



MODUL PERKULIAHAN

PENDIDIKAN GIZI

Materi I

Jurusan

Jurusan Gizi

Program Studi

Sarjana Terapan Gizi dan
Dietetika

Tatap Muka

1

Kode MK

GZ34022

Disusun Oleh

Tujuan Pembelajaran

Mahasiswa mampu memahami konsep teoritis, pangan, gizi dan kesehatan dalam pelayanan gizi dengan memanfaatkan IPTEK secara tepat

Kompetensi

Mahasiswa mampu memahami konsep dasar pendidikan gizi

Pembahasan

Pendahuluan

Modul ini merupakan bagian ke-1 dan membahas materi mengenai konsep dasar pendidikan gizi. Untuk memahami bahasan materi yang terdapat dalam modul ini, maka sangat penting untuk mempelajari terlebih dahulu materi yang terdapat pada modul sebelumnya.

Untuk memudahkan dalam mempelajarinya, perlu diketahui bahwa masing-masing modul dikemas dalam satu sampai dua kali pertemuan. Alokasi waktu untuk tiap kegiatan belajar adalah 100 menit. Sehingga untuk menyelesaikan modul ini diperlukan waktu 1 jam 40 menit.

Setelah mempelajari modul ini anda akan dapat memahami konsep dasar pendidikan gizi.

Semua materi yang dibahas di dalam modul ini sangat diperlukan untuk memahami materi pada modul berikutnya.

Semoga sukses dalam mempelajari materi yang terdapat pada modul ini dan selamat untuk mengikuti modul berikutnya.

Materi: Konsep Dasar Pendidikan Gizi

A. Pengertian Pendidikan Gizi

Pendidikan gizi merupakan bagian dari promosi kesehatan yang menjadi upaya merubah, menumbuhkan atau mengembangkan perilaku kesehatan yang positif. Pendidikan kesehatan dilandasi oleh motivasi dengan mengubah tiga faktor penentu perilaku, yaitu sikap, pengaruh sosial dan kemampuan berkomunikasi. Faktor yang mempengaruhi penerimaan pendidikan gizi :

- Informasi lain yang diterima oleh klien secara bersamaan dalam hari yang sama.
- Adanya kondisi yang kompleks yang mempengaruhi edukasi
- Ketidakhadiran pendamping atau anggota keluarga lain atau caregiver.
- Pengetahuan dasar yang sudah dimiliki.
- Cara belajar individu.
- Kualitas hidup klien
- Faktor gaya hidup
- Dasar pendidikan klien
- Kebutuhan edukasi lainnya, misalnya berkaitan dengan pengobatannya

B. Tujuan Pendidikan Gizi

1. Meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap, mengubah perilaku serta meningkatkan kepatuhan dan meningkatkan kualitas hidup.
2. Agar pasien dapat hidup lebih lama dan dalam kebahagiaan karena kualitas hidup sudah merupakan kebutuhan bagi seseorang.
3. Untuk membantu pasien agar mereka dapat merawat diri sendiri, sehingga komplikasi yang mungkin timbul dapat dikurangi dan juga lama hari perawatan dapat ditekan. Ini terutama untuk pasien diabetes.
4. Pasien tetap produktif` sehingga dapat berfungsi dan berperan sebaik-baiknya di dalam masyarakat.
5. Menekan biaya perawatan baik pribadi, asuransi dan beban pemerintah.

Pendidikan gizi memiliki sasaran yaitu pasien, keluarga pasien, dan orang yang ada di lingkungan pasien. Informasi pendidikan gizi dengan sasaran pasien meliputi informasi dasar tentang penyakit, penyebabnya, terapi obatnya, pengaturan makan, kegiatan jasmani dan hal-hal yang berkaitan dengan perubahan gaya hidup. Dalam menyampaikan informasi, faktor yang perlu diperhatikan adalah kondisi pasien baik kondisi fisik tergantung berat ringannya penyakit, maupun kondisi psikologis. Seseorang yang baru didiagnosa suatu penyakit biasanya sulit untuk menerima kenyataan tersebut, sehingga pemberian informasi yang berlebihan atau kurang sesuai kondisi psikologisnya akan menambah penderitaan. Membesarkan hati pasien bahwa penyakit yang diderita dapat dikendalikan asalkan pasien dapat menerima dan mau merubah perilaku atau gaya hidupnya.

Tes Formatif

Jelaskan 5 tujuan pendidikan gizi

Kunci Jawaban Tes Formatif

Tujuan dari pendidikan gizi yaitu :

1. Meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap, mengubah perilaku serta meningkatkan kepatuhan dan meningkatkan kualitas hidup.
2. Agar pasien dapat hidup lebih lama dan dalam kebahagiaan karena kualitas hidup sudah merupakan kebutuhan bagi seseorang.
3. Untuk membantu pasien agar mereka dapat merawat diri sendiri, sehingga komplikasi yang mungkin timbul dapat dikurangi dan juga lama hari perawatan dapat ditekan. Ini terutama untuk pasien diabetes.
4. Pasien tetap produktif` sehingga dapat berfungsi dan berperan sebaik-baiknya di dalam masyarakat.
5. Menekan biaya perawatan baik pribadi, asuransi dan beban pemerintah.

Daftar Pustaka

Lintang Anugrah dkk. 2017. Komunikasi Kesehatan Komunikasi Perubahan Perilaku. Surabaya Universitas Airlangga

Fatma. 2014. Media Komunikasi Informasi dan Edukasi Gizi. Jakarta : penerbit Erlangga



MODUL PERKULIAHAN

PENDIDIKAN GIZI

Materi II

Jurusan	Program Studi	Tatap Muka	Kode MK	Disusun Oleh
Jurusan Gizi	Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika	2	GZ34022	

Tujuan Pembelajaran

Mahasiswa mampu memahami konsep teoritis, pangan, gizi dan kesehatan dalam pelayanan gizi dengan memanfaatkan IPTEK secara tepat

Kompetensi

Mahasiswa mampu memahami tujuan dan sasaran dalam pendidikan gizi

Pembahasan

Pendahuluan

Modul ini merupakan bagian ke-2 dan membahas materi mengenai tujuan dan sasaran dalam pendidikan gizi. Untuk memahami bahasan materi yang terdapat dalam modul ini, maka sangat penting untuk mempelajari terlebih dahulu materi yang terdapat pada modul sebelumnya.

Untuk memudahkan dalam mempelajarinya, perlu diketahui bahwa masing-masing modul dikemas dalam satu sampai dua kali pertemuan. Alokasi waktu untuk tiap kegiatan belajar adalah 100 menit. Sehingga untuk menyelesaikan modul ini diperlukan waktu 1 jam 40 menit.

Setelah mempelajari modul ini anda akan dapat memahami tujuan dan sasaran dalam pendidikan gizi.

Semua materi yang dibahas di dalam modul ini sangat diperlukan untuk memahami materi pada modul berikutnya.

Semoga sukses dalam mempelajari materi yang terdapat pada modul ini dan selamat untuk mengikuti modul berikutnya.

Materi: Tujuan Dan Sasaran Dalam Pendidikan Gizi

Rangkuman

Tujuan Pendidikan Gizi

1. Meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap, mengubah perilaku serta meningkatkan kepatuhan dan meningkatkan kualitas hidup.
2. Agar pasien dapat hidup lebih lama dan dalam kebahagiaan karena kualitas hidup sudah merupakan kebutuhan bagi seseorang.
3. Untuk membantu pasien agar mereka dapat merawat diri sendiri, sehingga komplikasi yang mungkin timbul dapat dikurangi dan juga lama hari perawatan dapat ditekan. Ini terutama untuk pasien diabetes.
4. Pasien tetap produktif` sehingga dapat berfungsi dan berperan sebaik-baiknya di dalam masyarakat.
5. Menekan biaya perawatan baik pribadi, asuransi dan beban pemerintah.

Pendidikan gizi memiliki sasaran yaitu pasien, keluarga pasien, dan orang yang ada di lingkungan pasien. Informasi pendidikan gizi dengan sasaran pasien meliputi informasi dasar tentang penyakit, penyebabnya, terapi obatnya, pengaturan makan, kegiatan jasmani dan hal-hal yang berkaitan dengan perubahan gaya hidup. Dalam menyampaikan informasi, faktor yang perlu diperhatikan adalah kondisi pasien baik kondisi fisik tergantung berat ringannya penyakit, maupun kondisi psikologis. Seseorang yang baru didagnosa suatu penyakit biasanya sulit untuk menerima kenyataan tersebut, sehingga pemberian informasi yang berlebihan atau kurang sesuai kondisi psikologisnya akan menambah penderitaan. Membesarkan hati pasien bahwa penyakit yang diderita dapat dikendalikan asalkan pasien dapat menerima dan mau merubah perilaku atau gaya hidupnya.

Tes Formatif

Sebutkan sasaran dalam pendidikan gizi

Kunci Jawaban Tes Formatif

Pendidikan gizi memiliki sasaran yaitu pasien, keluarga pasien, dan orang yang ada di lingkungan pasien

Daftar Pustaka

Lintang Anugrah dkk. 2017. Komunikasi Kesehatan Komunikasi Perubahan Perilaku. Surabaya Universitas Airlangga

Fatma. 2014. Media Komunikasi Informasi dan Edukasi Gizi. Jakarta : penerbit Erlangga



MODUL PERKULIAHAN

PENDIDIKAN GIZI

Materi III

Jurusan	Program Studi	Tatap Muka	Kode MK	Disusun Oleh
Jurusan Gizi	Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika	3	GZ34022	

Tujuan Pembelajaran

Mahasiswa mampu memahami konsep teoritis, pangan, gizi dan kesehatan dalam pelayanan gizi dengan memanfaatkan IPTEK secara tepat

Kompetensi

Mahasiswa mampu memahami konsep perubahan perilaku

Pembahasan

Pendahuluan

Modul ini merupakan bagian ke-3 dan membahas materi mengenai konsep perubahan perilaku. Untuk memahami bahasan materi yang terdapat dalam modul ini, maka sangat penting untuk mempelajari terlebih dahulu materi yang terdapat pada modul sebelumnya.

Untuk memudahkan dalam mempelajarinya, perlu diketahui bahwa masing-masing modul dikemas dalam satu sampai dua kali pertemuan. Alokasi waktu untuk tiap kegiatan belajar adalah 100 menit. Sehingga untuk menyelesaikan modul ini diperlukan waktu 1 jam 40 menit.

Setelah mempelajari modul ini anda akan dapat memahami konsep perubahan perilaku.

Semua materi yang dibahas di dalam modul ini sangat diperlukan untuk memahami materi pada modul berikutnya.

Semoga sukses dalam mempelajari materi yang terdapat pada modul ini dan selamat untuk mengikuti modul berikutnya.

Materi: Konsep Perubahan Perilaku

A. Perubahan Perilaku

Perilaku merupakan refleksi dari berbagai gejala kejiwaan seperti pengetahuan, keinginan, kehendak, minat, motivasi, persepsi, sikap, dan sebagainya. Perilaku terdiri dari perilaku alami dan perilaku yang direncanakan disusun sedemikian rupa agar lebih baik. Pavlov, et all, menyatakan bahwa pada prinsipnya manusia lahir dalam keadaan netral, lingkungan dan pengalaman yang dialami akan membentuk perilakunya. Salah satu contoh perubahan yang direncanakan adalah konseling gizi. Akhir dari proses konseling gizi adalah terjadinya perubahan perilaku klien kearah yang lebih baik. Tiga model pembelajaran yg menjadi dasar dalam perilaku :

1. Perubahan perilaku secara langsung akan membentuk perilaku seseorang bila dirasakan perubahan tersebut dapat memenuhi kebutuhannya. Perubahan perilaku secara langsung akan membentuk perilaku seseorang bila dirasakan perubahan tersebut dapat memenuhi kebutuhannya. Seseorang akan merubah pola makannya menjadi tinggi serat karena menyadari bahwa masalah konstipasinya berkurang bila ia meningkatkan asupan serat padaa makanannya.
2. Meniru/peniruan. Contoh: Seseorang klien dengan kadar lemak darah tinggi akan memilih makanan yang rendah lemak, setelah pasangannya /temannya memesan makanan rendah lemak di restoran.
3. Perilaku yang tidak berdasar dan cenderung sembarangan. Contoh : Seseorang klien yang obesitas, melihat video seseorang yang berhasil menurunkan BB nya tanpa upaya yang wajar, perilaku tersebut dicontoh tanpa penilaian secara rasional.

B. Model perubahan perilaku

Model perubahan perilaku merupakan suatu proses dan sekaligus hasil interaksi antara :

- **Antecedent** trigger (pemicu yang menyebabkan seseorang berperilaku
- **Behaviour** perilaku
- **Concequences** : kejadian selanjutnya yang mengikuti perilaku atau tindakan tersebut.

C. Reason Action (Tindakan Beralasan). Niat sebagai alasan penentu perilaku. Niat ditentukan oleh :

1. Sikap (penilaian menyeluruh terhadap perilaku yang akan diambil)
2. Norma subjektif (Kepercayaan terhadap pendapat orang lain apakah menyetujui/tidak tindakan yang akan diambil tersebut).
3. Pengendalian perilaku (Bagaimana akibat dari perilaku yang akan diambilnya)

Contoh perilaku ibu untuk mengimunitasi anaknya di posyandu, didasari niat ibu sendiri. Niat tersebut ditentukan oleh sikap ibu, yakni penilaian ibu tersebut terhadap untung ruginya tindakan yang akan diambil untuk immunisasi anaknya

D. Health Belief Model. Memfokuskan pada kemampuan seseorang mengarahkan keberhasilan untuk memperoleh kesehatan yang lebih baik melalui perubahan perilaku. Model ini meliputi:

1. Seseorang akan mengadopsi perilaku setelah mengetahui konsekuensinya. Bila tidak melakukan, akan mendapatkan kesulitan dalam kehidupannya.
2. Perubahan perilaku tergantung dari keseimbangan antara hambatan dengan keuntungan dalam perubahan. Contoh seseorang klien memutuskan melakukan diet rendah lemak jenuh setelah mengalami serangan jantung. Dia merasakan sangat berat konsekuensinya bila tidak merubah pola makan. Hal ini benar-benar telah dirasakan akibatnya secara nyata.

E. Model Trans-teoretikal

Inti dari model ini : bahwa individu terlibat dalam berbagai perilaku yang baru, mereka berpindah melalui suatu rangkaian perubahan yang terdiri dari enam tahap yaitu :

1. Prekontemplasi (klien belum menyadari adanya permasalahan ataupun kebutuhan untuk melakukan perubahan)
2. Kontemplasi; sudah timbul kesadaran adanya masalah. Pada tahap ini konselor mendiskusikan keuntungan/kerugian perubahan pola makan.
3. Preparasi (maju atau kembali ke tahap kontemplasi). Tahap ini: pasien perlu bantuan dalam menentukan strategi/goal perubahan yang dapat diterima, dapat dicapai dan layak.

4. Aksi (pasien mulai melakukan perubahan)
5. Pemeliharaan (pemeliharaan perubahan perilaku mencegah kekambuhan)
6. Relaps (saat terjadi kekambuhan, proses perubahan diawali kembali. Tahap ini bertujuan untuk kembalinya upaya aksi).

F. Who model "thoughts and feeling"

Bahwa perilaku kesehatan seseorang ditentukan oleh pemikiran dan perasaan seseorang, adanya orang lain yang dijadikan referensi dan sumber-sumber /fasilitas yang dapat mendukung perilaku dan kebudayaan masyarakat. Contoh : Seseorang yang tidak mau membuat jamban atau tidak mau BAB dijamban, mungkin karena ia mempunyai pemikiran /perasaan yang tidak enak kalo BAB dijamban.

G. Model Perubahan Perilaku Menurut Kelman

Biasanya kepatuhan akan timbul karena individu merasa tertarik atau mengagumi petugas atau tokoh, sehingga ia mengikuti instruksi tanpa sebenarnya memahami sepenuhnya manfaatnya. Tahap ini disebut proses identifikasi. Proses identifikasi biasanya lebih baik dari pada tahap kesediaan, namun hasil perubahannya tetap tidak dapat menjamin kelestarian perilaku itu. Karena jika ditinggal petugas atau tokoh idolanya maka ia akan kembali ke perilaku semula

H. Model Perubahan Perilaku R & D (Research Development Dissemination) (Penelitian pengembangan dan penyebaran)

Menurut teori ini manusia itu pada hakekatnya mampu mengembangkan proses belajarnya sendiri. Teori ini menyatakan bahwa tanpa intervensi dari luarpun individu dan masyarakat itu akan bisa berkembang sendiri. Konsep praktisnya : Perubahan bisa dicapai apabila terlebih dahulu ada paham atau perilaku baru yang dimatangkan melalui suatu penelitian. Teori ini mengembangkan bahwa manusia mempunyai kemampuan untuk mengembangkan diri melalui proses belajar sendiri. Proses belajar sendiri yang dimaksud adalah proses belajar dari pengalaman hidup dengan trial and eror atau mencoba lagi, dan seterusnya sehingga menemukan sesuatu yang dianggap sebagai pengetahuan atau perilaku "baru".

Tes Formatif

Sebutkan perubahan perilaku menurut Health Belief Model

Kunci Jawaban Tes Formatif

Seseorang klien memutuskan melakukan diet rendah lemak jenuh setelah mengalami serangan jantung. Dia merasakan sangat berat konsekuensinya bila tidak merubah pola makan. Hal ini benar-benar telah dirasakan akibatnya secara nyata.

Daftar Pustaka

- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. Ilmu Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta, Jakarta (p 72-79)
- Cornelia,, Edit S.,Irfanny A.,Rita R.,Sri I., Triyani K, & Hera N. 2013. Konseling Gizi : Proses Komunikasi, Tata Laksana serta Konseling Gizi pada Berbagai Penyakit. Cet 1. Penebar Plus, Jakarta (p 20-22)
- Cornelia,, Edit S.,Irfanny A.,Rita R.,Sri I., Triyani K., Budi H & Hera N.2010. Penuntun Konseling Gizi. Abadi Publishing & Printing, Jakarta (p 19-22)
- Rochadi, R. Kintoko. Perubahan Perilaku dalam Pencegahan HIV/AIDS. p(182-185) .FKM USU.
- Subargus, Amin. 2011. Promosi Kesehatan Melalui Pendidikan kesehatan masyarakat. Gosyen Publishing, Yogyakarta



MODUL PERKULIAHAN

PENDIDIKAN GIZI

Materi IV

Jurusan	Program Studi	Tatap Muka	Kode MK	Disusun Oleh
Jurusan Gizi	Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika	4	GZ34022	

Tujuan Pembelajaran

Mahasiswa mampu memahami konsep teoritis, pangan, gizi dan kesehatan dalam pelayanan gizi dengan memanfaatkan IPTEK secara tepat

Kompetensi

Mahasiswa mampu memahami metode pendekatan kelompok

Pembahasan

Pendahuluan

Modul ini merupakan bagian ke-4 dan membahas materi mengenai metode pendekatan kelompok. Untuk memahami bahasan materi yang terdapat dalam modul ini, maka sangat penting untuk mempelajari terlebih dahulu materi yang terdapat pada modul sebelumnya.

Untuk memudahkan dalam mempelajarinya, perlu diketahui bahwa masing-masing modul dikemas dalam satu sampai dua kali pertemuan. Alokasi waktu untuk tiap kegiatan belajar adalah 100 menit. Sehingga untuk menyelesaikan modul ini diperlukan waktu 1 jam 40 menit.

Setelah mempelajari modul ini anda akan dapat memahami metode pendekatan kelompok.

Semua materi yang dibahas di dalam modul ini sangat diperlukan untuk memahami materi pada modul berikutnya.

Semoga sukses dalam mempelajari materi yang terdapat pada modul ini dan selamat untuk mengikuti modul berikutnya.

Materi: Metode Pendekatan Kelompok

Berdasarkan jumlah sasaran yang dicapai metode pendidikan gizi terbagi menjadi pendekatan perorangan, pendekatan kelompok, dan pendekatan massal. Dalam pendekatan kelompok, petugas promosi berhubungan dengan sekelompok sasaran. Beberapa metode penyuluhan yang masuk dalam kategori ini antara lain : Pertemuan, Demostrasi, Diskusi kelompok, Pertemuan FGD, dan lain-lain.

Edukator berhubungan dengan sasaran edukasi secara kelompok. Metode ini cukup efektif karena sasaran dibimbing dan diarahkan untuk melakukan suatu kegiatan yang lebih produktif atas dasar kerjasama. Pendekatan kelompok ini dapat terjadi pertukaran informasi dan pertukaran pendapat serta pengalaman antara sasaran edukasi dalam kelompok yang bersangkutan. Selain itu, memungkinkan adanya umpan balik dan interaksi kelompok yang memberi kesempatan bertukar pengalaman maupun pengaruh terhadap perilaku dan norma anggotanya.

1. Ceramah

Ceramah adalah menyampaikan atau menjelaskan suatu pengertian atau pesan secara lisan yang sudah dipersiapkan terlebih dahulu. Tujuan ceramah adalah menyajikan fakta, menyampaikan pendapat tentang suatu masalah, menyampaikan pengalaman perjalanan atau pengalaman pribadi, membangkitkan semangat, dan membuka suatu permasalahan. Keunggulan metode ini adalah dapat dipakai pada kelompok yang sasarannya besar dan pengaturannya lebih mudah.

2. Diskusi Kelompok (Disko)

Dengan seorang pemimpin. Diskusi kelompok bertujuan untuk mencari, menemukan, atau menggali pemecahan suatu masalah dengan bertukaran pikiran dan perasaan. Diskusi kelompok mempunyai keunggulan yaitu peserta dapat berperan aktif dalam kegiatan.

3. Diskusi Panel

Diskusi panel adalah suatu pembicaraan yang dilakukan oleh beberapa orang yang dipilih (3 sampai 6 orang) yang dipimpin oleh seorang moderator di hadapan sekelompok pendengar. Keunggulsn dari metode ini adalah dapat mengemukakan pandangan-pandangan yang berbeda.

4. Curah Pendapat

Curah pendapat adalah suatu penyampaian pendapat atau ide untuk pemecahan suatu masalah tanpa adanya kritik. Evaluasi dilaksanakan setelah seluruh peserta menyampaikan pendapat atau ide-idenya. Dalam acata curah

pendapat, pemikiran kreatif lebih diperlukan daripada pemikiran praktis. Keunggulannya adalah semua peserta dapat berpartisipasi dan adanya kebebasan untuk mengemukakan pendapat dengan tidak perlu takut berbuat kesalahan

5. Simulasi

Metode simulasi adalah permainan yang direncanakan yang maknanya dapat diambil untuk kepentingan sehari-hari. Metode simulasi dapat dilaksanakan untuk memaknani masalah hubungan antar-manusia.

6. Studi Kasus

Studi kasus adalah sekumpulan situasi masalah yang dianalisis secara mendalam atau mendetail. Tujuan dari metode studi kasus adalah melatih peserta didik guna mengembangkan pengetahuan, sikap, dan ketrampilan dengan cara mempelajari sesuatu secara mendalam.

7. Simposium

Symposium adalah banyak informasi yang didapat di dalam waktu yang singkat dan dapat digunakan dalam kelompok besar.

Tes Formatif

Apakah keunggulan dari metode pendidikan gizi ceramah

Kunci Jawaban Tes Formatif

Keunggulan metode ceramah adalah dapat dipakai pada kelompok yang sasarannya besar dan pengaturannya lebih mudah

Daftar Pustaka

Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. Ilmu Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta, Jakarta (p 72-79)

Cornelia,, Edit S.,Irfanny A.,Rita R.,Sri I., Triyani K, & Hera N. 2013. Konseling Gizi : Proses Komunikasi, Tata Laksana serta Konseling Gizi pada Berbagai Penyakit. Cet 1. Penebar Plus, Jakarta (p 20-22)

- Cornelia,, Edit S.,Irfanny A.,Rita R.,Sri I., Triyani K., Budi H & Hera N.2010.
Penuntun Konseling Gizi. Abadi Publishing & Printing, Jakarta (p 19-22)
- Rochadi, R. Kintoko. Perubahan Perilaku dalam Pencegahan HIV/AIDS. p(182-185)
.FKM USU.
- Subargus, Amin. 2011. Promosi Kesehatan Melalui Pendidikan kesehatan
masyarakat. Gosyen Publishing, Yogyakarta



MODUL PERKULIAHAN

PENDIDIKAN GIZI

Materi V

Jurusan	Program Studi	Tatap Muka	Kode MK	Disusun Oleh
Jurusan Gizi	Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika	5	GZ34022	

Tujuan Pembelajaran

Mahasiswa mampu memahami konsep teoritis, pangan, gizi dan kesehatan dalam pelayanan gizi dengan memanfaatkan IPTEK secara tepat

Kompetensi

Mahasiswa mampu memahami media pendidikan gizi

Pembahasan

Pendahuluan

Modul ini merupakan bagian ke-5 dan membahas materi mengenai media pendidikan gizi. Untuk memahami bahasan materi yang terdapat dalam modul ini, maka sangat penting untuk mempelajari terlebih dahulu materi yang terdapat pada modul sebelumnya.

Untuk memudahkan dalam mempelajarinya, perlu diketahui bahwa masing-masing modul dikemas dalam satu sampai dua kali pertemuan. Alokasi waktu untuk tiap kegiatan belajar adalah 100 menit. Sehingga untuk menyelesaikan modul ini diperlukan waktu 1 jam 40 menit.

Setelah mempelajari modul ini anda akan dapat memahami media pendidikan gizi.

Semua materi yang dibahas di dalam modul ini sangat diperlukan untuk memahami materi pada modul berikutnya.

Semoga sukses dalam mempelajari materi yang terdapat pada modul ini dan selamat untuk mengikuti modul berikutnya.

Materi: Media Pendidikan Gizi

A. Pengertian

Media atau alat peraga dalam promosi kesehatan dapat diartikan sebagai alat bantu untuk promosi kesehatan yang dapat dilihat, didengar, diraba, dirasa atau dicium, untuk memperlancar komunikasi dan penyebar-luasan informasi

B. Kegunaan

Biasanya alat peraga digunakan secara kombinasi, misalnya menggunakan papan tulis dengan photo dan sebagainya. Tetapi dalam menggunakan alat peraga, baik secara kombinasi maupun tunggal, ada dua hal yang harus diperhatikan, yaitu

- Alat peraga harus mudah dimengerti oleh masyarakat sasaran
- Ide atau gagasan yang terkandung di dalamnya harus dapat diterima oleh sasaran

C. Alat peraga yang digunakan secara baik memberikan keuntungan-keuntungan

- Dapat menghindari salah pengertian/pemahaman atau salah tafsir.
- Dapat memperjelas apa yang diterangkan dan dapat lebih mudah ditangkap.
- Apa yang diterangkan akan lebih lama diingat, terutama hal-hal yang mengesankan.
- Dapat menarik serta memusatkan perhatian.
- Dapat memberi dorongan yang kuat untuk melakukan apa yang dianjurkan.

D. Tingkatan intensitas alat peraga

Seseorang atau masyarakat atau target sasaran pendidikan dalam proses pendidikan dapat memperoleh pengalaman atau pengetahuan melalui berbagai macam alat bantu pendidikan. Akan tetapi masing-masing alat mempunyai intensitas yang berbeda-beda di dalam membantu persepsi atau pemahaman seseorang.

E. Macam-macam alat peraga pendidikan tersebut yaitu:

- Kata-kata
- Tulisan

- Rekaman, radio
- Film
- Televisi
- Pameran
- Field trip
- Demonstrasi
- Sandiwara
- Benda tiruan

F. Jenis/macam media

Alat-alat peraga dapat dibagi dalam 4 kelompok besar :

- Benda asli, yaitu benda yang sesungguhnya baik hidup maupun mati. Merupakan alat peraga yang paling baik karena mudah serta cepat dikenal, mempunyai bentuk serta ukuran yang tepat. Tetapi alat peraga ini kelemahannya tidak selalu mudah dibawa ke mana-mana sebagai alat bantu mengajar.
- Benda tiruan, yang ukurannya lain dari benda sesungguhnya. Benda tiruan bisa digunakan sebagai media atau alat peraga dalam promosi kesehatan. Hal ini dikarenakan menggunakan benda asli tidak memungkinkan, misal ukuran benda asli yang terlalu besar, terlalu berat, dll. Benda tiruan dapat dibuat dari bermacam-macam bahan seperti tanah, kayu, semen, plastik dan lain-lain.
- Gambar/Media gratis, seperti poster, leaflet, gambar karikatur, lukisan, dll.

a. Poster

Adalah sehelai kertas atau papan yang berisikan gambar-gambar dengan sedikit kata-kata. Kata-kata dalam poster harus jelas artinya, tepat pesannya dan dapat dengan mudah dibaca pada jarak kurang lebih 6 meter. Poster biasanya ditempelkan pada suatu tempat yang mudah dilihat dan banyak dilalui orang misalnya di dinding balai desa, pinggir jalan, papan pengumuman, dan lain-lain. Gambar dalam poster dapat berupa lukisan, ilustrasi, kartun, gambar atau photo. Poster terutama dibuat untuk mempengaruhi orang banyak, memberikan pesan

singkat. Karena itu cara pembuatannya harus menarik, sederhana dan hanya berisikan satu ide atau satu kenyataan saja. Poster yang baik adalah poster yang mempunyai daya tinggal lama dalam ingatan orang yang melihatnya serta dapat mendorong untuk bertindak.

- b. Leaflet atau sering juga disebut pamphlet merupakan selebar kerta yang berisi tulisan cetak tentang sesuatu masalah khusus untuk suatu sasaran dan tujuan tertentu. Ukuran leaflet biasanya 20 x 30 cm, berisi tulisan 200 — 400 kata. Isi harus bisa ditangkap dengan sekali baca. Misal leaflets tentang Pedoman Gizi Seimbang

Keuntungan leaflet:

- Dapat disimpan lama
 - Sebagai referensi
 - Jangkauan dapat jauh
 - Membantu media lain
 - Isi dapat dicetak kembali dan dapat sebagai bahan diskusi
-
- Gambar alat optik. seperti photo, slide, film, dll
- Photo

Sebagai bahan untuk alat peraga, photo digunakan dalam bentuk :

- a. Album, yaitu merupakan foto-foto yang isinya berurutan, menggambarkan suatu cerita, kegiatan dan lain-lain. Dikumpulkan dalam sebuah album. Album ini bisa dibawa dan ditunjukkan kepada masyarakat sesuai dengan topik yang sedang di diskusikan.
- b. Dokumentasi lepasan. Yaitu photo-photo yang berdiri sendiri dan tidak disimpan dalam bentuk album. Menggambarkan satu pokok persoalan atau titik perhatian. Photo ini digunakan biasanya untuk bahan brosur, leaflet, dll

-Slide

Slide pada umumnya digunakan dengan sasaran kelompok atau grup. Slide ini sangat efektif untuk membahas suatu topic tertentu, dan peserta dapat mencermati setiap materi dengan cara seksama, karena slide sifatnya dapat diulang-ulang.

-Film

Film lebih kearah sasaran secara masal, sifatnya menghibur namun bernuansa edikatif

Tes Formatif

Apakah keunggulan dari media pendidikan leaflet

Kunci Jawaban Tes Formatif

Keuntungan leaflet:

- Dapat disimpan lama
- Sebagai referensi
- Jangkauan dapat jauh
- Membantu media lain
- Isi dapat dicetak kembali dan dapat sebagai bahan diskusi

Daftar Pustaka

Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. Ilmu Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta, Jakarta (p 72-79)

Cornelia,, Edit S.,Irfanny A.,Rita R.,Sri I., Triyani K, & Hera N. 2013. Konseling Gizi : Proses Komunikasi, Tata Laksana serta Konseling Gizi pada Berbagai Penyakit. Cet 1. Penebar Plus, Jakarta (p 20-22)



MODUL PERKULIAHAN

PENDIDIKAN GIZI

Materi VI

Jurusan	Program Studi	Tatap Muka	Kode MK	Disusun Oleh
Jurusan Gizi	Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika	6	GZ34022	

Tujuan Pembelajaran

Mahasiswa mampu memahami konsep teoritis, pangan, gizi dan kesehatan dalam pelayanan gizi dengan memanfaatkan IPTEK secara tepat

Kompetensi

Mahasiswa mampu memahami cara pemilihan metode penyuluhan

Pembahasan

Pendahuluan

Modul ini merupakan bagian ke-6 dan membahas materi mengenai cara pemilihan metode penyuluhan. Untuk memahami bahasan materi yang terdapat dalam modul ini, maka sangat penting untuk mempelajari terlebih dahulu materi yang terdapat pada modul sebelumnya.

Untuk memudahkan dalam mempelajarinya, perlu diketahui bahwa masing-masing modul dikemas dalam satu sampai dua kali pertemuan. Alokasi waktu untuk tiap kegiatan belajar adalah 100 menit. Sehingga untuk menyelesaikan modul ini diperlukan waktu 1 jam 40 menit.

Setelah mempelajari modul ini anda akan dapat memahami cara pemilihan metode penyuluhan.

Semua materi yang dibahas di dalam modul ini sangat diperlukan untuk memahami materi pada modul berikutnya.

Semoga sukses dalam mempelajari materi yang terdapat pada modul ini dan selamat untuk mengikuti modul berikutnya.

Materi: Media Pendidikan Gizi

Rangkuman

1. Metode Berdasarkan Pendekatan Perorangan

Edukator berhubungan secara langsung maupun tidak langsung dengan Sasarannya secara perorangan. Metode ini sangat efektif karena Sasaran dapat secara langsung memecahkan masalahnya dengan bimbingan khusus dari edukator.

2. Metode Berdasarkan Pendekatan Kelompok

Edukator berhubungan dengan Sasaran edukasi secara kelompok. Metode ini cukup efektif karena Sasaran dibimbing dan diarahkan untuk melakukan suatu kegiatan yang lebih produktif atas dasar kerjasama. Pendekatan kelompok ini dapat terjadi pertukaran informasi dan pertukaran pendapat serta pengalaman antara Sasaran edukasi dalam kelompok yang bersangkutan. Selain itu, memungkinkan adanya umpan balik dan interaksi kelompok yang memberi kesempatan bertukar pengalaman maupun pengaruh terhadap perilaku dan norma anggotanya.

3. Metode Berdasarkan Pendekatan Massa

Metode ini dapat menjangkau Sasaran dengan jumlah banyak. Dipandang dari segi penyampaian informasi, metode ini cukup baik, namun terbatas hanya dapat menimbulkan kesadaran atau keingintahuan semata. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa metode pendekatan massa dapat mempercepat proses perubahan, tetapi jarang dapat mewujudkan perubahan dalam perilaku. Adapun yang termasuk dalam metode ini antara lain rapat umum, siaran radio, kampanye, pemutaran film, surat kabar, dan sebagainya.

A. Pertimbangan memilih metode

Pemilihan metode yang tepat merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan kegiatan penyuluhan. Jadi pemilihan metode harus tepat, sesuai dengan keadaan. Ada beberapa faktor yang dapat menjadi dasar dalam memilih metode penyuluhan, yaitu Sasaran, sumber daya penyuluh, keadaan daerah dan kebijaksanaan pemerintah.

- a. Sasaran; Hal yang perlu diperhatikan tingkat pengetahuan sasaran, ketrampilan dan sikap sasaran, kondisi sosial budaya sasaran penyuluhan, banyaknya sasaran yang dicapai.
- b. Sumberdaya Penyuluhan; Hal yang perlu dipertimbangan untuk sumberdaya penyuluhan pertanian ini, yaitu kemampuan penyuluh yang meliputi penguasaan ilmu dan ketrampilan serta sikap yang dimiliki. Materi penyuluhan yang akan disampaikan Ketersediaan sarana dan biaya penyuluhan.
- c. Keadaan Daerah; Keadaan daerah juga mempengaruhi dalam pertimbangan dalam memilih metode penyuluhan. Keadaan daerah yang mempengaruhi adalah musim dan iklim, keadaan usahatani, keadaan lapangan.
- d. Kebijakan Pembangunan Pertanian; Kebijakan juga mempengaruhi metode yang diambil nantinya. Kebijakan tersebut dapat berasal dari pemerintah pusat dan daerah ataupun masyarakat petani.
- e. Tahapan dan Kemampuan Adopsi; Tahapan adopsi inovasi pada diri pelaku utama dan atau pelaku usaha berlangsung melalui serangkaian pengalaman mental psikolog secara bertahap sebagai berikut :
 - Tahap penumbuhan perhatian, dima pelaku utama dan/atau pelaku usaha sekedar mengetahui adanya gagasan/ide atau praktek baru untuk pertama kalinya.
 - Tahap penumbuhan minat, dimana pelaku utama dan /atau pelaku usaha ingin mengetahui lebih banyak perihal baru tadi, dan berusaha mencari informasi lebih lanjut.
 - Tahap menilai, dima pelaku utama dan/atau pelaku usaha mampu membuat perbandingan.
 - Tahap mencoba, dima pelaku utama dan/atau pelaku usaha mencoba gagasan baru atau praktek baru.
 - Tahap menetapkan, dimana pelaku utama dan/atau pelaku usaha menyakini gagasan atau praktek baru itu dan menetapkan sepenuhnya secara berkelanjutan di dalam usaha taninya.
 -

Tes Formatif

Apa alasan pendekatan kelompok dapat terjadi?

Kunci Jawaban Tes Formatif

Pendekatan kelompok ini dapat terjadi pertukaran informasi dan pertukaran pendapat serta pengalaman antara sasaran edukasi dalam kelompok yang bersangkutan. Selain itu, memungkinkan adanya umpan balik dan interaksi kelompok yang memberi kesempatan bertukar pengalaman maupun pengaruh terhadap perilaku dan norma anggotanya.

Daftar Pustaka

Kemenpan (Kementerian Pertanian). 2009. Peraturan Menteri Pertanian No 52/Permentan/OT.140/12/2009.

Mardikanto, T. 2006. Penyuluhan Pembangunan Pertanian. Surakarta: Sebelas Maret University Press.

Soegiyanto. 2001. Dasar-dasar Penyuluhan Pertanian. Malang : Fakultas Pertanian Universitas Brawijaya.

Wiriadmadja, S. 1990. Pokok Pokok Penyuluhan Pertanian. Jakarta: Yasaguna. Universitas



MODUL PERKULIAHAN

PENDIDIKAN GIZI

Materi VII

Jurusan	Program Studi	Tatap Muka	Kode MK	Disusun Oleh
Jurusan Gizi	Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika	7	GZ34022	

Tujuan Pembelajaran

Mahasiswa mampu memahami konsep teoritis, pangan, gizi dan kesehatan dalam pelayanan gizi dengan memanfaatkan IPTEK secara tepat

Kompetensi

Mahasiswa mampu memahami langkah-langkah penyuluhan

Pembahasan

Pendahuluan

Modul ini merupakan bagian ke-7 dan membahas materi mengenai langkah-langkah penyuluhan. Untuk memahami bahasan materi yang terdapat dalam modul ini, maka sangat penting untuk mempelajari terlebih dahulu materi yang terdapat pada modul sebelumnya.

Untuk memudahkan dalam mempelajarinya, perlu diketahui bahwa masing-masing modul dikemas dalam satu sampai dua kali pertemuan. Alokasi waktu untuk tiap kegiatan belajar adalah 100 menit. Sehingga untuk menyelesaikan modul ini diperlukan waktu 1 jam 40 menit.

Setelah mempelajari modul ini anda akan dapat memahami langkah-langkah penyuluhan.

Semua materi yang dibahas di dalam modul ini sangat diperlukan untuk memahami materi pada modul berikutnya.

Semoga sukses dalam mempelajari materi yang terdapat pada modul ini dan selamat untuk mengikuti modul berikutnya.

Materi: Langkah-Langkah Penyuluhan

A. Pengertian Penyuluhan

Penyuluhan merupakan upaya perubahan perilaku manusia yang dilakukan melalui pendekatan edukatif. Pendekatan edukatif diartikan sebagai rangkaian kegiatan yang dilakukan secara sistematis, terencana, terarah dengan serta aktif individu maupun kelompok masyarakat, untuk memecahkan masalah masyarakat dengan faktor sosial, ekonomi, budaya setempat.

Penyuluhan gizi adalah suatu pendekatan edukatif untuk menghasilkan perilaku individu atau masyarakat yang diperlukan dalam peningkatan dan mempertahankan gizi yang baik. Penyuluhan gizi adalah serangkaian kegiatan penyampaian pesan-pesan gizi dan kesehatan yang direncanakan dan dilaksanakan untuk menanamkan dan meningkatkan pengertian, sikap serta perilaku positif pasien/klien dan lingkungannya terhadap upaya peningkatan status gizi dan kesehatan.

Penyuluhan gizi ditujukan untuk kelompok atau golongan masyarakat massal, dan target yang diharapkan adalah pemahaman perilaku aspek kesehatan dalam kehidupan sehari-hari.

B. Tujuan penyuluhan

- a. Penyuluhan gizi secara umum tujuannya adalah suatu usaha untuk meningkatkan status gizi masyarakat dengan cara mengubah perilaku masyarakat ke arah yang baik sesuai dengan prinsip ilmu gizi.
- b. Penyuluhan gizi secara khusus yaitu meningkatkan kesadaran gizi masyarakat melalui peningkatan pengetahuan gizi dan makanan yang menyehatkan
- c. Menyebarkan konsep baru tentang informasi gizi kepada masyarakat.
- d. Membantu individu, keluarga, dan masyarakat secara keseluruhan berperilaku positif sehubungan dengan pangan dan gizi.
- e. Mengubah perilaku konsumsi makanan yang sesuai dengan tingkat kebutuhan gizi, sehingga pada akhirnya tercapai status gizi yang baik

C. Sasaran penyuluhan

a. Individu

Dilakukan saat kunjungan rumah, pendataan kasus, warga berkunjung ke rumah sakit, klinik, puskesmas, posyandu, keluarga binaan. Contoh: kunjungan rumah untuk penyuluhan MP-ASI

b. Keluarga

Sasaran diutamakan keluarga yang berisiko tinggi. Dapat dilakukan saat kunjungan, undangan di balai desa/ posyandu, dll. Contoh: keluarga dengan keadaan gizi kurang dilakukan penyuluhan materi tatalaksana balita gizi kurang

c. Kelompok

Kelompok ibu hamil, kelompok ibu yang mempunyai balita, kelompok masyarakat yang rawan kesehatan (seperti lansia). Contoh: penyuluhan pencegahan PTM pada dewasa & lansia pada saat pertemuan PKK. Contoh: penyuluhan pencegahan PTM pada dewasa & lansia pada saat pertemuan PKK

d. Masyarakat

Masyarakat binaan puskesmas, Masyarakat nelayan, Masyarakat pedesaan, Masyarakat yang terkena wabah. Contoh: Penyuluhan pencegahan dan diet hipertensi pada saat digelarnya kesenian tradisional di balai desa. Pemasangan poster di balai desa/ posyandu.

D. Langkah-langkah persiapan penyuluhan

1) Mengetahui masalah, masyarakat, wilayah

Mengenal masalah

- Mengetahui program yang akan ditunjang
- Mengetahui masalah yang akan ditanggulangi.
- Dasar pertimbangan
- Pelajari masalah tersebut: pengertian, sikap, dan perilaku.

Mengenal masyarakat

- Jumlah penduduk khususnya golongan rawan

- Sosial dan ekonomi
- Pola konsumsi
- Sumber daya
- Pengalaman masyarakat terhadap program
- Pengalaman masyarakat masa lalu

Mengenal wilayah

- Lokasi : memperhatikan terpencil, pengunungan atau datar, jalur transportasi.
- Sifatnya : memperhatikan kapan musim hujan dan kemarau, daerah kering atau cukup air, banjir, daerah perbatasan

2) Menentukan prioritas

Kemampuan seseorang untuk mempelajari sesuatu berbeda-beda, demikian juga tahap perkembangan mental, keadaan lingkungan dan kesempatannya berbeda-beda sehingga diperlukan penentuan prioritas untuk menjadi acuan penjelasan

3) Menentukan tujuan

Tujuan penyuluhan sebaiknya:

- Jangka pendek : diharapkan terciptanya pengertian, sikap, norma.
- Jangka menengah : perilaku sehat
- Jangka panjang : status kesehatan yang optimal

4) Menentukan sasaran

Tingkat pengetahuan, keterampilan dan sikap

- Penyuluh harus mengetahui dalam tingkat mana sebagian besar dari sasaran itu berada. Setelah itu harus menghubungkannya dengan tujuan yang akan dicapai. Hal ini penting untuk dapat menentukan metode mana yang paling tepat.

Sosial budaya

- Penyuluh harus mengetahui adat kebiasaan sasaran, norma-norma yang berlaku dan status kepemimpinan yang ada. Hal ini

penting bukan saja dalam pemilihan metode penyuluhan tetapi juga dalam menentukan teknik-teknik penyuluhannya.

Jumlah sasaran

- Yang hendak dicapai oleh seorang penyuluh pada suatu waktu tertentu akan menentukan metode penyuluhan yang akan dicapai.

E. Materi atau pesan

Materi atau pesan yang disampaikan kepada sasaran hendaknya disesuaikan dengan kebutuhan kesehatan dari individu, keluarga, kelompok dan masyarakat, sehingga materi yang disampaikan dapat dirasakan langsung manfaatnya. Materi yang disampaikan sebaiknya menggunakan bahasa yang mudah dimengerti, tidak terlalu sulit untuk dimengerti oleh sasaran, dalam penyampaian materi sebaiknya menggunakan metode dan media untuk mempermudah pemahaman dan untuk menarik perhatian sasaran.

F. Metode penyuluhan

Metode penyuluhan sesuai dan mendukung kegiatan penyuluhan sesuai anlisi. Metode penyuluhan dapat melalui:

a. Ceramah

Metode Ceramah adalah suatu cara dalam menerangkan dan menjelaskan suatu ide, pengertian atau pesan secara lisan kepada sekelompok sasaran sehingga memperoleh informasi tentang kesehatan.

b. Diskusi

Metode Diskusi Kelompok adalah pembicaraan yang direncanakan dan telag dipersiapkan tentang suatu topik pembicaraan diantara 5 – 20 peserta (sasaran) dengan seorang pemimpin diskusi yang telah ditunjuk

c. Demonstrasi

Metode demonstrasi adalah suatu cara untuk menunjukkan pengertian, ide dan prosedur tentang sesuatu hal yang telah dipersiapkan dengan teliti untuk memperlihatkan bagaimana cara melaksanakan suatu tindakan, adegan dengan menggunakan alat peraga. Metode ini digunakan terhadap kelompok yang tidak terlalu besar jumlahnya.

G. Media penyuluhan

Media penyuluhan dapat berupa:

- Power point (lcd, proyektor)
- Leaflet
- Booklet
- Lembar balik
- Film
- Animasi
- Dll

H. Evaluasi penyuluhan

a. Evaluasi hasil

- Pengetahuan= melakukan pre test dan post test, memberikan pertanyaan kepada audiens
- Perilaku= observasi, hasil suatu program

b. Evaluasi proses

- Sesuai dengan rencana penyuluhan atau tidak
- Kepuasan peserta
- Partisipasi peserta

Tes Formatif

1. Apa saja tujuan dilakukan penyuluhan?
2. Apa yang dilakukan untuk mengukur evaluasi hasil pada penyuluhan

Kunci Jawaban Tes Formatif

1. Penyuluhan dilakukan dengan tujuan agar:
 - a. Penyuluhan gizi secara umum tujuannya adalah suatu usaha untuk meningkatkan status gizi masyarakat dengan cara mengubah perilaku masyarakat ke arah yang baik sesuai dengan prinsip ilmu gizi.

- b. Penyuluhan gizi secara khusus yaitu meningkatkan kesadaran gizi masyarakat melalui peningkatan pengetahuan gizi dan makanan yang menyehatkan
 - c. Menyebarkan konsep baru tentang informasi gizi kepada masyarakat.
 - d. Membantu individu, keluarga, dan masyarakat secara keseluruhan berperilaku positif sehubungan dengan pangan dan gizi.
 - e. Mengubah perilaku konsumsi makanan yang sesuai dengan tingkat kebutuhan gizi, sehingga pada akhirnya tercapai status gizi yang baik
2. Evaluasi hasil pada penyuluhan dapat diukur dengan melakukan pre test dan post test untuk mendapatkan evaluasi pengetahuan dan melakukan observasi untuk mendapatkan evaluasi perilaku

Daftar Pustaka

- Notoatmodjo, soekidjo. 2010. Ilmu perilaku kesehatan. Rineka cipta, jakarta (p 72-79)
- Zulaikhah. (2022). PRINSIP PENYULUHAN KESEHATAN MASYARAKAT. PSPK | Informasi Fakultas Kedokteran. https://pspk.fkunissula.ac.id/sites/default/files/2017_Komunikasi_PRINSIP%20PENYULUHAN%20KESEHATAN%20MASYARAKAT.pdf
- Cornelia,, edit s.,irfanny a.,rita r.,sri i., triyani k., budi h & hera n.2010. Penuntun konseling gizi. Abadi publishing & printing, jakarta (p 19-22)
- Rochadi, r. Kintoko. Perubahan perilaku dalam pencegahan hiv/aids. P(182-185) .fkm usu.
- Subargus, amin. 2011. Promosi kesehatan melalui pendidikan kesehatan masyarakat. Gosyen Publishing, Yogyakarta



MODUL PERKULIAHAN

Pendidikan Gizi

Materi VIII

Jurusan	Program Studi	Tatap Muka	Kode MK	Disusun Oleh
Jurusan Gizi	Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika	9-10	GZ34022	

Tujuan Pembelajaran

Mahasiswa mampu memahami tentang dinamika kelompok

Kompetensi

Memahami tentang dinamika kelompok

Pembahasan

Pendahuluan

Modul ini merupakan bagian ke-8 dan membahas materi mengenai dinamika kelompok. Untuk memahami bahasan materi yang terdapat dalam modul ini, maka sangat penting untuk mempelajari terlebih dahulu materi yang terdapat pada modul sebelumnya.

Untuk memudahkan dalam mempelajarinya, perlu diketahui bahwa masing-masing modul dikemas dalam satu sampai dua kali pertemuan. Alokasi waktu untuk tiap kegiatan belajar adalah 100 menit. Sehingga untuk menyelesaikan modul ini diperlukan waktu 1 jam 40 menit.

Setelah mempelajari modul ini anda akan dapat memahami dinamika kelompok.

Semua materi yang dibahas di dalam modul ini sangat diperlukan untuk memahami materi pada modul berikutnya.

Semoga sukses dalam mempelajari materi yang terdapat pada modul ini dan selamat untuk mengikuti modul berikutnya.

Materi: Dinamika Kelompok

A. Pengertian Dinamika Kelompok

Dinamika kelompok adalah suatu metoda dan proses yang bertujuan meningkatkan nilai-nilai kerjasama kelompok. Artinya metoda dan proses dinamika kelompok ini berusaha menumbuhkan dan membangun kelompok, yang semula terdiri dari kumpulan individu-individu yang belum saling mengenal satu sama lain, menjadi satu kesatuan kelompok dengan satu tujuan, satu norma dan satu cara pencapaian berusaha yang disepakati bersama.

B. Tahap Pertumbuhan Kelompok

Pertumbuhan kelompok melalui beberapa fase, yaitu: fase kekelompokan, fase peralihan, fase pembentukan norma dan fase berprestasi.

1. Tahap pembentukan rasa kekelompokan

Pada tahap ini setiap individu dalam kelompok melakukan berbagai penjangjagan terhadap anggota lainnya mengenai hubungan antar pribadi yang dikehendaki kelompok, sekaligus mencoba berperilaku tertentu untuk mendapatkan reaksi dari anggota lainnya. Bersamaan dengan tampilnya perilaku individu yang berbeda-beda tersebut, secara perlahan-lahan, anggota kelompok mulai menciptakan pola hubungan antar sesama mereka. Pada tahap pertama inilah secara berangsur-angsur mulai diletakkan pola dasar perilaku kelompok, baik yang berkaitan dengan tugas-tugas kelompok, atau yang berkaitan dengan hubungan antar pribadi anggotanya, bahkan mungkin dengan kelompok-kelompok pesaing dalam berusaha.

Dalam kaitannya dengan tugas kelompok, tujuan kelompok belum jelas dan satu sama lain masih mencari-cari. Semua anggota mulai merabaraba dan menjajagi situasi kelompok. Hubungan satu sama lainnya diliputi oleh perasaan malu-malu, ragu-ragu, dengan sopan santun yang bersifat basa basi. Suasana hubungan satu dengan lainnya masih terlihat kaku, namun pada umumnya setiap individu senang memperlihatkan aku-nya, dengan menceritakan berbagai keunggulan dirinya secara lengkap dan berkepanjangan. Produk akhir dari fase forming ini diharapkan terbentuknya rasa kekelompokan diantara anggotanya.

2. Tahap peralihan

Upaya memperjelas tujuan kelompok mulai tampak, partisipasi anggota meningkat. Sadar atau tidak sadar, pada tahap ini anggota kelompok mulai mendeteksi kekuatan dan kelemahan masing-masing anggota kelompok melalui proses interaksi yang intensif, ditandai dengan mulai terjadinya konflik satu sama lain, karena setiap anggota mulai semakin menonjolkan aku-nya masing-masing. Salah satu ciri penting dari fase ini adalah dengan berbagai cara apapun anggotanya akan saling mempengaruhi di antara satu sama lain.

3. Tahap pembentukan norma

Dalam fase ketiga ini, meskipun konflik masih terjadi terus, namun anggota kelompok mulai melihat karakteristik kepribadian masing-masing secara lebih mendalam, sehingga lebih memahami mengapa terjadi perbedaan dan konflik, bagaimana berkomunikasi dengan orang-orang tertentu, bagaimana cara membantu orang lain dan bagaimana cara memperlakukan orang lain dalam kelompok. Dengan adanya pemahaman demikian, ikatan (cohesi) dan rasa percaya (trust) serta kepuasan hubungan dan konsensus diantara anggota kelompok dalam pengambilan keputusan meningkat, anggota mulai merasakan perlunya kesatuan pendapat mengenai perilaku yang boleh dan yang tidak boleh ditampilkan dalam pergaulan kelompok atau norma kelompok, agar kelompok bisa bekerja secara efektif dan efisien dalam memecahkan masalah yang dihadapi bersama.

Kondisi akhir dari tahap pembentukan norma ini adalah terciptanya suasana penuh keharmonisan dalam kelompok, sehingga hubungan antar pribadi yang semula penuh dengan keragu-raguan dan konflik satu sama lain akibat ketertutupan diri, telah berubah menjadi sarana untuk pemecahan masalah dan penyelesaian pekerjaan kelompok. Selain itu sudah jelas pula peran apa yang harus dimainkan oleh setiap anggota dalam penyelesaian pekerjaan kelompok sesuai dengan kemampuan yang bisa ia berikan kepada kelompok.

4. Tahap berprestasi

Kelompok sudah dibekali dengan suasana hubungan kerja yang harmonis antara anggota yang satu dengan yang lainnya, norma kelompok telah disepakati, tujuan dan tugas kelompok serta peran masing-masing anggota telah jelas, ada keterbukaan dalam komunikasi dan keluwesan dalam berinteraksi satu sama lain, perbedaan pendapat ditolerir, inovasi berkembang.

C. Tujuan Dinamika Kelompok

1. Membangkitkan kepekaan diri seorang anggota kelompok terhadap anggota kelompok lain, sehingga dapat menimbulkan rasa kelompok lain, sehingga dapat menimbulkan rasa saling menghargai.
2. Menimbulkan rasa solid anggota sehingga dapat saling menghormati dan saling menghargai pendapat orang lain.
3. Menciptakan komunikasi yang terbuka terhadap sesama anggota kelompok.
4. Menimbulkan adanya niat yang baik diantara sesama anggota kelompok.

D. Struktur Kelompok

Struktur kelompok adalah bentuk hubungan antara struktur kelompok adalah bentuk hubungan antara individu-individu dalam kelompok individu-individu dalam kelompok sesuai posisi dan peranan masing-masing. Struktur kelompok harus sesuai/mendukung tercapainya tujuan. Yang berhubungan dengan struktur kelompok yaitu:

1. Struktur Komunikasi

Komunikasi dalam kelompok harus lancar agar pesan sampai kepada seluruh anggota, komunikasi yang tidak lancar akan menimbulkan ketidakpuasan anggota, pada gilirannya kelompok menjadi tidak kelompok.

2. Struktur Tugas atau Pengambilan Keputusan

Pembagian tugas harus merata dengan memperhatikan kemampuan, peranan, dan posisi masing-masing anggota. Dengan demikian demikian seluruh anggota kelompok ikut berpartisipasi dan terlibat, sehingga dinamika kelompok harus semakin kuat.

3. Struktur Kekuasaan atau Pengambilan Keputusan

Kedinamisan kelompok sangat erat dengan kecepatan dan ketidakefektifan dan (kelambatan) pengambilan keputusan menunjukkan lemahnya struktur kelompok.

4. Sarana Terjadinya Interaksi

Interaksi di dalam kelompok sangat diperlukan sedangkan dalam struktur kelompok harus menjamin kelancaran interaksi, kelancaran interaksi memerlukan sarana (contoh ketersediaan ruang pertemuan kelompok) dapat menjamin kelancaran interaksi antar anggota

Tes Formatif

1. Apa yang dimaksud dengan dinamika kelompok?
2. Metode dan proses dinamika kelompok ini berusaha menumbuhkan dan membangun kelompok, yang semula terdiri dari kumpulan individu-individu yang belum saling mengenal satu sama lain, menjadi satu kesatuan kelompok dengan satu...
3. Sebutkan salah satu tujuan dinamika kelompok!

1. Dinamika kelompok adalah suatu metoda dan proses yang bertujuan meningkatkan nilai-nilai kerjasama kelompok.
2. Tujuan, satu norma dan satu cara pencapaian berusaha yang disepakati bersama.
3. Menciptakan komunikasi yang terbuka terhadap sesama anggota kelompok.

Daftar Pustaka

- Anonim. (2021). *APA ITU Dinamika Kelompok? Lengkap Pengertian Menurut para Ahli*. Yahoo Berita. <https://id.berita.yahoo.com/apa-itu-dinamika-kelompok-lengkap-073016610.html>
- Kurniawan. (2022). *Dinamika Kelompok - Pengertian, Fungsi, Jenis, Ciri, Kegiatan*. GuruPendidikan.Com. <https://www.gurupendidikan.co.id/dinamika-kelompok/>
- Nilawanti. (2021). *Pengertian Dinamika Kelompok Sosial, Faktor, Dan Aspeknya*. Gramedia Literasi. <https://www.gramedia.com/literasi/dinamika-kelompok-sosial/>



MODUL PERKULIAHAN

Pendidikan Gizi

Materi IX

Jurusan	Program Studi	Tatap Muka	Kode MK	Disusun Oleh
Jurusan Gizi	Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika	11-15	GZ34022	

Tujuan Pembelajaran

Mahasiswa mampu memahami tentang penerapan penyuluhan pada kelompok individu sehat dan sakit

Kompetensi

Memahami tentang penerapan penyuluhan pada kelompok individu sehat dan sakit

Pembahasan

Pendahuluan

Modul ini merupakan bagian ke-9 dan membahas materi mengenai penerapan penyuluhan pada kelompok individu sehat dan sakit. Untuk memahami bahasan materi yang terdapat dalam modul ini, maka sangat penting untuk mempelajari terlebih dahulu materi yang terdapat pada modul sebelumnya.

Untuk memudahkan dalam mempelajarinya, perlu diketahui bahwa masing-masing modul dikemas dalam satu sampai dua kali pertemuan. Alokasi waktu untuk tiap kegiatan belajar adalah 100 menit. Sehingga untuk menyelesaikan modul ini diperlukan waktu 1 jam 40 menit.

Setelah mempelajari modul ini anda akan dapat memahami penerapan penyuluhan pada kelompok individu sehat dan sakit.

Semua materi yang dibahas di dalam modul ini sangat diperlukan untuk memahami materi pada modul berikutnya.

Semoga sukses dalam mempelajari materi yang terdapat pada modul ini dan selamat untuk mengikuti modul berikutnya.

Materi: Penerapan Penyuluhan Pada Kelompok Individu Sehat dan Sakit

A. Pengertian Penyuluhan Kesehatan

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan. Penyuluhan kesehatan adalah gabungan dari beberapa kegiatan dan kesempatan yang berlandaskan prinsip-prinsip belajar untuk mencapai suatu keadaan, dimana individu, keluarga, kelompok atau masyarakat secara keseluruhan ingin hidup sehat, tahu bagaimana caranya dan melakukan apa yang bisa dilakukan, secara perseorangan maupun secara kelompok dan minta pertolongan bila perlu.

B. Prinsip Penyuluhan Kesehatan

1. Penyuluhan kesehatan merupakan kumpulan pengalaman dimana saja dan kapan saja sepanjang dapat mempengaruhi pengetahuan sikap dan kebiasaan sasaran.
2. Penyuluhan kesehatan tidak dapat secara mudah diberikan oleh seseorang kepada orang lain, karena pada akhirnya sasaran pendidikan itu sendiri yang dapat mengubah kebiasaan dan tingkah lakunya sendiri.
3. Bahwa yang harus dilakukan adalah menciptakan sasaran agar individu, keluarga, kelompok dan masyarakat dapat mengubah sikap dan tingkah lakunya sendiri.
4. Penyuluhan kesehatan dikatakan berhasil bila sasaran (individu, keluarga, kelompok dan masyarakat) sudah mengubah sikap dan tingkah lakunya sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan.

C. Tujuan

1. Tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara perilaku sehat dan lingkungan sehat, serta berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.

2. Terbentuknya perilaku sehat pada individu, keluarga, kelompok dan masyarakat yang sesuai dengan konsep hidup sehat baik fisik, mental dan sosial sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian.
3. Merubah perilaku perseorangan dan atau masyarakat dalam bidang kesehatan.

D. Sasaran Penyuluhan Individu Sehat

Penyuluhan pada individu sehat dimaksudkan untuk tindakan promotif. Penyuluhan dapat diberikan di sekolah, tempat kerja, posyandu, dan lain-lain. Materi yang dapat diberikan yaitu berupa pola hidup bersih dan sehat (PHBS), sarapan sehat, makan sayur dan buah, gizi seimbang, 6 langkah cuci tangan. Target yang akan di capai adalah diharapkan dapat tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara kesehatan, serta berperan aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.

Sedangkan luaran yang diharapkan adalah sasaran primer merupakan sasaran utama dan sasaran sekunder adalah sasaran yang dapat mempengaruhi individu dalam keluarga yang bermasalah misalnya, kepala keluarga, ibu, orang tua, tokoh keluarga, kader tokoh agama, tokoh masyarakat, petugas kesehatan dan lintas sektor terkait. Sasaran tersier adalah sasaran yang diharapkan dapat menjadi unsur pembantu dalam atau mendukung pendanaan, kebijakan, dan kegiatan untuk tercapainya target penyuluhan.

Metode pelaksanaan yang dilakukan adalah dengan cara mengikuti penyuluhan-penyuluhan mencakup individu, keluarga, kelompok dan masyarakat. Penyuluhan-penyuluhan kesehatan pada individu dapat dilakukan di rumah sakit, klinik, puskesmas, posyandu, keluarga binaan dan masyarakat binaan. Penyuluhan kesehatan pada keluarga diutamakan pada keluarga resiko tinggi, seperti keluarga yang menderita penyakit menular, keluarga dengan sosial ekonomi rendah, keluarga dengan keadaan gizi yang buruk, keluarga dengan sanitasi lingkungan yang buruk dan sebagainya, masyarakat nelayan, masyarakat pedesaan, masyarakat yang terkena wabah dan lain-lain.

E. Sasaran Penyuluhan Individu Sakit

Individu yang mempunyai masalah kesehatan yang dapat dilakukan di rumah sakit, klinik, puskesmas, klinik bersalin, posyandu, keluarga binaan dan masyarakat binaan. Penyuluhan kepada individu sakit dilakukan untuk meningkatkan kemampuan pasien, klien dan kelompok-kelompok masyarakat. Agar pasien dapat mandiri dalam mempercepat kesembuhan dan rehabilitasinya.

Rumah sakit sebagai sarana kesehatan yang memberikan pelayanan kesehatan paripurna, untuk mencapai tujuan serta menumbuh kembangkan peran serta melalui perubahan perilaku positif bagi pasien petugas rumah sakit memerlukan berbagai upaya kesehatan, salah satunya melalui kegiatan penyuluhan Kesehatan Masyarakat Rumah Sakit (PKMRS). Promosi kesehatan di rumah sakit dikhususkan untuk individu-individu yang sedang memerlukan pengobatan dan/atau perawatan di rumah sakit. Di samping itu, promosi kesehatan di rumah sakit juga ditujukan kepada pengunjung rumah sakit, baik pasien rawat jalan, maupun keluarga pasien yang mengantar atau menemani pasien di rumah sakit. Keluarga pasien juga perlu diperhatikan dalam promosi kesehatan di rumah sakit, karena keluarga pasien diharapkan dapat membantu atau menunjang proses penyembuhan dan pemulihan keluarganya yang sakit (pasien).

Promosi kesehatan di rumah sakit pada prinsipnya adalah pengembangan pengertian atau pemahaman pasien dan keluarganya terhadap masalah kesehatan atau penyakit yang dideritanya. Pasien dan keluarganya harus mengetahui hal-hal yang terkait dengan penyakit yang dideritanya seperti: penyebab penyakit tersebut, cara penularan penyakit (bila penyakit menular), cara pencegahannya, proses pengobatan yang tepat dan sebagainya. Apabila pasien atau keluarga pasien memahami penyakit yang dideritanya, diharapkan akan membantu mempercepat proses penyembuhan, dan tidak akan terserang oleh penyakit yang sama.

Promosi kesehatan di rumah sakit juga mempunyai prinsip pemberdayaan pasien dan keluarganya dalam kesehatan. Hal ini dimaksudkan, apabila pasien sudah sembuh dan kembali ke rumahnya, mereka mampu

melakukan upaya-upaya preventif (pencegahan) dan promotif (peningkatan) kesehatannya, utamanya terkait dengan penyakit yang telah dialami.

Promosi kesehatan di rumah sakit pada prinsipnya adalah penerapan “proses belajar” kesehatan di rumah sakit. Artinya semua pengunjung rumah sakit, baik pasien maupun keluarga pasien memperoleh pengalaman atau “pembelajaran” dari rumah sakit, bukan saja melalui informasi atau nasihat-nasihat dari para petugas rumah sakit, tetapi juga dari apa yang dialami, didengar, dan dilihat di rumah sakit. Penampilan rumah sakit yang bersih, nyaman, aman, dan teduh, serta penampilan para petugas rumah sakit, terutama dokter dan perawat, yang bersih dan rapi, ramah, murah senyum, dan sebagainya, rumah sakit yang membelajarkan pasien atau keluarga pasien tentang kesehatan.

Pasien yang datang ke rumah sakit sangat bervariasi, baik dilihat dari latar belakang sosioekonominya, maupun dilihat dari tingkat keparahan penyakit dan jenis pelayanan yang diperlukan. Dari sudut tingkat penyakitnya, dibedakan menjadi pasien dengan penyakit akut, dan pasien dengan penyakit kronis. Dari jenis pelayanan yang diperlukan, dibedakan dengan adanya pasien rawat jalan yang tidak memerlukan rawat inap, dan pasien rawat inap dengan indikasi memerlukan perawatan inap. Promosi kesehatan dengan berbagai jenis sasaran pasien ini dengan sendirinya dijadikan dasar untuk menentukan metode dan strategi promosi dan penyuluhannya. Materi yang dapat diberikan kepada individu sakit adalah:

1. Pesan-pesan kesehatan yang terkait dengan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan ini mencakup perilaku hidup sehat (*healthy behavior*), antara lain:
 - a. Makan dengan menu atau susunan makanan dengan gizi seimbang.
 - b. Aktivitas fisik secara rutin, termasuk olahraga dan kegiatan-kegiatan lainnya seperti tugas dan pekerjaan sehari-hari yang mengeluarkan tenaga.
 - c. Tidak merokok atau minum minuman keras seperti alkohol.
 - d. Mengelola dan mengendalikan stres untuk memelihara kesehatan.
 - e. Istirahat cukup karena istirahat dapat mengendorkan ketegangan-ketegangan yang dialami oleh seseorang.

2. Pesan-pesan kesehatan yang terkait dengan pencegahan serangan penyakit:

Pasien yang sudah sembuh dari penyakit, bias saja terserang penyakit yang sama (kambuh). Di samping itu, apabila penyakit itu menular maka kemungkinan penyakit itu tertularkan kepada orang lain. Oleh sebab itu pesan-pesan tentang pencegahan berbagai macam penyakit perlu dikemas dalam media leaflet atau poster. Pesan-pesan tersebut sekurang-kurangnya mencakup:

- a. Gejala atau tanda-tanda penyakit.
- b. Penyebab penyakit.
- c. Cara penularan penyakit.
- d. Cara pencegahan penyakit.

3. Pesan-pesan kesehatan yang terkait dengan proses penyembuhan dan pemulihan:

Pasien yang datang ke rumah sakit, baik untuk rawat jalan atau rawat inap, tujuan akhirnya adalah agar sembuh dari sakit dan pulih kesehatannya. Masing-masing penyakit mempunyai proses penyembuhan yang berbeda-beda. Oleh sebab itu, informasi atau pesan-pesan kesehatan yang terkait dengan proses penyembuhan dan pemulihan itu adalah merupakan isi promosi kesehatan di rumah sakit.

Tes Formatif

1. Salah satu tujuan penyuluhan adalah...
2. Materi yang dapat diberikan kepada individu sakit yaitu...
3. Sasaran penyuluhan untuk tujuan promotif yaitu...

1. Tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara perilaku sehat dan lingkungan sehat, serta berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.
2. Pesan kesehatan yang terkait dengan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan ini mencakup perilaku hidup sehat, pesan kesehatan yang terkait dengan pencegahan serangan penyakit, dan pesan kesehatan yang terkait dengan proses penyembuhan dan pemulihan.
3. Individu sehat.

Daftar Pustaka

- Dimiyati. (2018). *Penyuluhan pola hidup BERSIH Dan SEHAT (PHBS) | Dimiyati | Pengabdian KEPADA MASYARAKAT*. Artikel Universitas Bandar Lampung [UBL]. <https://artikel.ubl.ac.id/index.php/PKM/article/view/1236>
- Runtuwene. (2022). *Promosi Kesehatan Di RS*. Academia.edu - Share research. https://www.academia.edu/35753214/Promosi_Kesehatan_Di_RS
- Zulaikhah. (2022). *PRINSIP PENYULUHAN KESEHATAN MASYARAKAT*. PSPK | Informasi Fakultas Kedokteran. https://pspk.fkunissula.ac.id/sites/default/files/2017_Komunikasi_PRINSIP%20PENYULUHAN%20KESEHATAN%20MASYARAKAT.pdf