



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIG/article/view/jig2107>

Efektifitas Penyuluhan Tentang Garam Beryodium Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Konsumsi Garam Beryodium di Desa Perean Kangin Baturiti Kabupaten Tabanan

Ni Wayan Supini^{1,K}, I Komang Agusjaya Mataram¹, Hertog Nursanyoto¹

¹Jurusan Gizi PoltekNIK Kesehatan Kemenkes Denpasar

email Penulis Korespondensi (^K): yanpini42@gmail.com

ABSTRACT

Increased knowledge and consumption of iodized salt can be done through counseling using lecture and demonstration methods. The purpose of this study was to determine the effectiveness of counseling to increase knowledge and consumption of iodized salt. The type of research used is a pre-experimental design with a one-group pre-test post-test design which was carried out in Perean Kangin Village, Baturiti, Tabanan Regency. The sample in this study was the entire population of pregnant women in the first and second trimesters, mothers with toddlers aged 0-24 months with a total of 61 people. The identity of the sample data was collected using an interview method using a form, knowledge data was collected by pre-post test questionnaires and data on iodized salt consumption was obtained by weighing. Statistical test for bivariate analysis using Wilcoxon statistical test. The results of statistical tests showed that there was an increase in knowledge and consumption of iodized salt before and after counseling. Knowledge before counseling is 76.16 and after counseling is 85.13. Consumption of iodized salt before counseling was 5.72 gr/person/day and after counseling it was 6.04 gr/person/day. Seeing the increase, it can be concluded that counseling is effective in increasing knowledge and consumption of iodized salt

Keywords: Consumption of iodized salt, Mother's knowledge, Counseling

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Gangguan Akibat Kekurangan Iodium (GAKI) merupakan masalah kesehatan yang serius mengingat dampaknya sangat besar terhadap kelangsungan hidup dan sumber daya manusia. Kekurangan iodium saat ini tidak terbatas pada gondok dan kretinisme saja, tetapi ternyata kekurangan iodium berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia secara luas, meliputi tumbuh kembang termasuk perkembangan otak sehingga terjadi penurunan potensi tingkat kecerdasan ⁽¹⁾. Kekurangan iodium pada ibu hamil dapat berakibat pada keguguran, bayi lahir mati dan bayi lahir kretin yaitu cacat mental dan fisik yang tidak dapat disembuhkan ⁽²⁾.

Cakupan rumah tangga mengkonsumsi garam beryodium di tingkat Propinsi Bali tahun 2020 sebesar 58% ⁽³⁾, di Kabupaten Tabanan sebesar 35,34%, di Puskesmas Baturiti II sebesar 27,82%⁽⁴⁾. Cakupan tersebut menunjukkan masih lebih rendah dibandingkan target yang ditetapkan yaitu sebesar 80 %⁽⁵⁾. Untuk meningkatkan cakupan konsumsi garam beryodium perlu dilakukan kegiatan penyuluhan dengan memperhatikan materi, metode dan media sehingga sasaran lebih memahami tentang manfaat garam beryodium⁽⁶⁾.

Tujuan

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui cakupan konsumsi garam beryodium rumah tangga di Desa Perean Kangin Kecamatan Baturiti Kabupaten Tabanan

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Perean Kangin Kecamatan Baturiti Kabupaten Tabanan, pada bulan Februari 2022. Dipilihnya lokasi ini atas pertimbangan cakupan tingkat konsumsi garam beryodium di rumah tangga terendah diantara Desa lainnya yang ada di Kecamatan Baturiti yaitu sebesar 20 %.

Jenis penelitian ini adalah penelitian pre eksperiment dengan rancangan penelitian *one group pretest post test design*. Sampel pada penelitian ini adalah seluruh populasi ibu hamil trimester I, trimester II, dan ibu yang mempunyai balita usia 0-24 bulan dengan jumlah total sebanyak 61 orang.

Jenis data yang dikumpulkan yaitu data primer meliputi : identitas sampel dikumpulkan dengan metode wawancara, data pengetahuan dikumpulkan dengan metode angket dibantu kuisioner *pre-post test*, data jumlah konsumsi garam beryodium diperoleh dengan cara wawancara dan penimbangan garam. Data sekunder meliputi : gambaran umum desa, batas wilayah, jumlah penduduk dan mata pencaharian penduduk di desa Perean Kangin. Analisis data menggunakan uji statistik wilcoxon⁽⁷⁾.

HASIL

Dari hasil penelitian didapatkan hasil bahwa sampel sebagian besar berada pada rentang usia 26-30 tahun sebanyak 25 orang (41%), dan paling sedikit berumur ≤ 20 tahun. Tingkat pendidikan sampel sebagian besar berpendidikan tinggi (SMA-Perguruan Tinggi) yaitu sebanyak 50 orang (81,9%). Dilihat dari jenis pekerjaan sebagian besar sampel tidak bekerja (IRT) yaitu sebanyak 35 orang (57,38%), dan sebagian kecil sampel sebagai pegawai yaitu sebanyak 4 orang (6,55%). Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1
Sebaran Karakteristik Sampel

Karakteristik Sampel	n	%
Umur		
< 20 tahun	2	3,3
21-25 tahun	19	31,1
26-30 tahun	25	41,0
31-35 tahun	8	13,1
≥ 36 tahun	7	11,5
Jumlah	61	100
Pendidikan		
Rendah (SD-SMP)	11	18,1
Tinggi (SMA-PT)	50	81,9
Jumlah	61	100
Pekerjaan		
Pegawai	4	6,55
Petani	6	9,84
Wiraswasta	16	26,23
Tidak Bekerja	35	57,38
Jumlah	61	100

Rata-rata nilai pengetahuan sebelum penyuluhan adalah 76,16 (SD $\pm$ 4,37) dengan nilai

terendah 69,23 dan nilai tertinggi 84,12 dan setelah penyuluhan menjadi 85,12 ($SD \pm 5,23$) dengan nilai terendah 76.92 dan nilai tertinggi 100.

Pengetahuan sampel sebelum dilakukan penyuluhan sebagian besar memiliki katagori cukup yaitu sebanyak 54 orang (88,5%), dan setelah penyuluhan, kategori pengetahuan sampel sebagian besar dapat dikategorikan Baik, yaitu sebanyak 50 orang (82,0%). Konsumsi garam beryodium sebelum penyuluhan sebanyak 36 sampel (59%) konsumsi garam beryodiumnya memiliki kategorikan cukup dan setelah penyuluhan konsumsi garam beryodium masih pada katagori cukup yaitu sebanyak 47 sampel (77%). Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2
Sebaran Sampel Menurut Tingkat Pengetahuan
Sebelum dan Setelah Penyuluhan

Tingkat Pengetahuan		Sebelum Penyuluhan		Setelah Penyuluhan		Nilai p
		f	%	f	%	
Baik	Baik	7	11.5	50	82.0	0,000
Cuku	Cukup	54	88.5	11	18.0	
Total	Total	61	100	61	100	
Rata-	Rata-rata ± SD	76.16 76.16 ± 4,37		85 85.12 ± 5,23		
Nilai	Tertinggi	84.62 84.62		100		
Nilai	Terendah	69.23 69.23		76.92		

Berdasarkan hasil uji statistic wilcoxon, terdapat peningkatan bermakna pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan ($p=0.000$).

Rata-rata konsumsi garam beryodium sebelum penyuluhan adalah 5.72 g/orang/hari dengan ($SD \pm 1,14$), sedangkan setelah penyuluhan rata-rata konsumsi garam beryodiumnya menjadi 6.04 g/orang/hari ($SD \pm 0,68$). Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3
Sebaran Sampel Menurut Tingkat Konsumsi Garam Beryodium
Sebelum dan Setelah Penyuluhan

Tingkat Konsumsi Garam Beryodium	Sebelum Penyuluhan		Setelah Penyuluhan		Nilai p
	f	%	f	%	
Cukup	36	59.0	47	77.0	0,014
Tidak Cukup	25	41.0	14	23.0	
Total Total	61	100	61	100	
Rata- Rata-rata $\pm$ SD	5.72 $\pm$ 1.148		6.04 $\pm$ 0.684		

Berdasarkan hasil uji statistic wilcoxon, terdapat peningkatan bermakna konsumsi garam beryodium sebelum dan sesudah penyuluhan ($p=0,014$).

Untuk menentukan garam beryodium dan garam lokal dilakukan uji cita rasa pada menu sup yang ditambahkan dengan garam beryodium diberi kode AA dan menu sup yang dimasak dengan garam lokal diberi kode BB, ternyata sebagian besar sampel merasakan sup tersebut enak sebanyak 53 sampel (86,88%) dan rasanya tidak pahit sebanyak 54 sampel (88,52%). Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4
Hasil Uji Cita Rasa terhadap Makanan AA dan Makanan BB

Variabel	Makanan AA		Makanan BB	
	n	%	n	%
Rasa makanan				
a. Enak	53	86,88	46	75,41
b. Biasa saja	8	13,12	15	24,59
Jumlah	61	100,0	61	100,0
Rasa pahit				
a. Ya	7	11,48	12	19,67
b. Tidak	54	88,52	49	80,33
Jumlah	61	100,0	61	100,0
Makanan yang lebih disukai oleh sampel	35	57,38	26	42,62

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan secara rata-rata terjadi peningkatan nilai pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan. Sebelum penyuluhan sebesar 76,16 meningkat menjadi 85,12 setelah penyuluhan. Walaupun terjadi peningkatan namun masih perlu ditingkatkan lagi pengetahuan tentang: kandungan garam beryodium sesuai standar, kebutuhan garam beryodium yang diperlukan oleh tubuh per orang per hari, pengaruh kekurangan yodium pada ibu hamil, dan cara menyimpan garam beryodium yang benar.

Berdasarkan hasil uji statistic wilcoxon diperoleh nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) menunjukkan terdapat peningkatan bermakna pengetahuan sebelum penyuluhan dan setelah penyuluhan. Hal ini menunjukkan penyuluhan dengan metode ceramah, dan demonstrasi menggunakan media leaflet, contoh garam beryodium dan menu sup yang ditambahkan dengan garam beryodium dan ditambahkan dengan garam lokal, efektif meningkatkan pengetahuan ibu balita dan ibu hamil di Desa Perean Kangin Baturiti Kabupaten Tabanan.

Peningkatan konsumsi garam beryodium sebelum dan sesudah penyuluhan sebesar 0,32 dari 5,72 sebelum penyuluhan menjadi 6,04 setelah penyuluhan. Walaupun peningkatannya relatif kecil namun sudah dapat memenuhi standar yang dianjurkan untuk dikonsumsi per orang/hari yaitu 6-10 gram/orang/hari⁽⁸⁾. Hal ini diperkuat dengan uji statistic Wilcoxon ($p=0,014$) yang menunjukkan penyuluhan dengan metode ceramah dan demonstrasi menggunakan media leaflet, contoh garam beryodium dan menu sup yang ditambahkan dengan garam beryodium dan ditambahkan dengan garam lokal, efektif meningkatkan konsumsi garam beryodium ibu balita dan ibu hamil di desa Perean Kangin Baturiti Kabupaten Tabanan.

Dalam proses penyuluhan garam beryodium peneliti mengajak responden untuk menguji cita rasa menu sup yang ditambahkan dengan garam beryodium dan garam lokal, tanpa mereka mengetahui yang mana menu ditambahkan dengan garam beryodium dan menu yang ditambahkan dengan garam lokal.

Hasil uji cita rasa yang dilakukan terhadap menu sup yang ditambahkan garam beryodium dan garam lokal menunjukkan bahwa rasa sup tidak ada perbedaan yang mencolok antara sup AA (ditambahkan garam beryodium) dan sup BB (ditambahkan garam lokal). Sebagian besar sampel merasakan enak pada kedua makanan, baik pada sup yang ditambahkan dengan garam beryodium yaitu sebesar 86,88 % maupun sup yang dimasak dengan garam lokal yaitu sebesar 75,41%. Demikian juga tidak dirasakan rasa pahit pada makanan AA (88,52%) dan makanan BB sebesar 80,33%.

Cara penambahan garam beryodium pada makanan sebaiknya sedikit demi sedikit karena takaran garam beryodium jauh lebih sedikit dibandingkan garam biasa yang membutuhkan penambahan lebih banyak untuk mendapatkan rasa yang sesuai dengan yang diinginkan. Terbukti

dengan adanya uji cita rasa tersebut makanan yang menggunakan garam beryodium dengan cara yang benar dirasakan enak oleh sampel dan tidak terasa pahit. Sehingga mampu menghilangkan persepsi masyarakat terhadap adanya rasa pahit pada makanan akibat menggunakan garam beryodium.

SIMPULAN DAN SARAN

Tingkat pengetahuan tentang garam beryodium sebelum penyuluhan sebagian besar memiliki kategori cukup yaitu sebesar 88,55%. Rata-rata nilai pengetahuan 76,16 dengan nilai terendah 69,23 dan nilai tertinggi 76,92. dengan standar deviasi 4,3. Setelah penyuluhan sebagian besar memiliki kategori baik yaitu sebesar 82%. Rata-rata nilai pengetahuan 85,13 dengan nilai terendah 76,92 dan nilai tertinggi 100 dengan standar deviasi 5,23.

Tingkat konsumsi garam beryodium sebelum penyuluhan sebesar 59% dikategorikan cukup. Rata-rata konsumsi garam beryodium sebelum penyuluhan adalah 5,72 g/orang/hari dengan standar deviasi 1,14. Setelah penyuluhan sebagian besar dikategorikan cukup yaitu sebesar 77%. Rata-rata konsumsi garam beryodium setelah penyuluhan adalah 6,04 g/orang/hari dengan standar deviasi 0,68.

Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan bermakna pengetahuan sebelum penyuluhan yaitu sebesar 76,16 dan setelah penyuluhan sebesar 85,13. Demikian pula konsumsi garam beryodium terdapat perbedaan bermakna sebelum penyuluhan sebesar 5,72 g/org/hr dan setelah penyuluhan sebesar 6,04 g/org/hr. Artinya penyuluhan dengan metode ceramah dan demonstrasi menggunakan media leaflet, contoh garam beryodium dan menu sup yang ditambahkan dengan garam beryodium dan ditambahkan dengan garam lokal, efektif meningkatkan pengetahuan dan konsumsi garam beryodium ibu balita dan ibu hamil di Desa Perean Kangin Baturiti Kabupaten Tabanan.

Untuk meningkatkan pengetahuan tentang kandungan garam beryodium yang sesuai standar SNI, kebutuhan garam beryodium yang diperlukan tubuh per orang/hari, pengaruh kekurangan yodium pada ibu hamil, cara menyimpan garam yang baik dan benar dapat dilakukan penyuluhan dengan metode ceramah dan demonstrasi menggunakan media leaflet, contoh garam beryodium dan menu sup yang ditambahkan dengan garam beryodium dan ditambahkan dengan garam lokal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Bapak Dr. Ir. I Komang Agusjaya Mataram, M.Kes sebagai pembimbing utama dan Bapak Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes. sebagai pembimbing pendamping yang telah memberikan banyak koreksi, saran dan penuntun dalam penyusunan artikel ini. Direktur, Ketua Jurusan Gizi, dan Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar yang telah memberikan dorongan dan arahan serta membantu kelancaran penyelesaian artikel ini. Para dosen penguji yang memberikan koreksi dan saran pada artikel ini. Kepala Desa Perean Kangin yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan penelitian. Tenaga Pelaksana Gizi Puskesmas Baturiti II, kader posyandu yang telah membantu dalam melaksanakan penelitian. Keluarga dan teman-teman yang telah banyak memberi dorongan dan semangat, serta membantu dalam penyelesaian artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Agustin, H., Budiman, H., & Faiza, Y. (2015). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Gangguan Akibat Kekurangan Iodium di Kecamatan Koto Tengah, Padang. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2(6), 262–269. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol2.iss6.86>
2. Irawati,dkk. 2015.*Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat konsumsi garam beryodium dan kaitannya dengan gangguan akibat kekurangan yodium ibu hamil di wilayah di Kabupaten Gunung Kidul.*
3. Dinas Kesehatan Provinsi Bali. 2021. Laporan Profil Dinas Kesehatan Provinsi Bali Tahun 2020. Denpasar.
4. Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan, 2021. Laporan Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan Tahun 2020. Tabanan.
5. Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan, 2021. Indikator dan Target Program Gizi Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan Tahun 2020. Tabanan.
6. Nurhayati,dkk. 2019. Penyuluhan Garam Beryodium Terhadap Perubahan Pengetahuan Ibu Rumah Tangga Dalam Penggunaan Garam Beryodium. *Jurnal SAGO : Gizi dan Kesehatan* 2021, Vol. 2(2) 178-184
7. Hidayat, Anwar (2013). Penjelasan Uji Normalitas dan Metode Perhitungan (online). Tersedia : <https://www.statistikian.com/2013/01/uji-normalitas.html> Yogyakarta : Kanasius. (31 Januari 2018)
8. Wijayanti, Ni Made Heri (2018). Tingkat Pengetahuan, Cara Penyimpanan, Penggunaan Garam Briodium Dan Tingkat Konsumsi Garam Beriodium Di Tingkat Rumah Tangga Desa Beringkit Kecamatan Marga Kabupaten Tabanan. *Politeknik Kesehatan Denpasar*.
9. Ida Ayu Mirah Rasikawati, Ni Putu Sulistyadewi (2020). Efektifitas Sosialisasi Garam Beryodium Terhadap Penggunaan Garam Beryodium Secara Mandiri Di Wilayah Kerja Puskesmas Baturiti I Kabupaten Tabanan. *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 3(2) : 47 – 52
10. Bibi Ahmad Chahyanto, D. D. (2017). Penggunaan Garam Beriodium Tingkat Rumah Tangga di Kecamatan Sibolga Utara, Kota Sibolga. *Media Litbangkes*, 125-132.