

EFEKTIVITAS KOMUNIKASI ANTARPRIBADI DALAM EDUKASI MP-ASI UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU

Effectiveness of interpersonal communication in complementary feeding education to improve mothers' knowledge

Hijrah Asikin*, Lisnawati, Hendrayati, Mustamin
Program Studi Gizi dan Dietetika, Poltekkes Kemenkes Makassar

*)Korespondensi: hijrahasikin@poltekkes-mks.ac.id/ 081355318336

Article History

Submitted: 24-05-2026

Revised: 26-05-2026

Accepted: 01-06-2026

ABSTRACT

Proper complementary feeding (MP-ASI) practices remain one of the major challenges in the community, mainly due to mothers' limited knowledge regarding the appropriate age, frequency, portion size, and types of complementary foods. This study aimed to determine the effectiveness of interpersonal communication in MP-ASI education to improve mothers' knowledge. The study employed a quasi-experimental design with a pretest-posttest approach, involving two groups: an intervention group and a control group. The intervention group received education through the interpersonal communication (KAP) method, while the control group received one-way education. The research sample consisted of 66 mothers who had infants and children aged 6–24 months in the working area of UPTD Babana Health Center, Central Mamuju Regency. Data were analyzed using the t-test with a significance level of $p < 0.05$. The results showed a significant improvement in knowledge in both groups, with the intervention group increasing by 37.14% and the control group by 27.75% ($p < 0.001$). The interpersonal communication method was proven effective in improving mothers' knowledge regarding complementary feeding. Health workers are encouraged to apply this educational method optimally in community health education activities, particularly in nutrition education.

Keywords: *Complementary Feeding, Interpersonal Communication, Nutrition Education*

ABSTRAK

Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang tepat masih menjadi salah satu tantangan di masyarakat, terutama karena kurangnya pengetahuan ibu terkait usia, frekuensi, jumlah dan jenis MP-ASI yang sesuai. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui efektivitas komunikasi antarpribadi dalam edukasi MP-ASI untuk meningkatkan pengetahuan ibu. Penelitian ini menggunakan desain quasi experimental dengan pendekatan pretest-posttest dan melibatkan dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi mendapatkan edukasi dengan metode komunikasi antarpribadi (KAP), sedangkan kelompok kontrol diberikan edukasi satu arah. Sampel penelitian sebanyak 66 ibu yang memiliki bayi dan anak usia 6–24 bulan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Babana, Kabupaten Mamuju Tengah. Analisis data menggunakan uji t dengan tingkat

signifikan $p < 0,05$. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang bermakna pada kelompok intervensi sebesar 37,14% dan kelompok kontrol sebesar 27,75% ($p < 0,001$). Metode komunikasi antarpribadi terbukti efektif meningkatkan pengetahuan ibu terkait MP-ASI. Tenaga kesehatan diharapkan dapat menerapkan metode edukasi ini dengan optimal dalam setiap kegiatan edukasi kesehatan dimasyarakat khususnya edukasi gizi.

Kata kunci: Edukasi Gizi, Komunikasi Antarpribadi, MP-ASI

PENDAHULUAN

Komunikasi antarpribadi (KAP) merupakan salah satu komunikasi yang efektif yang melibatkan interaksi langsung antara pemberi dan penerima pesan. Dalam pelaksanaan edukasi kesehatan, metode ini memberikan kesempatan terjadinya umpan balik secara langsung, hal ini memungkinkan materi yang di sampaikan sesuai dengan kebutuhan serta kondisi penerima pesan (Annisa *et al.*, 2023).

Salah satu masalah di Indonesia yaitu rendahnya pengetahuan ibu terkait pemberian MP-ASI yang sesuai anjuran. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI, 2023) menunjukkan hanya 42% bayi di Indonesia menerima MP-ASI tepat waktu pada usia 6 bulan. Keragaman MP-ASI yang dikonsumsi hanya 47,3% untuk bayi usia 6–11 bulan dan 67% anak usia 12–23. Berdasarkan frekuensi pemberian MP-ASI hanya 60% anak di Indonesia yang menerima MP-ASI dengan frekuensi yang sesuai. Kurangnya edukasi menjadi salah satu penyebab rendahnya praktik pemberian MP-ASI yang sesuai. Penelitian yang dilakukan Wangiyana *et al.* (2021) terkait MP-ASI menemukan hubungan yang signifikan antara frekuensi MP-ASI dan jumlah MP-ASI yang diberikan dengan adanya kejadian balita *stunting*. Pengetahuan ibu merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi praktik pemberian makan anak dan status gizinya. Penelitian Roficha *et al.* (2018) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan status gizi balita usia 6–24 bulan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan ibu terkait gizi dan pemberian makan anak, maka semakin

besar peluang anak memperoleh status gizi baik. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan ibu mengenai MP-ASI menjadi salah satu upaya penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal. Upaya peningkatan pengetahuan ibu dapat dilakukan melalui edukasi gizi yang tepat. Penelitian Rezky *et al.* (2021) menemukan bahwa edukasi gizi melalui media video berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan responden. Hasil tersebut menunjukkan bahwa penyampaian edukasi yang sesuai dapat meningkatkan pemahaman sasaran terhadap materi yang diberikan. Oleh karena itu, pemilihan metode edukasi menjadi salah satu faktor penting dalam keberhasilan peningkatan pengetahuan ibu terkait MP-ASI.

Keberhasilan edukasi kesehatan sangat bergantung pada kemampuan tenaga kesehatan dalam melakukan komunikasi antarpribadi. Komunikasi yang baik membantu membangun kepercayaan antara petugas dan masyarakat, menciptakan suasana nyaman, serta mendorong partisipasi aktif penerima pesan. Melalui pendekatan antarpribadi, tenaga kesehatan selain berperan sebagai penyampai informasi, tetapi juga sebagai pendengar, motivator, dan pendamping bagi masyarakat dalam menerapkan perilaku sehat (WHO, 2020). Studi Breen *et al.* (2020) menemukan efektivitas pendekatan berbasis kelompok diskusi kecil dapat meningkatkan keterlibatan ibu dalam memahami dan mengaplikasikan informasi yang mereka terima.

METODE

Desain, tempat dan waktu

Penelitian ini menggunakan desain quasi experimental dengan pendekatan pretest-posttest. Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Babana Kabupaten Mamuju Tengah pada bulan Juni-Juli 2025.

Jumlah dan cara pengambilan subjek

Pengambilan subjek penelitian ditentukan menggunakan rumus *slovin* dan berdasarkan kriteria tertentu yaitu ibu yang memiliki bayi dan anak usia 6-24 bulan, bersedia menjadi responden, dan hadir pada saat kegiatan edukasi. Jumlah subjek yang diperoleh sebanyak 66 ibu yang dibagi menjadi 2 kelompok, Kelompok intervensi diberikan edukasi MP-ASI menggunakan metode komunikasi antarpribadi (KAP), kelompok kontrol diberikan edukasi satu arah.

Jenis dan cara pengumpulan data

Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner pengetahuan dan dianalisis dengan uji t (paired dan independent) dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

Pengolahan dan analisis data

Analisis data menggunakan analisis bivariat dengan menggunakan uji t untuk melihat perbedaan antara dua kelompok. Untuk membandingkan nilai pre test dan posttest dalam masing-masing kelompok digunakan uji paired test, dan untuk membandingkan hasil post test antara dua kelompok digunakan uji independent test. Data pengetahuan dikumpulkan menggunakan kuesioner dan setiap jawaban benar diberi skor 1, dan jawaban yang salah diberikan nilai 0.

HASIL

Mayoritas responden berusia 26-30 tahun (28,6%), dengan tingkat pendidikan umumnya SMA pada kelompok intervensi (48,6%) dan SD pada kelompok kontrol (42%). Berdasarkan tabel 03 terlihat adanya peningkatan yang signifikan sesudah diberikan edukasi pada kelompok intervensi sebesar 37,14%, sedangkan kelompok kontrol sebesar 27,75%. Berdasarkan tabel 04, rerata skor pengetahuan ibu setelah diberikan edukasi dengan metode komunikasi antarpribadi (kelompok intervensi) sebesar 94,00 sedangkan

rerata skor pengetahuan pada kelompok ceramah satu arah (kelompok kontrol) sebesar 65,81. Hasil analisis menunjukkan nilai $p < 0,001$ yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara kedua kelompok setelah diberikan edukasi. Hasil ini menunjukkan bahwa metode komunikasi antarpribadi memberikan pengaruh yang lebih besar terhadap peningkatan pengetahuan dibanding metode satu arah.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah diberikan edukasi. Kelompok intervensi menunjukkan peningkatan rata-rata pengetahuan sebesar 37,14%, dan kelompok kontrol sebesar 27,75%. Hasil uji independent t-test menunjukkan perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok ($p < 0,001$).

Komunikasi antarpribadi tidak hanya meningkatkan pengetahuan ibu tetapi juga membangun ikatan emosional selama proses edukasi. Dalam komunikasi antarpribadi, ibu diberikan kesempatan untuk menyampaikan pengalaman, kesulitan maupun kekhawatiran terkait pemberian MP-ASI. Kondisi ini menciptakan hubungan yang lebih dekat antara tenaga kesehatan dan ibu sehingga pesan lebih mudah diterima. Penelitian ini sejalan dengan studi Breen *et al.* (2020) yang menemukan bahwa pendekatan berbasis diskusi kelompok kecil mampu meningkatkan keterlibatan ibu dalam memahami serta menerapkan informasi kesehatan yang diterima.

Metode komunikasi antarpribadi menciptakan suasana belajar interaktif yang memungkinkan responden untuk bertanya dan berdiskusi secara langsung. Hasil ini sejalan dengan penelitian Annisa *et al.* (2023) yang menemukan bahwa komunikasi antarpribadi efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu terkait praktik pemberian MP-ASI. Penelitian lain Effendi *et al.* (2022) juga menemukan bahwa komunikasi antarpribadi pada kelas ibu hamil mampu meningkatkan pemahaman dan partisipasi aktif peserta dalam kegiatan edukasi kesehatan.

Namun, perbedaan tingkat pendidikan antara kelompok kontrol dan intervensi menjadi salah satu keterbatasan penelitian ini, perbedaan tingkat pendidikan kelompok intervensi dan kelompok kontrol dapat mempengaruhi kemampuan responden dalam menerima dan mencari informasi kesehatan secara mandiri. Ibu dengan tingkat pendidikan SMA yang lebih dominan pada kelompok intervensi kemungkinan telah memiliki paparan informasi sebelumnya melalui media sosial maupun layanan kesehatan. Dalam kondisi tersebut metode komunikasi antarpribadi berfungsi sebagai penguatan terhadap informasi yang telah dimiliki. Pada kelompok kontrol yang didominasi pendidikan SD, metode komunikasi satu arah kemungkinan belum cukup membantu responden memahami materi secara mendalam karena adanya hambatan dalam proses penerimaan informasi kesehatan.

Selain sebagai salah satu media penyampaian informasi, komunikasi antarpribadi juga memberikan dukungan psikologis kepada ibu selama proses edukasi. Berdasarkan WHO (2020) tenaga kesehatan dalam komunikasi antarpribadi tidak hanya berperan sebagai pemberi informasi tetapi juga sebagai pendengar dan motivator. dalam sesi edukasi ibu dapat mengklarifikasi berbagai mitos maupun kendala terkait pemberian MP-ASI, seperti ketakutan anak mengalami masalah pencernaan, penolakan makan atau kebingungan dalam menentukan tekstur yang sesuai dengan usia anak. Kondisi ini sulit di dapatkan dalam metode ceramah satu arah karena interaksi yang terjadi lebih terbatas.

Oleh karena itu, komunikasi dinilai lebih efektif dalam membantu ibu memahami serta menerapkan praktik pemberian MP-ASI yang tepat. Tenaga kesehatan disarankan untuk menyesuaikan strategi edukasi agar dapat menjangkau seluruh lapisan masyarakat secara efektif. Meski demikian, penelitian ini tetap memberikan kontribusi penting sebagai salah satu metode edukasi yang efektif karena mampu menciptakan interaksi dua arah dan

meningkatkan kepercayaan diri ibu, khususnya bagi mereka dengan akses informasi terbatas.

KESIMPULAN

Metode komunikasi antarpribadi (KAP) terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai MP-ASI. Peningkatan pengetahuan lebih tinggi terjadi pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol.

SARAN

Tenaga kesehatan disarankan untuk mengoptimalkan penggunaan metode ini dalam kegiatan edukasi gizi, serta meningkatkan keterampilan komunikasi antarpribadi melalui pelatihan rutin.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kepada seluruh responden, khususnya ibu-ibu peserta edukasi MP-ASI, atas kesediaan dan kerja samanya. Penulis juga berterima kasih kepada UPTD Puskesmas Babana atas bantuan dan dukungan selama proses penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, L., Ismail, D., & Sulistyarningsih. 2023. The mother's knowledge in feeding practices to prevent stunting: Scoping review. In *Proceedings of the 6th International Conference of Health Polytechnic Surabaya (ICoHPS 2023)*. Atlantis Press. https://doi.org/10.2991/978-94-6463-324-5_50
- Baum, D. R. 2020 *Global education monitoring report fellowship non-state actors in early childhood education: Implications for education*. UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/>
- Effendi, R., Renovaldi, D., Nabila, A. N., Surjoseto, R., Basalamah, F., Qanita, L., & Nareswari, L. E. 2022 Pemberdayaan perempuan melalui komunikasi interpersonal dan kelompok pada kelas ibu hamil di Puskesmas Kecamatan Johar Baru Jakarta Pusat. *Prosiding*

Seminar Nasional LPPM UMJ, Universitas Muhammadiyah Jakarta <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>

Hositanisita, H., Mardhiyah, F. A., Purnamasari, S. D., & Kurniasari, Y., 2023. Higher maternal education and non-working mother as a strong determinant of higher maternal level of knowledge on iron supplementation in Bantul District, Yogyakarta, Indonesia. *Journal of Global Nutrition*, 3(2), 278–286.

<https://doi.org/10.53823/jgn.v3i2.69>

Kemendes Kesehatan Republik Indonesia, 2023. *Survei Kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Picauly, I., & Djita, H. H. 2021. Hubungan pola pemberian ASI eksklusif dan asupan gizi MP-ASI dengan status gizi anak baduta. *Jurnal Pangan Gizi dan Kesehatan*, 10(1), 16–28. <https://ejournal.undana.ac.id/index.php/JPGK/article/view/3015>

Rahmi, S. 2021. *Komunikasi antarpribadi dan hubungannya dalam konseling*. Universitas Borneo Tarakan

Roficha, H.N., Suaib, F. and Hendrayati, 2018. Pengaruh pengetahuan gizi ibu dan

sosial ekonomi keluarga terhadap status gizi balita umur 6–24 bulan di wilayah kerja Puskesmas Tamalanrea Jaya. *Media Gizi Pangan*, 25(1), pp.39–46. <https://doi.org/10.32382/mgp.v25i1.58>

Rezky, F., Adam, A., Nursalim and Rauf, S., 2021. Pengaruh edukasi gizi melalui video terhadap pengetahuan dan sikap mahasiswi jurusan kebidanan tentang stunting. *Media Gizi Pangan*, 28(1), pp.84–92.

Safitria, H., & Mulyaningsih, M. 2023. Gambaran pengetahuan ibu dengan pemberian MP-ASI. *Jurnal Keperawatan Duta Medika*, 3(1), 6–12. <https://ejournal.akperdutamedika.ac.id>

Wangiyana, N. K. A. S., Karuniawaty, T. P., John, R. E., Qurani, R. M., Teng kawan, J., Septisari, A. A., & Ihyauddin, Z. 2021. Praktik pemberian MP-ASI terhadap risiko stunting pada anak usia 6–12 bulan di Lombok Tengah. *Jurnal Gizi dan Makanan*, 43(2), 81–88. <https://doi.org/10.22435/pgm.v43i2.4118>

World Health Organization, 2020. Prinsip-prinsip pemberian makan pendamping ASI untuk anak usia 6–24 bulan. Jenewa: World Health Organization.

LAMPIRAN

Tabel 01.

Distribusi Kelompok Berdasarkan Usia Ibu.

USIA	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	n	%	n	%
16-25	9	25,7	8	25,8
26-30	10	28,6	9	29
31-35	9	25,8	10	32,2
36-40	7	20	4	13
TOTAL	35	100,0	31	100,0

Tabel 02.

Distribusi Kelompok Berdasarkan Pendidikan Ibu

Pendidikan	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	n	%	n	%
SD	10	28,5	13	42
SMP	8	22,9	9	29
SMA	17	48,6	9	29

Total	35	100,0	31	100,0
--------------	-----------	--------------	-----------	--------------

Tabel 03.

Rerata skor Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi.

Kelompok	n	Sebelum	Sesudah	Min-max
		Mean	Mean	
Intervensi	35	56,86	94,00	40-100
Kontrol	31	38,06	65,81	30-80

Tabel 04.

Rerata Skor Pengetahuan Sesudah Edukasi Dengan Metode KAP dan Satu Arah.

Kelompok	n	Mean	Std daviation	<i>p-value</i>
Intervensi	35	94,00	4,971	<0,001
Kontrol	31	65,81	6,204	