan Stunting Balita Melalui Emotional Demonstration “Jadwal Makan Bayi dan Anak” di Kelurahan Siwalankerto Kecamatan Wonocolo Kotamadya Surabaya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 119–124. <https://doi.org/10.31537/dedication.v4i2.359>
- Apriani, I. (2022). Faktor Yang Berhubungan dengan Perilaku Sulit Makan Pada Anak Usia Prasekolah. *Mega Buana Journal of Nursing*, 1(1), 22–33.
- GAIN. (2021a). Modul Emo Demo Jadwal Makan Bayi dan Anak. *Emo-Demo*. <https://emodemo.org/module/current-module/detail?c=19&id=6>
- GAIN. (2021b). Modul Emo-Demo. *Emo-Demo*. <https://emodemo.org/>
- GAIN. (2021c). Modul Emo-Demo Makanan Utama Sebelum Camilan. *Emo-Demo*. <https://emodemo.org/module/current-module/detail?c=19&id=18>
- Gunawan, & Ash shofar, I. N. (2018). Penentuan Status Gizi Balita Berbasis Web Menggunakan Metode Z-Score. *Jurnal Infotronik*, 3(2), 120–125.
- Hidayanti, L., & Maywati, S. (2020). Promosi Gizi Melalui Metode Emo Demo untuk Mengubah Persepsi Ibu Tentang Makanan Jajanan Berbasis Pangan Lokal. *Gemassika : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 76–92.
- Hidayati, G. S., & Nugraha, Y. (2019). *Implementasi Emotional Demonstration (Emodemo) Meningkatkan Pemahaman Ibu Tentang Nutrisi Anak dalam 1000 HPK*. Universitas Jember.
- Kemendes RI. (2022, Jumat Agustus). *Mengenal Apa Itu Stunting?* [https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1388/mengenal-apa-itu-stunting#:~:text=Selanjutnya%20menurut%20WHO%20\(2020\)%20stunting,atau%20infeksi%20berulang%20%2F%20kronis%20yang](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1388/mengenal-apa-itu-stunting#:~:text=Selanjutnya%20menurut%20WHO%20(2020)%20stunting,atau%20infeksi%20berulang%20%2F%20kronis%20yang)
- Kemendes RI. (2023, Januari 25). Prevalensi Stunting di Indonesia Turun ke 21.6% dari 24.4%. *Sehat Negeriku Sehatlah Bersamaku*. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20230125/3142280/prevalensi-stunting-di-indonesia-turun-ke-216-dari-244/>
- Loka, V. L., Martini, Margaretha, Sitompul, & Relina, D. (2018). Hubungan pola pemberian makan dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah (3-6 tahun). *Keperawatan Suaka Intan (JKSI)*, 3(2), 1–10.
- Munira, S. L. (2023, Februari 3). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*. https://ayosehat.kemkes.go.id/pub/files/files46531._MATERI_KABKPK_SOS_SSGI.pdf
- Nadira, N. A., Widdefrita, Amos, Silaban, E. M. L., Yuzar, Y., & Adriyanti, S. L. (2023). Edukasi Emo-Demo pada Kader Posyandu dan Ibu Balita dalam Pencegahan Masalah Gizi. *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 5(2), 158–164. <https://doi.org/10.24036/abdi.v5i2.405>
- Nafilah, S. L., & Palupi, F. D. (2021). Penyuluhan Gizi Melalui Metode Emo Demo untuk Mengubah Pengetahuan Kader tentang Hipertensi. *Abdimasku*, 4(3), 197–204.

- Nyanyi, M. F. A., Wahyuni, T. D., & Swaidatul, M. A. (2019). Pola asuh ibu yang mempengaruhi perilaku sulit makan pada anak prasekolah (4-6 tahun). *Ilmiah Keperawatan*, 4(1), 1–10. <https://doi.org/10.33366/nn.v4i1.1434>
- Pratama, B., Anggraini, D. I., & Nisa, K. (2019). Penyebab Langsung (Immediate Cause) yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Pada Anak. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 2299–2303. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.167>
- Rosidah, L. K., & Harsiwi, S. (2017). Hubungan Status Gizi dengan Perkembangan Balita Usia 1-3 Tahun. *Jurnal Kebidanan Dharma Husada Kediri*, 6(2), 24–37.
- Sharlin, J., & Edelstein, S. (2015). *Buku Ajar Gizi Dalam Daur Kehidupan* (Y. Kristianto, ed.). Penerbit Buku Kedokteran.
- Wahyu N., Itsnanisa A., Yuniarti, R., & Yumna F., A. (2022). Edukasi Pentingnya Pemantauan Status Gizi Anak Melalui Metode Emotional Demonstration (Emo-demo). *Journal of Community Engagement and Empowerment*, 4(2), 81–90.
- Wahyuni, A. D. (2015). *Hubungan Karakteristik Keluarga dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 2-5 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Mranggern III Demak*. Universitas Diponegoro.
- Wardani, L., Wiguna, R. I., Pa'ni, D. M. Q., Haerani, B., & Apriani, L. A. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 24-59 Bulan. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 10(2), 190–195. <https://doi.org/10.37824/jkqh.v10i2.2022.397>
- Yustiani, & Nurmansyah, M. I. (2022). Penggunaan Pendekatan Emo-Demo dalam Edukasi Pencegahan Stunting pada Orang Tua Siswa Taman Kanak-Kanak. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 250–257. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v3i2.904>