MANUSKRIP

PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN METODE *ROLE PLAY* TERHADAP PERILAKU PEMENUHAN GIZI PADA IBU HAMIL KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK)

(DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KAMAL)

Oleh :

Febriani Uswaturrohmi

NIM : 22153010014

NHM Universitas Noor Huda Mustofa

PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN

UNIVERSITAS NOOR HUDA MUSTOFA

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN METODE *ROLE PLAY* TERHADAP PERILAKU PEMENUHAN GIZI PADA IBU HAMIL KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK)

(DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KAMAL)

NASKAH PUBLIKASI

Oleh :

Febriani Uswaturrohmi

NIM : 22153010014

Bangkalan, 30 Juli 2026

Pembimbing

Bdn. Lelly Aprilia Vidayati, S.SiT.,M.Kes

NIDN : 0729048401

PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN

UNIVERSITAS NOOR HUDA MUSTOFA

2026

PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN METODE *ROLE PLAY* TERHADAP PERILAKU PEMENUHAN GIZI PADA IBU HAMIL KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK)

Febriani Uswaturrohmi[1], Bdn.Lelly Aprilia Vidayati,S.SiT.,M.Kes[2]

1) Mahasiswa S1 Kebidanan Universitas Noor Huda Mustofa
2) Dosen Kebidanan Universitas Noor Huda Mustofa
Email :uswaturrohmifebriani@gmail.com

ABSTRAK

Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil merupakan masalah gizi yang masih menjadi perhatian karena dapat meningkatkan risiko komplikasi pada ibu dan janin. Berdasarkan studi pendahuluan di wilayah kerja Puskesmas Kamal tahun 2025, dari 69 ibu hamil terdapat (31%) yang mengalami KEK. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi gizi dengan metode *role play* terhadap perilaku pemenuhan gizi pada ibu hamil KEK di wilayah kerja Puskesmas Kamal.

Desain penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *Pre-Experimental* One Group *Pretest-Posttest* Design. Populasi penelitian adalah ibu hamil yang mengalami KEK di wilayah kerja Puskesmas Kamal dengan jumlah sampel 20 responden. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang selanjutnya dilakukan anlisis data secara univariat menggunakan distribusi frekuensi untuk menggambarkan karakteristik dan distribusi variabel penelitian, kemudian dilanjutkan dengan analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test Penelitian ini sudah melalui uji layak etik dengan nomor: 3403/KEPK/UNIV-NHM/EC/V/2026.

Berdasarkan hasil uji statistic *wilcoxon* penelitian menunjukkan adanya peningkatan perilaku pemenuhan gizi setelah diberikan edukasi gizi dengan metode *role play.* Pengetahuan baik meningkat dari 15,0% menjadi 65,0% dengan nilai p = 0,001, sikap meningkat dengan nilai p = 0,003, dan tindakan meningkat dengan nilai p = 0,004 (p<0,05). Penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi gizi dengan metode *role play* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan tindakan ibu hamil dalam pemenuhan gizi di wilayah kerja puskesmas kamal.

Edukasi kepada tenaga kesehatan, khususnya bidan dan petugas gizi, untuk menerapkan edukasi gizi dengan metode *role play* sebagai salah satu strategi pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan,sikap, dan tindakan ibu hamil dalam pemenuhan gizi serta mencegah kejadian KEK. Metode *role play* dipilih karena memberikan pengalaman belajar yang aktif melalui simulasi situasi nyata sehingga peserta lebih mudah memahami materi, mengingat informasi, serta menerapkan perilaku yang diharapkan. Oleh karena itu, metode ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan,sikap,dan tindakan ibu hamil terhadap pemenuhan gizi.

Kata Kunci : Edukasi Gizi, *Role Play*,Ibu Hamil (KEK).

THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION USING THE ROLE PLAY METHOD ON NUTRITIONAL FULFILLMENT BEHAVIOR IN PREGNANT WOMEN WITH CHRONIC ENERGY DEFICIENCY (CED) IN THE KAMAL HEALTH CENTER WORKING AREA.

Febriani Uswaturrohmi[1], Bdn.Lelly Aprilia Vidayati,S.SiT.,M.Kes[2]

1) *S1 Midwifery students of Universitas Noor Huda Mustofa*
2) *Midwifery lecturer of Universitas Noor Huda Mustofa*

Email : uswaturrohmifebriani@gmail.com

ABSTRACT

Chronic Energy Deficiency (CED) in pregnant women is a nutritional problem that remains a concern because it can increase the risk of complications for both mother and fetus. Based on a preliminary study in the working area of the Kamal Health Center in 2025, out of 69 pregnant women, 31% experienced (CED). This study aims to analyze the effect of nutrition education using the role-play method on nutritional fulfillment behavior among pregnant women with (CED) in the Kamal Health Center area.

This study used a quantitative method with a Pre-Experimental One Group Pretest–Posttest Design. The study population consisted of pregnant women with (CED) in the working area of the Kamal Health Center, with a sample of 20 respondents. The sampling technique used was total sampling. Data were collected using questionnaires and then analyzed using univariate analysis with frequency distribution to describe the characteristics and variables of the study. Bivariate analysis was conducted using the Wilcoxon Signed Rank Test. This research has been carried out ethical clearance with certificate number: 3403/KEPK/UNIV-NHM/EC/V/2026.

Based on the Wilcoxon statistical test results, the study showed an increase in nutritional fulfillment behavior after being given nutrition education using the role-play method. Good knowledge increased from 15.0% to 65.0% with a p-value of 0.001, attitude improved with a p-value of 0.003, and practice improved with a p-value of 0.004 ($p < 0.05$).This study indicated that nutrition education using the role-play method had a significant effect on increasing knowledge, attitudes, and practices of pregnant women in fulfilling nutritional needs in the Kamal Health Center area.

Health education for healthcare workers, especially midwives and nutrition officers, is recommended to implement nutrition education using the role-play method as one of the health education strategies to improve knowledge, attitudes, and practices of pregnant women in nutritional fulfillment and to prevent the incidence of (CED). The role-play method was selected because it provides an active learning experience through the simulation of real-life situations, enabling participants to better understand the material, retain information, and apply the expected behaviors. Therefore, this method is effective in improving pregnant women's knowledge, attitudes, and practices regarding nutritional fulfillment.

Keywords**: **Nutrition Education, Roll Play, Pregnant Women (CED).

PENDAHULUAN

Kehamilan menyebabkan meningkatnya metabolisme energi. Karena itu, kebutuhan energi dan zat gizi lainnya meningkat selama kehamilan. Peningkatan energi dan zat gizi tersebut diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin, pertambahan besarnya organ kandungan, serta perubahan komposisi dan metabolisme tubuh ibu (Tiara). Wanita hamil membutuhkan asupan gizi yang cukup untuk dirinya dan bayi yang dikandungnya. Ibu hamil yang mengalami kekurangan asupan gizi akan menyebabkan kelainan pada janin yang dikandungnya (Ratnawati) Oleh karena itu, kesehatan ibu hamil harus tetap terjaga, kebutuhan gizi ibu hamil harus terpenuhi, karena dalam masa kehamilan ibu hamil tidak hanya memenuhi kebutuhan gizinya sendiri, namun juga harus memenuhi kebutuhan janinnya (Adriati) Demikian pula, bila makanan ibu kurang tumbuh kembang janin akan terganggu, terlebih bila keadaan ibu pada masa sebelum hamil telah buruk (Erma). Salah satu Permasalahan yang kerap dialami ibu hamil terkait asupan gizi adalah Kurang Energi Kronik (KEK).

Kekurangan Energi Kronik merupakan suatu keadaan di mana status gizi seseorang buruk yang disebabkan karena kurangnya konsumsi pangan sumber energi yang mengandung zat gizi makro (Tiara). Idcal nya ibu hamil memiliki ukuran lingkar lengan atas (LILA) yaitu >23,5 cm, ibu hamil dikatakan kekurangan energi kronis jika ditandai dengan ukuran lingkar lengan atas (LILA) <23,5 cm. Kasus kekurangan energi kronis disebabkan karena adanya ketidakseimbangan asupan gizi yaitu energi dan protein. Kondisi ketidakseimbangan energi dan protein ini menyebabkan zat gizi yang dibutuhkan tubuh tidak tercukupi (Anggoro).

World Health Organization (WHO) mengemukakan bahwa prevalensi KEK pada kehamilan secara global sebesar 35%-75% dan 40% kematian ibu di negara berkembang berkaitan dengan KEK. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi KEK pada ibu hamil di Indonesia yaitu 17.3%, dengan kelompok usia 15-19 tahun yaitu sebesar 33.5% dan usia 20-24 tahun sebesar 23.3%. (Harna et al). Berdasarkan data tersebut, Provinsi Jawa Timur tergolong kedalam lima belas Provinsi dengan prevalensi ibu hamil KEK diatas Nasional sebesar 19,59% (Yantil).

Data Kabupaten Bangkalan yang spesifik mengenai jumlah total terbaru kasus kek pada ibu hamil di seluruh Kabupaten Bangkalan secara keseluruhan (misalnya, data dinas kesehatan tingkat kabupaten), di Puskesmas Arosbaya pada bulan Januari-Desember 2024 tercatat 4 kasus ibu hamil KEK dari total 64 ibu hamil atau sebesar (6,25%),di Puskesmas Gerunggang pada bulan Januari-Desember 2024 tercatat 43 kasus ibu hamil KEK dari total 102 ibu hamil atau sebesar (42%). Hasil menunjukkan bahwa kasus (KEK) pada ibu hamil menjadi perhatian serius di daerah Kabupaten Bangkalan.

Berdasarkan survey pendahuluan di Puskesmas Kamal pada tahun 2025 jumlah ibu hamil ada sebanyak 69 pada bulan September-Desember 2025,didapatkan data ibu hamil yang mengalami KEK sebanyak (31%),ibu tersebut masih mengalami KEK di karenakan (23%) ibu hamil KEK tidak suka mengkonsumsi sayur daging kebanyakan ibu hamil yang mengkonsumsi telur sehingga kebutuhan gizi ibu selama hamil tidak terpenuhi dan (34%) orang ibu hamil dikarenakan kurangnya pengetahuan tentang gizi ibu hamil, dan (43%) orang ibu hamil dikarenakan faktor keturunan.

Penyebab KEK pada ibu hamil disebabkan oleh dua faktor, yaitu penyebab langsung dan tidak langsung. Penyebab langsung adalah konsumsi gizi yang tidak cukup dan penyakit, sedangkan faktor penyebab tidak langsung adalah persediaan makanan tidak cukup, pola asuh yang tidak memadai dan kesehatan lingkungan serta

pelayanan kesehatan yang tidak memadai (Hariyani) Menurut (Muryani) ibu hamil dengan Kurang Energi Kronik (KEK) disebabkan beberapa faktor penyebab yaitu asupan makanan yang kurang dan penyakit kronis, dan bisa juga disebabkan karena faktor karakteristik ibu hamil yang terdiri dari usia, tinggi badan dan berat badan (Novitasari).

Sedangkan menurut (Anggoro) banyak faktor yang dapat mempengaruhi kejadian kekurangan energi kronis pada ibu hamil diantaranya adalah berat badan, budaya pantang makanan, status ekonomi, pengetahuan zat gizi, faktor dari penyakit pencernaan, aborsi, penyakit infeksi dan ketidak seimbangan asupan zat gizi, maka dari itu hal terpenting yang harus diperhatikan ibu hamil adalah makanan yang dikonsumsi terdiri dari susunan menu seimbang, yaitu sesuai dengan kebutuhan ibu hamil dan janinnya, yang mengandung unsur-unsur sumber tenaga, pembangun, pengatur dan pelindung (Erma). Selama masa kehamilan kebutuhan gizi ibu akan meningkat sebesar 15% dibandingkan dengan kebutuhan wanita normal, sebab makanan yang dikonsumsi oleh ibu hamil akan digunakan untuk pertumbuhan janin sebesar 40% dan sisanya 60% digunakan untuk pertumbuhan ibu, (Apriliani).

Dampak KEK terhadap ibu diantaranya meningkatkan risiko terjadinya anemia, pendarahan,dan terkena penyakit infeksi (Irianto). Sedangkan pengaruh KEK terhadap proses persalinan dapat mengakibatkan persalinan sulit dan lama, persalinan prematur iminen (PPI), pendarahan post partum, serta peningkatan tindakan sectio caesaria (Teguh). KEK dapat berpengaruh pula terhadap janin yang dikandung ibu hamil, KEK berisiko menyebabkan proses pertumbuhan janin terhambat, keguguran atau abortus, bayi lahir mati, kematian neonatal, cacat bawaan, anemia pada bayi, asfiksia intra partum (mati dalam kandungan), lahir dengan berat badan lahir rendah (BBLR) (Lisnawati)

Penanggulangan KEK pada ibu hamil bisa dilakukan dengan perubahan pola konsumsi makanan dengan pemberian makanan tambahan (PMT) pada ibu hamil, ketersediaan pangan yang memadai di rumah tangga dan edukasi kepada ibu hamil merupakan hal yang mendukung perubahan konsumsi makan sesuai kebutuhan gizi selama kehamilan (Yantil). Menurut Kementrian Kesehatan RI (2012) untuk mengatasi kekurangan gizi pada ibu hamil KEK pemerintah juga menyelenggarakan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pemulihan ditjen bina gizi dan kesehatan ibu dan anak. (Widyawati). pemberian edukasi terkait gizi ibu hamil dapat dilakukan melalui kelas ibu hamil, dan pendampingan ibu hamil secara langsung. pendampingan gizi yang diberikan ibu hamil dinilai mempunyai efektivitas yang tinggi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Simbolon dkk, (2019) membuktikan bahwa perilaku ibu hamil KEK dapat berubah dari adanya pendampingan gizi (Yantil).

Berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 369 tahun 2007 tentang standar profesi bidan mengenai intervensi ibu hamil dengan KEK, dapat dilakukan dengan cara melakukan rujukan ke petugas tenaga gizi serta berkolaborasi untuk membantu memonitoring serta mengevaluasi asupan pemberian makanan dan kenaikan berat badan. Upaya lainnya dalam menanggulangi masalah dan mencegah dampak dari kurang energi kronis pada ibu hamil yaitu mengusahakan agar ibu hamil memeriksakan kehamilan secara rutin sejak hamil muda untuk mendeteksi secara dini kejadian kurang energi kronis,dan penyuluhan tentang asupan nutrisi yang dibutuhkan ibu hamil.(Widyawati)

METODE

1. Hasil Data Umum

1. Karakteristik Ibu Hamil Berdasarkan Usia

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Ibu Hamil Berdasarkan Usia

Karakteristik responden	Frekuensi(f)	Persentase(%)
Usia		
25-34 tahun	15	75,0 %
>35 tahun	5	25,0 %
TOTAL	20	100,0 %

Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 4.1 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil berada pada rentang usia 25-34 tahun yaitu sebanyak (75%) Dan usia >35 tahun yaitu sebanyak 25% dari total 20 ibu hamil.

2. Karakteristik Ibu Hamil Berdasarkan Pendidikan

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Ibu Hamil Berdasarkan Pendidikan Terakhir

Pendidikan terakhir	Frekuensi(f)	Persentase (%)
SD	10	50,0 %
SMP	4	20,0 %
SMA	5	25,0 %
S1	1	5,0 %
TOTAL	20	100 %

Data primer 2026

Berdasarkan Tabel 4.2 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil pendidikan terkahir SD yaitu sebanyak (50,0%), pendidikan terakhir SMP yaitu sebanyak (20,0%), pendidikan terakhir SMA yaitu sebanyak (25,0%),dan pendidikan terakhir S1 yaitu sebanyak (5,0%), dari total 20 ibu hamil.

2. Hasil Data Khusus

1. Perbedaan Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi dengan Metode *Role Play* Pada Ibu Hamil KEK

Tabel 4.3 Distribusi Pengetahuan Hasil analisis uji SPSS menggunakan uji *wilcoxom*

	Pre test		Post tes	
Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	3	15,0 %	13	65,0 %
cukup	1	5,0 %	5	25,0 %
Kurang	16	80,0 %	2	10,0 %
Total	20	100 %	20	100 %
Uji statistic Wilxocon			*P : 0,001 < a : 0,05*	

Data primer 2026

Berdasarkan hasil tabel 4.3 di atas menunjukkan sebagian besar ibu hamil sebelum diberikan edukasi gizi dengan metode *role play* terhadap Pengetahuan ibu hamil yaitu Baik sebanyak(15,0%), Cukup sebanyak (5,0%),Kurang sebanyak (80,0%) dan setelah diberikan edukasi gizi dengan metode *role play* yaitu Baik sebanyak(65,0%), Cukup sebanyak (25,0%), Kurang sebanyak(10,0%).

Untuk mengtahui pengaruh edukasi gizi dengan metode *role play* terhadap pengetahuan ibu hamil dalam menjaga pemenuhan gizinya maka dilakukan *uji statistic wilxocon* dengan menggunakan program SPSS diperoleh p-value < α (0,001 < 0,05), maka H1 diterima artinya ada pengaruh sesudah diberikan edukasi gizi dengan metode *role play* terhadap perilaku ibu hamil dalam menjaga pemenuhan gizinya.

2. Perbedaan Sikap Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi dengan Metode *Role Play* Pada Ibu Hamil KEK

Tabel 4.4 Distribusi Sikap Hasil analisis uji SPSS menggunakan uji *wilcoxom*

	Pre test		Post tes	
Sikap	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	2	10,0 %	7	35,0 %
cukup	4	20,0 %	11	55,0 %
Kurang	14	70,0 %	2	10,0 %
Total	20	100 %	20	100 %
Uji statistic Wilxocon			*P : 0,003 < a : 0,05*	

Data primer 2026

Berdasarkan hasil tabel 4.4 di atas menunjukkan sebagian besar ibu hamil sebelum diberikan edukasi gizi dengan metode *role play* terhadap Sikap ibu hamil yaitu Baik sebanyak(10,0%), Cukup sebanyak (20,0%),Kurang sebanyak (70,0%) dan setelah diberikan edukasi gizi dengan metode *role play* yaitu Baik sebanyak(35,0%), Cukup sebanyak (55,0%), Kurang sebanyak (10,0%).

Untuk mengtahui pengaruh edukasi gizi dengan metode *role play* terhadap sikap ibu hamil dalam menjaga pemenuhan gizinya maka dilakukan *uji statistic wilxocon* dengan menggunakan program SPSS diperoleh p-value < α (0,003 < 0,05), maka H1 diterima artinya ada pengaruh sesudah diberikan edukasi gizi dengan metode *role play* terhadap perilaku ibu hamil dalam menjaga pemenuhan gizinya.

3. Perbedaan Tindakan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi dengan Metode *Role Play* Pada Ibu Hamil KEK

Tabel 4.5 Distribusi Tindakan Hasil analisis uji SPSS menggunakan *uji wilcoxom*

	Pre test		Post tes	
Sikap	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	5	25,0 %	12	60,0 %
cukup	2	10,0 %	6	30,0 %
Kurang	13	65,0 %	2	10,0 %
Total	20	100 %	20	100 %
Uji statistic Wilxocon			*P : 0,003 < a : 0,05*	

Data primer 2026

Berdasarkan hasil tabel 4.5 di atas menunjukkan sebagian besar ibu hamil sebelum diberikan edukasi gizi dengan metode *role play* terhadap Tindakan ibu hamil yaitu Baik sebanyak(25,0%), Cukup sebanyak (10,0%),Kurang sebanyak (65,0%) dan setelah diberikan edukasi gizi dengan metode *role play* yaitu Baik sebanyak(60,0%), Cukup sebanyak (30,0%), Kurang sebanyak(10,0%).

Untuk mengtahui pengaruh edukasi gizi dengan metode *role play* terhadap tindakan ibu hamil dalam menjaga pemenuhan gizinya maka dilakukan *uji statistic wilxocon* dengan menggunakan program SPSS diperoleh p-value < α (0,002 < 0,05), maka H1 diterima artinya ada pengaruh sesudah diberikan edukasi gizi dengan metode *role play* terhadap perilaku ibu hamil dalam menjaga pemenuhan gizinya.

PEMBASAHAN

Perbedaan Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi dengan Metode *Role Play*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan ibu hamil tentang gizi sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan metode *role play*. Setelah dilakukan intervensi, sebagian besar responden mengalami peningkatan pengetahuan mengenai kebutuhan gizi selama kehamilan, jenis makanan bergizi, serta pentingnya pemenuhan gizi untuk mencegah Kekurangan Energi Kronik (KEK). Hasil uji statistik juga menunjukkan bahwa perbedaan tersebut bermakna sehingga edukasi gizi dengan metode *role play* terbukti mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil.

Berdasarkan hasil penelitian ibu hamil sebelum diberikan edukasi gizi dengan metode *role play* pada kuesioner pengetahuan banyak yang kurang paham pada materi nomor soal yaitu 2,3,dan 5 ibu hamil banyak yang kurang mengerti pada kuesioner ini dan setelah diberikan edukasi gizi ibu hamil sebagian besar sudah baik mengerjakan soal 2,3,dan 5 pada kuesiner dan ibu hamil sudah banyak yang memahami materi kuesioner.

Pengetahuan merupakan hasil dari proses pengindraan seseorang terhadap suatu objek melalui pancaindra, terutama indera penglihatan dan pendengaran. Semakin banyak informasi yang diterima seseorang, maka semakin baik pula tingkat pengetahuannya mengenai suatu hal. Dalam penelitian ini, metode *role play* memberikan kesempatan kepada ibu hamil untuk melihat, mendengar, dan

mempraktikkan secara langsung materi yang diberikan sehingga informasi lebih mudah dipahami dan diingat, *Health Belief Model* (HBM), perubahan pengetahuan terjadi ketika individu menyadari kerentanan (*perceived susceptibility*) dan keseriusan (*perceived severity*) suatu masalah, memahami manfaat (*perceived benefits*) dari tindakan pencegahan, serta menyadari hambatan (*perceived barriers*) yang mungkin menghalangi Tindakan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan (Abdisa dkk. 2023) yang menyatakan bahwa edukasi gizi mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil secara signifikan setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan. Selain itu, (Permatasari dkk. 2021) menunjukkan bahwa edukasi gizi pada ibu hamil berpengaruh terhadap peningkatan pemahaman mengenai kebutuhan nutrisi selama kehamilan.

Menurut pendapat peneliti, peningkatan pengetahuan terjadi karena metode *role play* mampu menciptakan suasana belajar yang aktif dan tidak membosankan. Melalui bermain peran, ibu hamil dapat memahami pentingnya pemenuhan gizi selama kehamilan serta dampak yang dapat terjadi apabila kebutuhan gizi tidak terpenuhi, sehingga materi yang diberikan lebih mudah dipahami dibandingkan metode ceramah biasa.

Perbedaan Sikap Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi dengan Metode *Role Play*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan sikap ibu hamil tentang gizi sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan metode *role play*. Setelah intervensi, responden menunjukkan perubahan sikap yang lebih positif terhadap pentingnya pemenuhan gizi selama kehamilan. Hasil uji statistik juga membuktikan bahwa perubahan tersebut bermakna sehingga metode *role play* efektif dalam membentuk sikap ibu hamil ke arah yang lebih baik.

Berdasarkan hasil penelitian ibu hamil sebelum diberikan edukasi gizi dengan metode *role play* pada kuesioner sikap banyak yang kurang paham pada materi nomor soal yaitu 1 dan 5 ibu hamil banyak yang kurang mengerti pada kuesioner ini dan setelah diberikan edukasi gizi ibu hamil sebagian besar cukup mengerti mengerjakan soal 1 dan 5 pada kuesiner dan ibu hamil sudah banyak yang memahami materi kuesioner.

Sikap merupakan respons atau reaksi seseorang terhadap suatu objek yang masih bersifat tertutup dan belum menjadi tindakan nyata. Sikap dipengaruhi oleh pengetahuan, pengalaman, keyakinan, serta informasi yang diterima seseorang. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki, maka kecenderungan seseorang untuk memiliki sikap positif juga semakin besar, Menurut *Elaboration Likelihood Model* (ELM), sikap bisa berubah jika seseorang mendapatkan informasi baru atau pengalaman yang membuat mereka memikirkan hal itu dengan serius. Sikap seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan, pengalaman pribadi, kebudayaan, pengaruh orang lain, media massa, lembaga pendidikan, dan faktor emosional (Notoatmodjo, 2012).

Menurut (Wang dkk. 2023) menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dan sikap ibu hamil dalam memenuhi kebutuhan nutrisi selama kehamilan. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik cenderung menunjukkan sikap yang lebih positif terhadap perilaku pemenuhan gizi. Penelitian (Abdisa dkk. 2023) juga menemukan bahwa edukasi gizi secara signifikan meningkatkan sikap ibu hamil terhadap konsumsi makanan bergizi dan kepatuhan dalam memenuhi kebutuhan nutrisi.

Menurut pendapat peneliti, perubahan sikap terjadi karena selama kegiatan *role play* ibu hamil tidak hanya menerima informasi, tetapi juga berperan secara langsung dalam situasi yang menggambarkan pentingnya pemenuhan gizi selama kehamilan. Pengalaman tersebut membantu ibu hamil memahami manfaat perilaku sehat sehingga terbentuk

sikap yang lebih positif terhadap pemenuhan kebutuhan gizi.

Perbedaan Tindakan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi dengan Metode *Role Play*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tindakan ibu hamil dalam pemenuhan gizi sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan metode *role play*. Setelah dilakukan intervensi, responden mulai menerapkan perilaku yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhan gizi selama kehamilan, seperti memilih makanan bergizi seimbang, mengonsumsi sumber protein, sayur, buah, serta lebih memperhatikan pola makan sesuai anjuran tenaga kesehatan. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa perubahan tindakan tersebut bermakna.

Berdasarkan hasil penelitian ibu hamil sebelum diberikan edukasi gizi dengan metode *role play* pada kuesioner tindakan banyak yang kurang paham pada materi nomor soal yaitu 1,2,dan 5 ibu hamil banyak yang kurang mengerti pada kuesioner ini dan setelah diberikan edukasi gizi ibu hamil sebagian besar sudah baik mengerjakan soal 1,2,dan 5 pada kuesiner dan ibu hamil sudah banyak yang memahami materi kuesioner.

Menurut teori perilaku kesehatan, tindakan merupakan bentuk nyata dari pengetahuan dan sikap yang telah dimiliki seseorang. Pengetahuan yang baik akan membentuk sikap positif, kemudian diwujudkan dalam tindakan apabila terdapat faktor pendukung seperti motivasi, fasilitas, dan lingkungan yang mendukung, Menurut *Theory of Planned Behavior* (TPB), perilaku dipengaruhi oleh tiga hal: sikap terhadap perilaku (apakah mereka merasa tindakan itu baik atau buruk), norma sosial (tekanan dari orang lain atau lingkungan), dan persepsi kontrol (apakah mereka merasa mampu melakukannya). Perubahan tindakan terjadi ketika ketiga hal ini berubah sehingga seseorang terdorong untuk bertindak sesuai yang diinginkan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan (Jamilah dkk. 2023) yang menunjukkan bahwa edukasi gizi pada kelas ibu hamil mampu meningkatkan perilaku pemenuhan gizi selama kehamilan. (Abdisa dkk. 2023) juga membuktikan bahwa pendidikan gizi memberikan pengaruh positif terhadap praktik atau perilaku kesehatan ibu hamil dalam memenuhi kebutuhan nutrisi. Selain itu, penelitian mengenai edukasi dan konseling gizi pada ibu hamil KEK menunjukkan adanya perubahan perilaku makan yang lebih baik setelah diberikan edukasi secara terstruktur.

Menurut pendapat peneliti, metode *role play* efektif meningkatkan perilaku karena peserta tidak hanya memahami materi secara teori tetapi juga mempraktikkan langsung situasi yang berkaitan dengan pemenuhan gizi ibu hamil. Pengalaman belajar yang aktif tersebut membuat ibu hamil lebih mudah menerapkan pengetahuan yang diperoleh ke dalam kehidupan sehari-hari sehingga terjadi perubahan perilaku yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhan gizi selama kehamilan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan judul Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Metode *Role Play* Terhadap Perilaku Pemenuhan Gizi Ibu Hamil Kekurangan Energi Kronik (KEK), Diwilayah kerja puskesmas kamal.

a. Terdapat perbedaan pengetahuan ibu hamil tentang gizi antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan metode *role play.*
b. Terdapat perbedaan sikap ibu hamil tentang gizi antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan metode *role play*.
c. Terdapat perbedaan tindakan ibu hamil dalam pemenuhan gizi antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan metode *role play*.

6.2 Saran

Setelah mengetahui hasil dari penelitian ini, peneliti memberi saran sebagai berikut :

6.2.1 Saran Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah dan memperkaya kajian ilmu kebidanan, khususnya mengenai edukasi gizi pada ibu hamil KEK melalui metode *role play* sebagai salah satu strategi pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan perilaku pemenuhan gizi. Penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan metode pendidikan kesehatan yang lebih inovatif dan interaktif dalam upaya meningkatkan status gizi ibu hamil.Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, kelompok kontrol, serta waktu pengamatan yang lebih panjang agar diperoleh hasil yang lebih kuat dan dapat digeneralisasikan.

6.2.2 Saran Praktis

a. Bagi peneliti

Diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan KEK, seperti tingkat pendidikan, pendapatan keluarga, dukungan keluarga, budaya pantang makanan, dan status ekonomi sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi pemenuhan gizi ibu hamil.

b. Bagi institusi

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi dan sumber pembelajaran bagi mahasiswa kebidanan terkait upaya peningkatan perilaku pemenuhan gizi pada ibu hamil melalui metode edukasi yang inovatif.

c. Bagi Ibu Hamil KEK

Diharapkan ibu hamil dapat menerapkan informasi yang telah diperoleh selama edukasi dengan memperhatikan pola makan bergizi seimbang, mengonsumsi makanan yang kaya energi dan protein, serta melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin.

REFERENSI

Adriati. (2020). *STATUS GIZI IBU HAMIL BERDASARKAN PENGUKURAN Indikator kesehatan wanita*.

Alifka, N. K. (2020). Hubungan Budaya Pantang Makanan dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil di Puskesmas Kalipare Malang. *Jurnal Kebidanan, 1*(1).

Anggoro, R. R. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sedayu I Bantul Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan, 11*(1), 108–114.

Apriliani, S. L., Nikmawati, E. E., & Yulia, C. (2019). Pengetahuan Gizi Ibu Hamil Di Kecamatan Kertasari Kabupaten Bandung. *Media Pendidikan, Gizi, Dan Kuliner, 8*(2), 67-75. https://doi.org/10.17509/boga.v8i2.21967.

Fortuna. (2019). *Konsep Dasar Kehamilan*.

Universitas Noor Huda Mustofa