

## **Konseling Dengan Media Pendidikan Lembar Balik Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Perilaku Ibu Dalam Penyediaan Sarapan Anak Sekolah Dasar Di SD Gmim Sion Malalayang I Kota Manado Dan Sd Katolik Warembungan Kabupaten Minahasa**

*Mirna Kawulusan<sup>1</sup>, Ana Montol<sup>2</sup>, Pmemberiah Kereh<sup>3</sup>*

<sup>1,2,3</sup> Nutrition Department of Health Polytechnic of Manado Health Ministry

### **ABSTRACT**

Some researches show that having no breakfast properly could be influential element toward the insufficient nutrition symptom due to the loss of nutrition (Soedibyo & Gunawan 2009). It is argued that parents play important role in deciding on having breakfast to their children. For the reason, the nutritional education is needed to be taught in order to get the good behavior for parents and children (Sabbag & Surucoglu 2012). It describes the difference on the mother's knowledge and attitude in serving breakfast to children by using counseling with back-sheet educational medium counseling and without the ones.

The type of research is *Quasy Experiment Pre and Post Test Control Group Design*. The research is carried out at Elementary School "Sion" Malalayang I, Manado City and Elementary School Catholic Warembungan, District of Minahasa. The sample are those children in Grade 1 who are fit the criteria, each of schools is 30 students and counted accidentally.

The result of Paired T-test shows that there is a difference approximately both in knowledge and attitude, either in pre and post counseling in those who using back-sheet or those who are not using back-sheet ( $p < 0,05$ ). Meanwhile, the Independent T-test shows there is no difference in both group ( $p > 0,05$ ).

The conclusion is there is a difference of knowledge and attitude in both pre and post counseling by using back-sheet educational medium. There is no distinct difference in knowledge and attitude in both groups.

**Keywords: Counseling, Breakfast, Elementary Children**

### **PENDAHULUAN**

Pola konsumsi makanan pada anak telah menjadi hal yang mendapat perhatian khusus karena pola makan pada awal kehidupan cenderung akan menetap hingga masa dewasa. Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa perilaku tidak sarapan atau konsumsi sarapan yang tidak memadai dapat menjadi faktor yang berpengaruh pada ketidakcukupan gizi karena kehilangan zat gizi yang ditimbulkannya jarang dapat dipenuhi oleh konsumsi makanan di waktu lain (Soedibyo & Gunawan 2009 dalam Ekawati I, dkk 2013).

Meskipun banyak penelitian dalam kurun waktu lebih dari 50 tahun menunjukkan berbagai manfaat sarapan, namun studi observasional dibanyak tempat menemukan adanya kecenderungan perilaku tidak sarapan di kalangan anak dan remaja (Rampersaud and Pereira, 2005). Sebanyak 20% anak usia sekolah dasar mempunyai kebiasaan tidak sarapan, (Soedibyo &

Gunawan 2009 dalam Ekawati I, dkk 2013). Oleh karena itu pendidikan gizi sangat diperlukan untuk memperoleh kebiasaan gizi yang baik pada orang tua dan anak (Sabbag & Surucuoglu 2012). Sampai saat ini belum banyak data atau laporan mengenai pengaruh intervensi pendidikan gizi terhadap perubahan pengetahuan dan sikap ibu tentang kebiasaan sarapan anak. “Gerakan Sarapan Sehat Melalui Kampanye Terintegrasi Antara Ibu, Anak, Guru, dan Masyarakat” merupakan salah satu pendidikan gizi untuk meningkatkan dan memperbaiki kebiasaan sarapan anak. Kegiatan ini berisi tentang sarapan yang sehat dan manfaat sarapan bagi anak. Penelitian ini perlu dilakukan untuk melihat pengaruh dari media pendidikan gizi terhadap perubahan pengetahuan dan perilaku sarapan ibu pada anak sekolah dasar. Intervensi kampanye sarapan sehat pada ibu ini menggunakan jenis media lembar balik. Tujuan penelitian ini adalah Mengetahui perbedaan konseling dengan media pendidikan lembar balik, terhadap perubahan pengetahuan dan perilaku ibu terhadap penyediaan sarapan anak sekolah. Manfaat dari Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan memberikan gambaran perilaku ibu-ibu dalam mempersiapkan kebutuhan gizi bagi anak usia sekolah di SD Katolik Warembungan dan SD GMIM Sion Malalayang, menciptakan kesadaran ibu-ibu melalui media pendidikan yang mudah dipahami agar tercipta kesadaran hidup sehat.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian adalah *quasi eksperimen* dengan rancangan *pre and post tes control group desain*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus dan September 2017 di Sekolah Dasar Katolik Warembungan Minahasa dan Sekolah Dasar GMIM Sion Kota Manado. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak SD Katolik Warembungan dan anak SD GMIM Sion Malalayang kelas 1. Sekolah Dasar Katolik Warembungan diberikan konseling dengan menggunakan media lembar balik dan Sekolah Dasar Sion Malalayang 1 diberikan konseling tanpa menggunakan media lembar balik., sampel pada masing-masing kelompok berjumlah 30 orang dan yang menjadi responden adalah ibu dari anak SD kelas 1.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN.**

### **Analisis Univariat**

- a. Karakteristik Responden dan Sampel Penelitian

Hasil analisis univariat menunjukkan variabel yang diukur dalam penelitian baik di SD Katolik Warembungan maupun SD GMIM Sion Malalayang. berdistribusi normal. Umur ibu di SD Katolik berkisar antara 26 sampai dengan 47 tahun dan paling banyak antara umur 33 sampai dengan 39 tahun. Pendidikan dari ibu paling banyak SMA sedangkan pekerjaan ibu paling banyak ibu rumah tangga. Untuk jelasnya dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Ibu SD Katolik Warembungan

Variabel	Frequency	%	Cumulatif %
<b>Umur (tahun)</b>			
26-32	6	20	20
33-39	14	46,7	46,7
40-47	10	33,3	100
Total	30	100	
<b>Pendidikan</b>			
SMP	4	13,3	13,3
SMA	21	70,0	83,3
Perguruan Tinggi	5	16,7	100
Total	30	100	
<b>Pekerjaan</b>			
Ibu Rumah Tangga	23	76,7	76,7
Wiraswasta	2	6,7	83,3
Guru	5	16,7	100
Total	30	100	

Umur siswa paling banyak berumur 7 tahun sedangkan jenis kelamin siswa paling banyak perempuan. Untuk jelasnya dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Karakteristik Siswa SD Katolik Warembungan

Variabel	Frequency	%	Cumulatif %
<b>Umur (Tahun)</b>			
6	13	43,3	43,3
7	17	56,7	100
Total	30	100	
<b>Jenis Kelamin</b>			
Laki-laki	14	46,7	46,7
Perempuan	16	53,3	100
Total	30	100	

Umur ibu SD GMIM Sion Malalayang berkisar 25 sampai dengan 48 tahun dan yang terbanyak terdapat pada umur 25 sampai dengan 32 tahun, sedangkan pendidikan yang terbanyak adalah SMA. Pekerjaan ibu yang terbanyak ibu rumah tangga. Untuk jelasnya dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Karakteristik Ibu SD GMIM Sion Malalayang

Variabel	Frequency	%	Cumulative %
Umur			
25-32	14	46,7	46,7
33-40	7	23,3	70
41-48	9	30	100
Total	30	100	
Pendidikan			
SD	3	10	10
SMP	4	13,3	23,3
SMA	18	60	83,3
Perguruan			
Tinggi	5	16,7	100
Total	30	100	
Pekerjaan			
Ibu Rumah			
Tangga	21	70	70
Pegawai swasta	6	20	90
Wiraswasta	1	3,3	93,3
Guru	2	6,7	100
Total	30	100	

Umur siswa paling banyak 7 tahun sedangkan jenis kelamin terbanyak adalah laki-laki. Untuk jelasnya dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Karakteristik Siswa SD GMIM Sion Malalayang I.

Variabel	Frequency	%	Cumulative %
Umur (Tahun)			
6	1	3,3	3,3
7	25	83,3	86,7
8	4	13,3	100
Total	30	100	
Jenis Kelamin			
Laki-laki	17	56,7	56,7
Perempuan	13	43,3	100
Total	30	100	

### Analisis Bivariat.

Analisis yang digunakan adalah uji beda pada kelompok yang berpasangan maupun yang tidak berpasangan.

#### a. Pengetahuan ibu SD Katolik Warembungan.

Hasil analisis Paired t-Test pengetahuan ibu menunjukkan ada perbedaan dari dua kelompok berpasangan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5. Pengetahuan Ibu SD Katolik Warembungan Sebelum dan Sesudah Diberikan Konseling.

Pengetahuan	n	Mean	Median	Standar Deviasi	Max	Min	<i>p</i>
Pre test	30	7,1	7,0	0,819	6	8	0,004
Pos test	30	8,1	8,0	0,874	7	10	

#### b. Perilaku ibu SD Katolik Warembungan.

Hasil analisis Paired t-Test perilaku ibu menunjukkan ada perbedaan dari dua kelompok berpasangan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6. Perilaku Ibu SD Katolik Warembungan Sebelum dan Sesudah Diberikan Konseling.

Perilaku	n	Mean	Median	Standar Deviasi	Max	Min	<i>p</i>
Pre test	30	22,0	21,5	2,632	17	28	0,002
Post test	30	24,0	24,0	2,882	19	29	

#### c. Pengetahuan ibu SD GMIM Sion Malalayang I.

Hasil analisis Paired t-Test pengetahuan ibu menunjukkan ada perbedaan dari dua kelompok berpasangan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 7.

Tabel 7. Pengetahuan Ibu SD GMIM Sion Malalayang I Sebelum dan Sesudah Diberikan Konseling.

Pengetahuan	n	Mean	Median	Standar Deviasi	Max	Min	<i>p</i>
Pre test	30	7,6	8,0	1,003	5	9	0,000
Post test	30	8,2	8,0	0,935	6	10	

#### d. Perilaku ibu SD GMIM Sion Malalayang I.

Hasil analisis Paired t-Test perilaku ibu menunjukkan ada perbedaan dari dua kelompok berpasangan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 8.

Tabel 8. Perilaku Ibu SD GMIM Sion Malalayang I Sebelum dan Sesudah Diberikan Konseling.

Perilaku	n	Mean	Median	Standar Deviasi	Max	Min	<i>p</i>
Pre test	30	23,5	24,0	3,391	16	30	0,000
Post test	30	25,2	25,0	3,845	18	30	

- e. Pengetahuan ibu di SD Katolik Warembungan dan SD GMIM Sion Malalayang Sebelum Diberikan Konseling.

Hasil analisis Independent sample Tes pengetahuan ibu tidak ada perbedaan pengetahuan sebelum diberikan konseling pada kedua kelompok yang tidak berpasangan. Untuk jelasnya dapat dilihat pada tabel 9.

Tabel 9. Pengetahuan Ibu SD Katolik Warembungan dan Ibu SD GMIM Sion Malalayang I Sebelum Diberikan Konseling

Pre test Pengetahuan	n	Mean	Median	Standar Deviasi	Max	Min	p
SD Katolik	30	7,1	7,0	0,819	6	8	0,293
SD GMIM	30	7,6	8,0	1,003	5	9	

- f. Perilaku ibu di SD Katolik Warembungan dan SD GMIM Sion Malalayang I Sebelum diberikan Konseling.

Hasil analisis Independent Sample Test perilaku ibu tidak ada perbedaan perilaku sebelum diberikan konseling pada kedua kelompok yang tidak berpasangan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 10.

Tabel 10. Perilaku ibu SD Katolik Warembungan dan Ibu SD GMIM Sion Malalayang I Sebelum Diberikan Konseling.

Pre test Perilaku	n	Mean	Median	Standar Deviasi	Max	Min	p
SD Katolik	30	22,0	21,5	2,632	17	28	0,296
SD GMIM	30	23,5	24	3,391	16	30	

- g. Pengetahuan dan Perilaku Ibu di SD Katolik Warembungan dan SD GMIM Sion Malalayang I Setelah Diberikan Konseling.

Hasil analisis Independent Sample Test menunjukkan tidak ada perbedaan pengetahuan setelah diberikan konseling antara dua kelompok yang tidak berpasangan. Untuk jelasnya dapat dilihat pada tabel 11.

Tabel 11. Pengetahuan Ibu Setelah Diberikan Konseling.

Post test Pengetahuan	n	Mean	Median	Standar Deviasi	Max	Min	p
SD Katolik	30	8,1	8,0	0,874	7	10	0,919
SD GMIM	30	8,2	8,0	0,935	6	10	

- h. Hasil analisis Independent sample test menunjukkan tidak ada perbedaan perilaku setelah diberikan konseling antara kedua kelompok yang tidak berpasangan. Untuk jelasnya dapat dilihat pada tabel 12

Tabel 12. Perilaku Ibu Setelah Diberikan Konseling

Post tes Perilaku	n	Mean	Median	Standar Deviasi	Max	Min	<i>P</i>
SD Katolik	30	24	24	2,882	19	29	0,856
SD GMIM	30	25,2	25	3,845	18	30	

## PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik kedua kelompok.

Umur ibu dari kedua kelompok berkisar antara 25 sampai dengan 48 tahun dimana kelompok umur yang paling banyak di SD Katolik berjumlah 14 orang antara umur 33-39 tahun sedangkan pada SD GMIM Sion umur paling banyak antara umur 25-32 tahun berjumlah 14 orang. Hal ini menunjukkan bahwa responden termasuk pada usia yang masih produktif. Pendidikan dari kedua kelompok yang terbanyak pada tingkat SMA dengan demikian pendidikan kedua kelompok masuk pada tingkat menengah dimana sudah dapat menentukan pilihan yang tepat dalam memberikan makanan bagi keluarganya. Responden yang tidak bekerja atau hanya sebagai ibu rumah tangga sebesar 76,7% pada SD Katolik Warembungan dan sebesar 70% pada SD GMIM Sion Malalayang I. Keadaan ini memberikan waktu yang lebih lapang bagi ibu untuk mengurus keluarganya termasuk menyiapkan sarapan pagi bagi anak-anaknya sebelum berangkat sekolah. Sebaliknya ibu yang bekerja jika ia mempunyai kesadaran akan peran dan tanggung jawabnya sebagai seorang ibu maka tidak menutup kemungkinan ibu tersebut bisa menjadi ibu yang pintar dalam menjaga kesehatan bagi keluarganya.

Umur siswa pada SD Katolik Warembungan terbanyak 7 tahun 56,7% dan jenis kelamin terbanyak perempuan 53,3% sedangkan umur siswa pada SD GMIM Sion Malalayang I terbanyak 7 tahun 83,3% dan jenis kelamin terbanyak laki-laki 56,7%. Melihat kisaran umur dari siswa maka dapat dikatakan bahawa kebutuhan akan zat gizi dalam usia tersebut lebih besar dibandingkan dengan balita karena anak sekolah sudah mempunyai kegiatan yang lebih banyak seperti bermain, berolahraga dan belajar. Perhatian akan kecukupan zat gizi bagi anak sekolah sangat diperlukan mengingat sarapan pagi memberikan sumbangan zat gizi

sebesar  $\pm 400$  kalori. Sarapan pagi yang cukup dapat memenuhi kebutuhan energi selama belajar dan beraktifitas di sekolah serta mencegah terjadinya penurunan kadar gula darah yang dapat mengakibatkan terganggunya konsentrasi belajar dalam menerima pelajaran di sekolah.

2. Pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan konseling.

Pengetahuan merupakan hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap obyek melalui indera penglihatan dan pendengaran yang dimilikinya dan dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap obyek (Notoatmodjo,2005). Pengetahuan diperoleh dari berbagai sumber, misalnya melalui media massa, media elektronik, media lembar balik, media booklet, petugas kesehatan, keluarga dan sebagainya.

Pada awal kegiatan konseling dilakukan tes awal (pre test) kepada responden di SD Katolik Warembungan dan SD GMIM Sion Malalayang I untuk mengetahui pengetahuan tentang penyediaan sarapan pagi anak sekolah. Setelah itu kegiatan dilanjutkan dengan memberikan konseling tentang penyediaan sarapan pagi menggunakan media lembar balik di SD Katolik Warembungan dan konseling tanpa media lembar balik di SD GMIM Sion Malalayang I.

Selesai pemberian konseling kemudian dilakukan tes akhir (post test) bagi kedua responden di SD Katolik Warembungan dan SD GMIM Sion Malalayang I terhadap pengetahuan ibu. Hasil penelitian pengetahuan ibu pada SD Katolik Warembungan sebelum diberikan konseling diperoleh rerata 7,1 sedangkan sesudah diberikan konseling dengan media lembar balik diperoleh rerata 8,1 sehingga terdapat selisih rerata sebesar 1,0. Setelah dilakukan uji Paired t Tes diperoleh nilai  $p = 0,004$  artinya hipotesis  $H_0$  ditolak dan hal ini memberikan indikasi ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan konseling dengan media lembar balik. Pengetahuan ibu di SD GMIM Sion Malalayang I sebelum diberikan konseling diperoleh rerata 7,6 sedangkan sesudah diberikan konseling tanpa media pendidikan diperoleh rerata 8,2 sehingga terdapat selisih rerata 1,4. Setelah dilakukan uji Paired t Tes terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan konseling tanpa media lembar balik yaitu nilai  $p = 0,000$  artinya hipotesis  $H_0$  ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan konseling di SD GMIM Sion Malalayang I.



Penelitian dari Ambarwati, M (2014) tentang hubungan antara pengetahuan, sikap dan kebiasaan makan pagi dengan status gizi anak di SDN Banyuanyar III Kota Surakarta, menunjukkan terdapat hubungan antara kebiasaan makan pagi dengan status gizi ( $p=0,002$ ), tidak terdapat hubungan antara sikap gizi dan status gizi ( $p=0,831$ ) dan terdapat hubungan antara pengetahuan dengan status gizi ( $p=0,024$ ). Melalui uji Independent Sample test tidak terdapat perbedaan pengetahuan antara SD Katolik Warembungan dan SD GMIM Sion Malalayang I dengan nilai  $p=0,293$  artinya hipotesis  $H_0$  diterima.

### 3. Perilaku ibu sebelum dan sesudah diberikan konseling.

Perilaku adalah semua kegiatan atau aktifitas yang dapat diamati, baik yang bisa diamati langsung maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar dimana perilaku ini merupakan respons atau reaksi seseorang terhadap rangsangan dari luar. Respon terjadi karena adanya rangsangan dari luar sehingga seseorang akan berubah perilakunya sesuai dengan tujuan dari respon tersebut. Demikian pula dalam hal pemeliharaan kesehatan melalui makanan dan minuman yang dapat memelihara dan meningkatkan kesehatan sebaliknya makanan dan minuman dapat menyebabkan terjadinya penurunan kesehatan seseorang. Hal ini sangat tergantung pada perilaku orang terhadap makanan dan minuman.

Seorang ibu mempunyai peran yang sangat penting dalam memenuhi kebutuhan makanan bagi keluarganya dengan memperhatikan keseimbangan dari zat gizi yang terkandung dalam makanan. Menu yang seimbang yaitu menu yang secara kualitas mengandung zat gizi yang diperlukan tubuh maupun secara kuantitas yaitu jumlahnya cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh artinya tidak kurang maupun tidak lebih. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan, sehingga ibu yang mengetahui pentingnya makanan yang sehat bagi pertumbuhan dan perkembangan anaknya akan menyediakan makanan yang dapat memenuhi kebutuhan zat gizi anaknya.

Demikian pula dengan sarapan pagi bagi anak sekolah dasar, akan lebih diperhatikan oleh ibu apabila seorang ibu mempunyai pengetahuan akan manfaat sarapan pagi dan akibat yang tidak baik apabila anaknya tidak sarapan pagi. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan ibu dibidang kesehatan dengan memberikan konseling dengan menggunakan media lembar balik. Dengan demikian ibu yang telah mengetahui pentingnya sarapan pagi

bagi anak sekolah akan melaksanakan dengan tindakan yang nyata yaitu menyediakan sarapan untuk anaknya sebelum berangkat kesekolah.

Hasil penelitian di SD Katolik Warembungan tentang perilaku ibu sebelum diberikan konseling diperoleh rerata 22,0 sedangkan sesudah diberikan konseling dengan media lembar balik diperoleh rerata 24,0. Hal ini menunjukkan peningkatan sebesar 2,0 kemudian dilakukan uji Paired t Test dan diperoleh nilai  $p=0,002$  artinya hipotesis  $H_0$  ditolak yang memberikan indikasi bahwa ada perbedaan yang signifikan antara perilaku ibu sebelum diberikan konseling dan sesudah diberikan konseling dengan media lembar balik. Hal ini sejalan dengan penelitian Briawan,dkk ( 2013) tentang pengaruh media kampanye sarapan sehat terhadap perubahan pengetahuan , sikap dan kebiasaan sarapan anak sekolah dasar di Kabupaten Bogor. Hasil penelitian menyatakan bahwa jenis media kampanye berpengaruh nyata terhadap skor pengetahuan dan sikap anak SD terhadap sarapan.

Demikian pula hasil penelitian di SD GMIM Sion Malalayang tentang perilaku ibu sebelum diberikan konseling diperoleh rerata 23,5 sedangkan sesudah diberikan konseling tanpa media lembar balik diperoleh rerata 25,2. Angka ini menunjukkan adanya peningkatan sebesar 1,7 kemudian dilakukan uji Paired t Test dan diperoleh nilai  $p=0,000$  artinya Hipotesis  $H_0$  ditolak yang memberikan indikasi ada perbedaan yang signifikan antara perilaku ibu sebelum dan sesudah diberikan konseling tanpa media lembar balik terhadap perilaku ibu dalam menyediakan sarapan bagi anaknya. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Meriska,I dkk (2014) tentang perilaku sarapan pagi anak sekolah dasar menyatakan bahwa ketersediaan makanan untuk sarapan pagi ( $p=0,005$ ) dan dukungan keluarga ( $p=0,001$ ) merupakan variabel yang berhubungan dengan perilaku makan pagi anak sekolah dasar. Uji multivariat menunjukkan bahwa ketersediaan makan untuk sarapan pagi merupakan variabel yang paling dominan dengan nilai OR = 5,673, sehingga jelas bahwa peran ibu sebagai orang yang menyediakan makanan keluarga sangat penting dalam menjaga kesehatan keluarga melalui makanan. Selanjutnya dilakukan uji Independent Sample Test antara perilaku ibu di SD Katolik Warembungan dengan SD GMIM Sion Malalayang1. Hasil uji yang diperoleh sebelum dilakukan konseling diperoleh nilai  $p=0,296$  artinya hipotesis  $H_0$  diterima yang menunjukkan tidak ada perbedaan perilaku ibu sebelum dilakukan konseling. Demikian pula dengan hasil uji setelah dilakukan konseling diperoleh

nilai  $p = 0,919$  artinya hipotesis  $H_0$  diterima yang menunjukkan tidak ada perbedaan perilaku ibu antara SD Katolik Warembungan dengan SD GMIM Sion Malalayang1.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

1. Ada perbedaan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan konseling dengan media pendidikan lembar balik ( $p = 0,004$ ).
2. Ada perbedaan perilaku ibu sebelum dan sesudah diberikan konseling dengan media pendidikan lembar balik ( $p = 0,002$ ).
3. Ada perbedaan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan konseling tanpa media pendidikan lembar balik ( $p= 0,000$ ).
4. Ada perbedaan perilaku ibu sebelum dan sesudah diberikan konseling tanpa media pendidikan lembar balik ( $p= 0,000$ ).
5. Tidak ada perbedaan pengetahuan ibu sebelum mendapat konseling ( $p=0,293$ ) dengan dan tanpa menggunakan media pendidikan lembar balik. Tidak ada perbedaan pengetahuan ibu sesudah mendapat konseling ( $p=0,296$ ) dengan dan tanpa menggunakan media pendidikan lembar balik.
6. Tidak ada perbedaan perilaku ibu sebelum mendapat konseling ( $p=0,919$ ) dengan dan tanpa menggunakan media pendidikan lembar balik. Tidak ada perbedaan perilaku ibu sesudah mendapat konseling ( $p=0,856$ ) dengan dan tanpa menggunakan media pendidikan lembar balik.

### **Saran**

1. Dalam rangka peningkatan pengetahuan dan perilaku masyarakat dalam bidang kesehatan dan gizi maka perlu dilakukan konseling gizi secara berkesinambungan.
2. Penelitian ini dapat dilakukan pada anak SD khususnya kelas 5 dan 6 sebagai objek penelitian karena anak kelas 5 dan 6 sudah mampu memahami variabel yang diteliti.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ambarwati,M (2014). Hubungan antara pengetahuan,sikap dan Kebiasaan Makan Pagi Dengan Status Gizi anak di SDN Banyuanyar III Kota Surakarta,Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- Dodik Briawan,Ikeu Ekayanti,Ratu Diah Koerniawati (2013). Pengaruh Media Kampanye Sarapan Sehat Terhadap Perubahan Pengetahuan,Sikap Dan Kebiasaan Sarapan Anak Sekolah Dasar Di Kabupaten Bogor,JGP,Volume 8,Nomor 2,Juli 2013.
- Meriska.I,Pramudho. K,Murwanto,B (2014).Perilaku Sarapan Pagi Anak Sekolah Dasar,Jurnal Kesehatan,Volume V Nomor 1,April 2014,hal.90-97
- Rampersaud G.C., dan Pereira, 2005. Breakfast Habits Nutrition Status, Body Weight and Academic Performance in Children and Adolescents, Jurnal Of American Diabetic Association.
- Soedibyo dan Gunawan (2009).Kebiasaan Sarapan Di Kalangan Anak Usia Sekolah Dasar di Poliklinik Umum Departemen Ilmu Kesehatan Anak.Jurnal Sari Pediatri 11 (1),66-70.