



PENTINGNYA INTERVENSI PAPARAN POSTER DIGITAL KESEHATAN DISERTAI GAME QUIZZ INTERAKTIF UNTUK MENINGKATKAN EDUKASI LITERASI PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PRAKTIK PEMENUHAN PEDOMAN GIZI SEIMBANG SESUAI PMK NO.41 TAHUN 2014 PADA PEGAWAI KANTOR



Knowledge Management System (KMS)

**Tubel Mandiri S2 MKM Peminatan Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku
Universitas Ahmad Dahlan**



**Diana Andriyani Pratamawati
Jabatan : Pengelola Data**

**NIP. 198406022010122003
Poltekkes Kemenkes Yogyakarta**

LATAR BELAKANG

Indonesia menghadapi *triple burden* masalah penyakit:

1. Penyakit infeksi *New Emerging* dan *Re-Emerging*
2. Penyakit menular yang belum teratasi dengan baik
3. Penyakit Tidak Menular (PTM) yang meningkat setiap tahun (PMK No.41 Tahun 2014).

PTM seperti hipertensi, diabetes, obesitas, kanker, jantung, dan hiperkolesterolemia meningkat akibat :

- Pola makan tidak sehat (junk food)
- Gaya hidup sedentari (kurang aktivitas fisik)
- Stres dan kurang istirahat

Salah satu tantangan kesehatan di Indonesia yaitu angka penyakit tidak menular (PTM) yang mulai meningkat sejak tahun 2010. Pola makan, pola asuh, dan gaya hidup *sedentary lifestyle*, seperti memilih makanan junk food/siap saji, ditambah dengan kurangnya aktivitas fisik, stress dan kurangnya istirahat memicu timbulnya penyakit hipertensi, diabetes melitus, obesitas, kanker, jantung, dan hiperkolesterolemia di kalangan masyarakat Indonesia

Data Riskesdas 2018 menunjukkan peningkatan prevalensi PTM dibandingkan Riskesdas 2013:

- Kanker: 1,4% → 1,8%
- Stroke: 7% → 10,9%
- Diabetes Melitus: 6,9% → 8,5%
- Hipertensi: 25,8% → 34,1%
- Obesitas: 26,3% → 35,4%

DI Yogyakarta termasuk dalam 10 provinsi dengan prevalensi PTM tinggi, khususnya di Kabupaten Sleman. Risiko PTM meningkat pada pegawai administrasi dengan gaya hidup sedentari

TUJUAN PENELITIAN

Menganalisis efektivitas pengaruh paparan edukasi poster digital terhadap pengetahuan, sikap, praktik pemenuhan gizi seimbang sesuai PMK No.41 Tahun 2014 yang disertai game quizz antara kelompok intervensi dan kontrol pada pegawai kantor Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

TINJAUAN PUSTAKA

Penelitian sebelumnya terkait intervensi literasi kesehatan menunjukkan hasil signifikan dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik terkait gizi.

- **Intervensi Berbasis Sekolah:**

- Peningkatan pengetahuan dan praktik gizi pada anak sekolah dasar (Doustmohammadian et al., 2020; Jafar et al., 2020).
- Program berbasis teori Self-Determination (SDT) menunjukkan hasil signifikan pada guru sekolah menengah di Makassar (Jafar et al., 2020).

- **Efektivitas Intervensi Berbasis Literasi Kesehatan:**

- Peningkatan signifikan dalam pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi pada kelompok intervensi dibanding kelompok kontrol (Ahmadpour et al., 2020; Silva et al., 2023).
- Intervensi yang disesuaikan dengan tingkat literasi gizi individu di klinik rawat jalan meningkatkan perilaku diet (Meyn et al., 2022).

- **Hubungan Literasi Gizi dan Perilaku:**

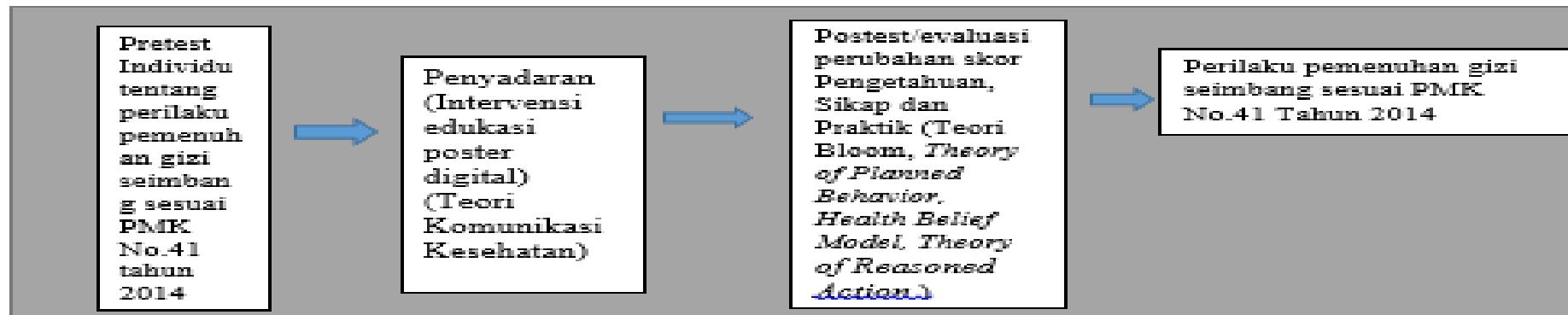
- Literasi gizi yang baik terkait dengan peningkatan pengetahuan dan perilaku gizi (Joseph CA, 2023; Pilut et al., 2022; Silva, 2023).
- Kesenjangan antara penelitian dan praktik masih ada, diperlukan upaya lebih lanjut untuk menjembatani kesenjangan tersebut (Silva, 2023).

Kesimpulan: Intervensi literasi kesehatan dalam pemenuhan gizi seimbang terbukti efektif, namun masih diperlukan upaya untuk meningkatkan efektivitas dan implementasi secara lebih luas.

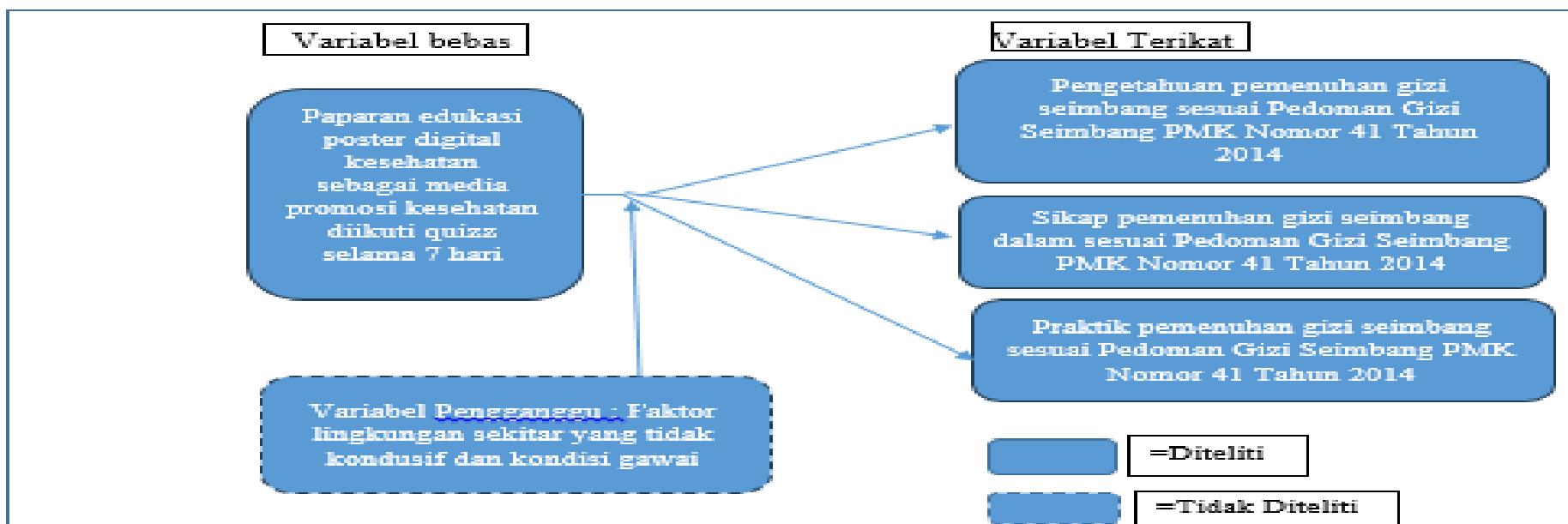
Landasan Teori

- **Promosi kesehatan merupakan pendekatan strategis untuk memfasilitasi perubahan perilaku masyarakat menuju hidup sehat.** Menurut teori Green dan Kreuter (2005) dalam PRECEDE-PROCEED Model, promosi kesehatan adalah proses yang memadukan pendidikan dan pendekatan sosial untuk mengubah lingkungan dan perilaku individu agar lebih mendukung kesehatan.
- **Literasi edukasi poster digital kesehatan dalam promosi kesehatan:**
 - Edukasi Digital: Memberikan informasi tentang gizi seimbang sesuai PMK No. 41 Tahun 2014 melalui platform digital.
 - Komunikasi Berbasis Teknologi: Menyebarluaskan informasi gizi seimbang melalui internet dan media sosial.
 - Aktivitas Fisik & Pemantauan: Media digital dapat membantu mengingatkan untuk menjaga aktivitas fisik dan berat badan.
- **Teori Pendukung:**
 - Literasi Kesehatan (Nutbeam, 2000): Kemampuan mencari, memahami, dan mengevaluasi informasi kesehatan digital.
 - Theory of Planned Behavior (Ajzen, 1991): Pengetahuan memengaruhi niat dan perilaku pemenuhan gizi seimbang.
 - Health Belief Model (Rosenstock, 1974): Sikap individu dipengaruhi persepsi risiko dan manfaat pemenuhan gizi seimbang.
 - Theory of Reasoned Action (Ajzen & Fishbein, 1980): Praktik kesehatan dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap individu.

KERANGKA TEORI DAN KERANGKA KONSEP



Gambar 1 . Bagan Landasan Teori (Pakpahan et.al, 2021)
C. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian

HIPOTESIS

Ha : Ada pengaruh paparan edukasi literasi poster digital kesehatan terhadap pengetahuan, sikap, dan praktik pemenuhan gizi seimbang sesuai Pedoman Gizi Seimbang PMK Nomor 41 Tahun 2014 pada pegawai kantor bagian administrasi

Ho : Tidak ada pengaruh paparan edukasi literasi poster digital kesehatan terhadap pengetahuan, sikap, dan praktik pemenuhan gizi seimbang sesuai Pedoman Gizi Seimbang PMK Nomor 41 Tahun 2014 pada pegawai kantor bagian administrasi

METODE PENELITIAN



GO
OK
OUT OF THE BOX
PROCESS
IDEAS
RESEARCH
POSITIVE WORDS
OK
IDEAS
GOALS
RESEARCH
IDEAS
RESEARCH
IDEAS
RESEARCH

Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis Quasi Eksperimental dengan desain *One Group Pretest-Posttest Design with Control*.



Variabel bebas:

Paparan edukasi literasi poster digital kesehatan tentang pemenuhan gizi seimbang sesuai PMK No.41 Tahun 2014



Variabel terikat: Tingkat pengetahuan, sikap, dan praktik pemenuhan pedoman gizi seimbang sesuai PMK No.41 Tahun 2014 sebelum dan sesudah intervensi selama 7 hari.

METODE PENELITIAN



Lokasi dan Waktu Penelitian:

Dilaksanakan di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, pada November - Desember 2024.



Populasi: Seluruh pegawai administrasi di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta (120 orang).

Sampel uji coba: 21 orang dari Kampus 4.

Sampel penelitian: 72 orang (36 kelompok eksperimen dan 36 kelompok kontrol) dengan teknik purposive sampling (Kampus 1, 2, 3).



Instrumen Penelitian:

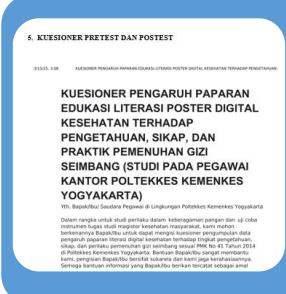
Media literasi digital berupa poster digital kesehatan.

Kuesioner berbasis aplikasi Game Quiz mengacu pada PMK No. 41 Tahun 2014.

Gambar Instrumen Penelitian



INFORMED CONSENT :
<https://bit.ly/42QF1Xy>



KUESIONER PRETEST/POSTTEST :
<https://bit.ly/PretestLkiterasiPedomanGiziSeimbang>
<https://bit.ly/PostestGiziSeimbangPMK41Th2014>



APLIKASI GAMES QUIZZ (CONTOH PREVIEW QUIZZ POSTER HARI KE TUJUH):
https://quizizz.com/signup/qdp?quizId=67093abcf1ed5be13bb3a40b&fromPage=/admin/quiz/67093abcf1ed5be13bb3a40b/quiz-literasi-gizi-seimbang&action=preview&ctaSource=preview_cta



**POSTER DIGITAL KESEHATAN
PEDOMAN GIZI SEIMBANG SESUAI PMK
NO.41 TAHUN 2014**

HASIL PENELITIAN

Hasil Uji Statistik

Tabel 1 Perbedaan pengetahuan, sikap, perilaku pretest dan posttest
Pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Kelompok Responden	n	Median					
		Pengetahuan		Sikap		Praktik	
		Median	Nilai Min- Max	Median	Nilai Min- Max	Median	Nilai Min- Max
Intervensi	36	1,0	-2,00- 5,00	3,0	-16,00- 25,00	1,0	-3,00- 06,00
Kontrol	36	2,5	-1,00- 6,00	3,5	-11,00- -18,00	-1,0	-5,00- 05,00
<i>P</i> Value		0,00		0,60		0,00	

Sumber: Data Primer 2024

Hasil uji *Mann-Whitney test* menunjukkan adanya perbedaan signifikan pada nilai median pengetahuan dan praktik ($p \leq \alpha 0,05$). Sedangkan pada sikap tidak terdapat perbedaan yang signifikan nilai median antara sebelum dan sesudah intervensi ($p \geq \alpha 0,05$).

Sekilas Dokumentasi Penelitian

4G 4G 15:02 ⚡ ... ☰ Vol LTE2 ⚡ 62

← ⋮



Promkes Gizi Seimbang
sesuai PMK No.41 Tahun 2014

Grup · 37 anggota

Chat audio  Tambah  Cari 

Bapak/Ibu Responden Penelitian, terima kasih atas kesediaannya menjadi responden 🙏 Kami ucapan selamat datang dalam Grup Promkes Literasi Gizi Seimbang sesuai PMK No.41 Tahun 2014 🎉😊🎉

Dibuat oleh Anda, 28/01/2025 04.45

Media, tautan, dan dok 36 >



☰ ⌂ ⌂



55 40

Priyatno Putri Rachmawati	Siti Rahmawati	winda*	Antji Ramawati	Siti
Maya	Indra	Muwantirina	Lia	Vero Apri R.
winda	Sugitno	Martha	endar setyawan	Siti Rahmawati*
galuh	Puri sudarmadi	stro	So	Ridha
3336 8048	Rifqi Dhya Ulhaq	Tomi Eka Lestari	ipung purwanto	bong
Ronotin	galuh nika	rangga kurniawan	Sugitno*	Gilan
Puri sudarmadi*	Antinda H	Dina Fachih	Rifqi Dhya Ulhaq*	Sariyah Syodiqah
Activate Windows Please go to Settings to activate Windows.				

55 45

Yunda	Tomi Eka Lestari	ipung purwanto*	bangun lestari	Tomi Eka Lestari*
numadhani	hamdon	sugitno	Manda	ayyitina*
ipung purwanto	Veres	ipung purwanto*	Astuti*	endar setyawan
Sepulina Puspita	Vienda Nurfitia	Sariyah Syodiqah	Muwantirina	Siti Rahmawati
galuh nika	Martha	Astuti	Melika Fitri	Dina Fachih
Sugitno*	Antji Ramawati	Gilan	Sugitno*	

Pembahasan

Latar belakang karakteristik responden pegawai administrasi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta diketahui sebagian besar memiliki pendidikan perguruan tinggi serta pada rentang usia produktif yaitu 26-44 Tahun.

Hasil analisis menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan efektif dalam meningkatkan skor pengetahuan dan praktik pemenuhan gizi seimbang sesuai PMK N0 41 Tahun 201, namun tidak cukup untuk mengubah skor sikap. Hal ini karena perubahan sikap memerlukan pendekatan yang lebih mendalam dan waktu yang lebih lama dibandingkan dengan perubahan pengetahuan atau praktik.

Penggunaan game quizz sebagai strategi pembelajaran berbasis partisipatif setelah paparan edukasi poster digital kesehatan Pemenuhan Gizi Seimbang sesuai PMK No.41 Tahun 2014 dapat meningkatkan skor pengetahuan dan praktik pegawai kantor administrasi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

Pembahasan

Sedangkan pada kelompok kontrol, terdapat peningkatan skor pengetahuan dan sikap, meski pada skor praktik pemenuhan pedoman gizi seimbang sesuai PMK No.41 Tahun 2014 tidak ada perubahan signifika. Hal ini dapat terjadi karena faktor eksternal, meski tanpa intervensi khusus. Kondisi ini dipengaruhi oleh latar belakang karakteristik responden yang diketahui sebagian besar memiliki pendidikan perguruan tinggi serta pada rentang usia produktif yaitu 26-44 Tahun sehingga masih ada rasa ingin tahu dan mudah untuk mencari sumber informasi yang lain.

Hasil penelitian ini menekankan pentingnya desain intervensi yang komprehensif untuk mencapai perubahan yang diinginkan dalam ketiga aspek KAP (*knowledge, Attitude, Practice*).

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

KESIMPULAN

Intervensi paparan poster digital kesehatan disertai game quizz interaktif yang diberikan efektif dalam meningkatkan skor pengetahuan dan praktik pemenuhan gizi seimbang sesuai PMK N0 41 Tahun 2014, namun tidak cukup untuk mengubah sikap. Hal ini karena perubahan sikap memerlukan pendekatan yang lebih mendalam dan waktu yang lebih lama dibandingkan dengan perubahan pengetahuan atau praktik. Penggunaan game quizz sebagai strategi pembelajaran berbasis partisipatif setelah paparan edukasi poster digital kesehatan Pemenuhan Gizi Seimbang sesuai PMK No.41 Tahun 2014 dapat meningkatkan skor pengetahuan dan praktik pegawai kantor administrasi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

REKOMENDASI

1. Untuk pegawai administrasi di lingkungan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, dapat terus meningkatkan literasi pengetahuan, sikap, dan praktik dalam pemenuhan pedoman gizi seimbang sesuai PMK No.41 Tahun 2014.
2. Untuk instansi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, perlu adanya kebijakan penguatan program edukasi berkelanjutan, yaitu edukasi kesehatan harus dilakukan secara kontinu dengan pendekatan yang lebih interaktif seperti menggunakan quizz setelah paparan poster edukasi digital dan berbasis pengalaman untuk meningkatkan pemahaman dan praktik. Perlunya pendekatan yang lebih holistik untuk mengubah sikap, diperlukan strategi tambahan seperti pelibatan komunitas, diskusi kelompok, dan penggunaan role model yang relevan. Serta adanya integrasi media digital dengan pemanfaatan media sosial dan teknologi digital dapat meningkatkan jangkauan edukasi serta mempertahankan dampak jangka panjang. Selain itu, perlunya monitoring dan evaluasi berkelanjutan, yaitu evaluasi secara berkala untuk memastikan perubahan perilaku yang lebih permanen dan mengidentifikasi aspek yang perlu diperbaiki.



Terima Kasih

