

## Penyuluhan Sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Tentang Garam Beryodium

Tri Addya Karini\*<sup>1</sup>, Sukfitrianty Syahrir<sup>2</sup>, Siti Sri Rezki W<sup>3</sup>, Nur Khafifa Lestari<sup>4</sup>, Amaliya Mardiah<sup>5</sup>, Inwanatun Nuriyah<sup>6</sup>, Miftahul Jannah<sup>7</sup>, Sahra Awaliya Nur<sup>8</sup>, Nur Afifah Baharuddin<sup>9</sup>, Farah Ariyani<sup>10</sup>, Imel Ayudia<sup>11</sup>

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar  
email: [tri.addya.k2@gmail.com](mailto:tri.addya.k2@gmail.com)

Submit: 12 Januari 2023

In Review: 15 Januari 2023

Publish Online: 21 Januari 2022

### ABSTRAK

Yodium merupakan zat gizi esensial bagi tubuh karena merupakan komponen dari hormon tiroid. Berdasarkan hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) persentase rumah tangga yang mengkonsumsi garam beryodium di Indonesia tahun 2016-2017 mengalami peningkatan dari 90,8% menjadi 92,8%. Program penyuluhan garam beryodium bertujuan untuk memberikan edukasi guna meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya mengonsumsi garam beryodium. Selain itu juga untuk mengetahui seberapa efektif pengaruh penyuluhan garam beryodium dengan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang konsumsi garam beryodium. Sasaran kegiatan adalah masyarakat dusun Pappanambea dengan jumlah minimal 15 orang. Analisis data menggunakan uji pre post test. Berdasarkan hasil analisis perbandingan pre test dan post test, diketahui terjadi peningkatan jumlah pengetahuan dari 18 responden, pengetahuan dalam kategori cukup pada saat pre-test sebanyak 50% (9 responden) dan pada saat post-test sebanyak 88,9% (16 responden) maka pengetahuan cukup mengalami peningkatan 38,9%. Setelah di uji dengan menggunakan Uji 2 Related Samples Wilcoxon pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan diperoleh bahwa angka signifikansi menunjukkan  $p=0,001$ . Karena nilai  $p<0,05$ , dengan demikian membuktikan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Dengan kata lain, penyuluhan garam beryodium memberi pengaruh terhadap terhadap pengetahuan masyarakat.

**Kata Kunci:** Garam Beryodium, Penyuluhan, Pengetahuan

### ABSTRACT

Iodine is an essential nutrient for the body because it is a component of thyroid hormone. Based on the results of Nutrition Status Monitoring (PSG), the percentage of households consuming iodized salt in Indonesia in 2016-2017 has increased from 90.8% to 92.8%. Iodized salt counseling program aimed to provide education to increase public awareness about the importance of consuming iodized salt. In addition, it was also to find out how effective the influence of counseling on iodized salt was by increasing public knowledge about iodized salt. The target of the activity was the Pappanambea hamlet community with a minimum number of 15 people. Data analysis used the pre post test. Based on the results of the comparative analysis of the pre-test and post-test, it was found that there was an increase in the amount of knowledge from 18 respondents, knowledge in the sufficient category at the time of the pre-test was 50% (9 respondents) and at the time of the post-test was 88.9% (16 respondents). enough to experience an increase of 38.9%. After being tested using the Wilcoxon Test 2 Related Samples before and after counseling, it was found that the significance number showed  $p = 0.001$ . Because the  $p$  value  $<0.05$ , thus proving that there was a significant difference in knowledge before and after counseling. In other words, counseling on iodized salt has had an impact on community knowledge

**Keywords:** Iodized Salt, Counseling, Knowledge

### PENDAHULUAN

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan dilakukan dengan cara menyebarkan pesan sehingga masyarakat akan sadar, mengerti dan tahu serta mau dan bisa melakukan anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan. Yodium merupakan zat gizi esensial bagi tubuh karena merupakan komponen dari hormon tiroid, yaitu tetraiodotironin (T4) atau tiroksin dan triiodotironin (T3) yang berfungsi untuk mengatur suhu tubuh, pertumbuhan dan perkembangan sistem saraf serta fungsi neuromuscular (Nurhayati et al., 2021).

Berdasarkan data Risesdas 2018 menunjukkan secara nasional 77,1% RT yang menggunakan/mengonsumsi garam dengan kandungan cukup yodium, 14,8% RT mengonsumsi garam dengan kandungan kurang yodium dan 8,1% RT yang tidak mengonsumsi yodium. Secara nasional angka ini masih belum mencapai target Universal Salt Lodization (USI) atau "Garam beryodium untuk semua" yaitu minimal 90% RT yang mengonsumsi garam dengan kandungan cukup yodium (Risesdas, 2018).

Berdasarkan hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) presentase rumah tangga yang mengkomsumsi garam beryodium di Indonesia tahun 2016-2017 mengalami peningkatan dari 90,8% menjadi 92,8%. Pada tahun 2017 Persentase penggunaan garam beryodium di Sulawesi Selatan berkisar 89,6% (Pratiwi et al., 2020). Kekurangan yodium menyebabkan prestasi sekolah dan IQ kurang yang mana jika terjadi dalam jangka panjang dapat berdampak pada status gizi yang jelek. Gangguan ini juga menyebabkan penurunan kesehatan reproduksi wanita, kualitas hidup masyarakat, gondok, hipotiroid, kreatinisme, kematian anak dan produktifitas ekonomi (Akbar et al., 2021).

Defisiensi Iodium menyebabkan produksi hormon tiroid (tiroksin, triioditironin) oleh kelenjar tiroid berkurang. Kekurangan hormon tiroid mengganggu proses yang bergantung pada hormon tiroid termasuk proses metabolik dan proses fisiologik. Periode kritis kebutuhan Iodium ialah sebelum trimester kedua berakhir. Periode ini, janin sangat membutuhkan hormon tiroid untuk pertumbuhan otak. Dengan demikian, defisiensi yodium pada periode ini menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan otak. Manifestasi klinik ialah gangguan saraf, kecerdasan tidak optimal, keguguran dan kelahiran prematur, hipotiroidisme kongenital, retardasi mental sampai yang terberat kretin endemik (Nurjaya et al., 2019).

Berdasarkan data nasional, prevalensi GAKY di Indonesia mencapai 11,1% (Risesdas, 2013). Hasil Pamantauan Status Gizi (PSG) tahun 2014 melaporkan tentang penggunaan garam beryodium rumah tangga di Provinsi Sulawesi Selatan yang masih rendah yaitu 77,4%. Ini merupakan masalah karena target nasional yaitu 90% rumah tangga menggunakan garam beryodium dengan kualitas antara 30-80 ppm. Adapun dari hasil pendataan pada PBL I terdapat 55,8% RT di Dusun Pappanambea yang mengkonsumsi garam tidak beryodium.

Menurut Badan POM RI pengaruh lama penyimpanan, suhu dan kelembaban relatif terhadap kestabilan iodat serta terjadinya spesiasi yodium dalam garam beriodium menunjukkan adanya pengaruh interaksi dari ketiga parameter tersebut, yang ditunjukkan dengan terjadinya penurunan kadar iodat dan terbentuknya spesi iodida dan yodium (Karwiti et al., 2019). Cara menggunakan garam yang benar saat pemasakan adalah tidak membubuhkannya saat masakan mendidih tetapi setelah masakan matang dan siap disajikan. Ketersediaan yodium setelah proses pengolahan masakan tergantung pada kadar yodium dalam garam yang digunakan. Jenis dan jumlah bumbu serta lama

waktu pengolahan akan berpengaruh terhadap hilangnya kandungan yodium dalam sediaan makanan (Yanti & Prameswari, 2015).

Bertambahnya pengetahuan mengenai gizi, menyebabkan seseorang akan mampu untuk menerapkan informasi yang telah didupatkannya dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan merupakan tahapan awal untuk mengambil suatu keputusan, dimana pada akhirnya seseorang akan melakukan atau tidak seperti pengetahuan yang telah dimilikinya. Semakin bertambahnya pengetahuan seseorang, maka diharapkan status gizinya juga akan menjadi lebih baik (Astutik, 2017).

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka diadakan program penyuluhan yang diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang garam beryodium sehingga dapat memahami cara konsumsi garam beryodium yang tepat. Selain itu juga untuk mengetahui seberapa efektif pengaruh penyuluhan garam beryodium dan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang garam beryodium.

### **METODE**

Metode yang digunakan dalam pengabdian penyuluhan dan pelarihan garam beryodium. Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan di halaman kantor desa laguruda. Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah masyarakat dusun papanambea dengan jumlah minimal 15 orang. Tahapan kegiatan ini terbagi atas tiga tahap yaitu:

1. Tahap persiapan

Pada tahap ini dilakukan persiapan instrumen berupa kuesioner pertanyaan seputar garam beryodium dan tempat pelaksanaan dengan mengajukan persuratan kepada pihak kantor desa laguruda, kemudian mengundang masyarakat dusun papanambea.

2. Tahap pelaksanaan

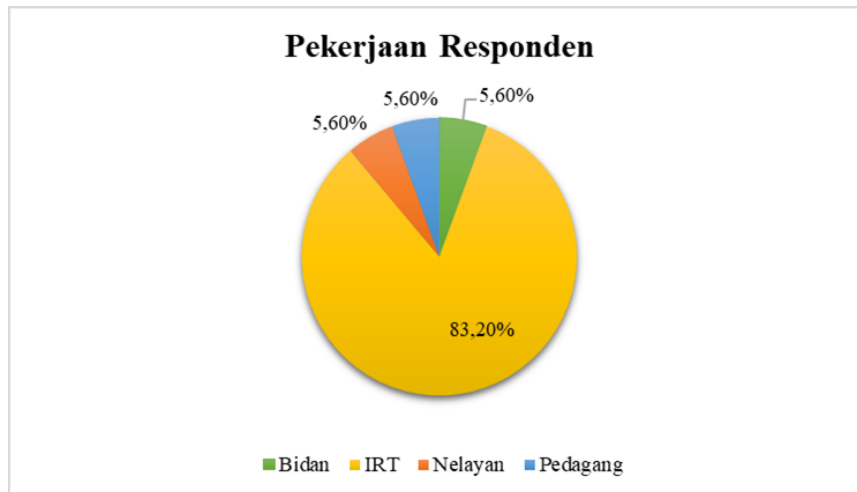
Konsep Penyuluhan garam beryodium yaitu diawali dengan pengisian kuesioner (Pre-test) sebelum dilakukannya penyuluhan mengenai garam beryodium dengan pembagian poster pada setiap responden yang ikut hadir di tempat penyuluhan. Setelah dilakukan penyuluhan mengenai garam beryodium, selanjutnya dilakukan pembagian kuesioner kembali (Post test) untuk melihat perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukannya penyuluhan

3. Tahap analisis

Analisis data dilakukan dengan pengolahan data menggunakan SPSS 21. Data diuji normalitasnya dengan uji Shapiro-Wilk, selanjutnya uji pre post test dengan uji t berpasangan jika data terdistribusi normal, tetapi bila data tidak terdistribusi normal digunakan uji Wilcoxon signed rank test.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Program penyuluhan Garam Beryodium dilaksanakan pada hari Senin 19 Desember 2022 di halaman Kantor Desa Laguruda pada pukul 16.15-17.00 WITA. Jumlah peserta yang mengikuti penyuluhan ini sebanyak 18 orang.



**Gambar 1.** Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Pekerjaan

Berdasarkan gambar 1 distribusi responden yang diberikan penyuluhan di Dusun Pappanambea Desa Laguruda menurut pekerjaan sebesar 83,20% (15 responden) pekerjaan sebagai IRT, sebanyak 5,60% (1 responden) sebagai bidan, sebanyak 5,60% (1 responden) sebagai nelayan, sebanyak 5,60% (1 responden) sebagai pedagang.



**Gambar 2.** Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Adapun gambar 2 menunjukkan jenis kelamin pada penyuluhan garam beryodium, terdapat 18 responden. Responden perempuan sebesar 94,40% (17 responden), sedangkan laki-laki sebesar 5,60% (1 responden).

Variabel	Ringkasan Statistik	Sig
----------	---------------------	-----

	$\bar{X}$	Me	Std	Min	Max	
<b>Pengetahuan</b>						
<b>Pre</b>	4,78	4,50	1,308	3,00	7,00	$P^1=0,071$
<b>Post</b>	6,39	6,50	0,698	5,00	7,00	$P^2=0,000$

**Tabel 1.** Analisis Uji Normalitas dan Rerata Pengetahuan Sebelum dan Setelah Penyuluhan Garam Beryodium

Dari hasil analisis tabel 1 di peroleh data hasil uji normalitas pre test pengetahuan tentang garam beryodium ( $P^1$ )= 0,071. Kemudian hasil uji normalitas post test pengetahuan tentang garam beryodium ( $P^2$ )= 0,000. Berdasarkan hasil tersebut nilai  $P^1 > 0,05$  namun nilai  $P^2 < 0,05$  karena salah satu dari nilai P tidak terdistribusi normal, sehingga tahapan analisis selanjutnya menggunakan alternatif Uji Wilcoxon Signed Rank Test merupakan uji non parametric yang dilakukan untuk membuktikan apakah perbedaan antara nilai pre-test dan post-test bermakna secara statistic.

<b>Pengetahuan</b>	<b>Pre-Test</b>		<b>Post-Test</b>		<b>Uji Related Sampels Wilcoxon</b>
	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	
<b>Cukup</b>	9	50	16	88.9	<b>0.011</b>
<b>Kurang</b>	9	50	2	11.1	
<b>Total</b>	18	100	18	100	

**Tabel 2.** Analisis Hubungan Pengetahuan Responden Berdasarkan Pre-Test dan Post-Test Pada Penyuluhan Garam Beryodium

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 2 menunjukkan pengetahuan dalam kategori cukup pada saat pre-test sebanyak 50% (9 responden) dan pada saat post-test sebanyak 88.9% (16 responden) maka pengetahuan cukup mengalami peningkatan 38,9%. Setelah di uji dengan menggunakan Uji 2 Related Samples Wilcoxon pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan diperoleh bahwa angka signficancy menunjukkan  $p=0,001$ . Karena nilai  $p < 0,05$ , dengan demikian membuktikan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Dengan kata lain, penyuluhan garam beryodium memberi pengaruh terhadap responden.

Kegiatan penyuluhan garam beryodium bertujuan untuk memberikan edukasi dan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya mengonsumsi garam beryodium. Peningkatan pengetahuan merupakan salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi perilaku ibu rumah tangga dalam menggunakan garam beryodium. Pengetahuan akan membuka wawasan ibu terhadap masukan informasi khususnya tentang garam beryodium dan selanjutnya dipraktikkan untuk mencapai tujuan yang diinginkan yaitu perilaku penggunaan garam beryodium (Akbar et al., 2021).

Pada penelitian yang dilakukan (Hartriyanti et al., 2021) menemukan bahwa responden dengan pengetahuan baik lebih banyak yang menggunakan garam beryodium/layak konsumsi dan berhubungan signifikan. Hal ini mungkin disebabkan karena seseorang yang memiliki pengetahuan baik akan membentuk sikap yang baik

yang akan menjadi dasar untuk berperilaku dan memahami mengenai pentingnya garam beryodium sehingga dapat menerapkannya dalam rumah tangga.

Penyuluhan garam beryodium dinyatakan berhasil, karena pengetahuan akhir responden pada kategori cukup meningkat dengan besar perubahan pengetahuan cukup sebesar 38,9%. Data tersebut sudah melewati target indikator keberhasilan yang ingin dicapai yaitu 25% peningkatan pengetahuan dalam kategori cukup. Berhasilnya suatu penyuluhan yang dilakukan sangat tergantung pada kreatifitas dari penyuluh agar pesan yang disampaikan dapat diterima dengan baik. Hal ini dapat dilihat bahwa, pengetahuan ini di pengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pekerjaan, pendidikan, umur, lingkungan dan budaya. Hal ini sejalan dengan hasil yang didapatkan oleh (Nurhayati et al., 2021) pada penelitian yang menunjukkan bahwa penyuluhan yang dilakukan pada ibu rumah tangga sangat berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu rumah tangga.

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis perbandingan pre test dan post test, diketahui terjadi peningkatan jumlah pengetahuan dari 18 responden, pengetahuan dalam kategori cukup pada saat pre-test sebanyak 50% (9 responden) dan pada saat post-test sebanyak 88,9% (16 responden) maka pengetahuan cukup mengalami peningkatan 38,9%. Setelah di uji dengan menggunakan Uji 2 Related Samples Wilcoxon pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan diperoleh bahwa angka signficancy menunjukkan  $p=0,001$ . Karena nilai  $p<0,05$ , dengan demikian membuktikan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Dengan kata lain, penyuluhan garam beryodium memberi pengaruh terhadap responden.

### DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, H., Nur, N. H., Sarman, & Paundanan, M. (2021). Pengetahuan Ibu Berkaitan dengan Penggunaan Garam Beryodium di Tingkat Rumah Tangga di Desa Muntoi Kecamatan Passi Barat. *Infokes: Info Kesehatan*, 11(2), 389–393.
- Astutik, V. Y. (2017). Tingkat Pengetahuan, Pola Kebiasaan Lingkungan Hidup Berhubungan Dengan Motivasi Ibu Dalam Memilih Kondisi Garam. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 5(2), 220. <https://doi.org/10.33366/cr.v5i2.541>
- Hartriyanti, Y., Utarini, A., Purwanto, D. A., Wiweko, B., Sudargo, T., Kesehatan, D. G., Kedokteran, F., Masyarakat, K., Farmako, J., Utara, S., Yogyakarta, D. I., Farmako, J., Utara, S., & Yogyakarta, D. I. (2021). Ketersediaan Garam Beriodium Di Rumah Tangga R. *Mgmi*, 13(1), 25–36.
- Karwiti, W., Basa, I. H., Asrori, A., & Silvia, V. (2019). Gambaran Kadar Iodium (Sebagai Kio3) Dalam Garam Dapur Yang Di Jual Di Pasar Kota Palembang Tahun 2017 The Presence Of Iodine (As Kio3) In Table Salts Sold In Palembang City In 2017. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 13(2), 98–110. <https://doi.org/10.36086/jpp.v13i2.233>
- Nurhayati, N., Irwan, I., & Miko, A. (2021). Penyuluhan garam beryodium terhadap perubahan pengetahuan ibu rumah tangga dalam penggunaan garam yodium. *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan*, 2(2), 178. <https://doi.org/10.30867/gikes.v2i2.490>
- Nurjaya, Aslinda, W., & Astuti, N. S. K. S. (2019). Analysis of Iodium Content in Salt Iodization in Plastic and Glass Storage Containers for 6 Days of Storage. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 13(1), 25–29.
- Pratiwi, A. D., Dewi, I., & Sumi, S. S. (2020). Hubungan Penggunaan Garam dengan Kejadian Sunting pada Balita Usia 24-60 Bulan di Puskesmas Minasatene Kelurahan Minasatene. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15, 316–320.

Riskesdas. (2013). *Riset Kesehatan Dasar 2013*.

Riskesdas. (2018). *pdf-hasil-riskesdas-riset-kesehatan-dasar-tahun-2018\_compress.pdf*.

Yanti, N., & Prameswari, G. N. (2015). Gambaran Perilaku Dan Persepsi Ibu Rumah Tangga Terhadap Konsumsi Garam Beryodium Di Wilayah Kerja Puskesmas Toroh 1 Kabupaten Grobogan Pada Tahun 2014. *Unnes Journal of Public Health*, 4(2), 100–107.