

## PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG NUTRISI IBU NIFAS MENGUNAKAN MEDIA APLIKASI "SINNIA" DI RUMAH SAKIT AURA SYIFA KEDIRI

Rahajeng Siti Nur Rahmawati<sup>1</sup>, Suwoyo<sup>2</sup>,  
Sinnia Fauziah Putri<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> POLTEKKES KEMENKES MALANG PRODI SARJANA TERAPAN  
KEBIDANAN KEDIRI, JL.WACHID HASYIM 64B KEDIRI  
e-mail : [rahajengsnr81@gmail.com](mailto:rahajengsnr81@gmail.com)

DOI : <https://doi.org/10.35451/jkk.v2i1.239>

### Abstract

*The Lack of knowledge of mothers about the nutrition of childbirth mothers, causing the existence of understanding tarak. Smartphones equipped with the application "SINNIA" as a media for health promotion are expected to be able to facilitate postpartum mothers to more easily receive and understand information about the nutrition of postpartum mothers. The purpose of this study was to determine the effect of health education using the application media "SINNIA" on the knowledge of postpartum mothers at Aura Syifa Hospital 'Kediri. This research is a experimental study with the Pretest-Posttest One Group type. The sampling technique used is non probability random sampling. The sample in this study was 20 mothers who matched the inclusion and exclusion criteria carried out in April 2019. Thus it can be concluded that there was the effect of health education using the application media "SINNIA" on nutrition knowledge for postpartum mothers at Aura Syifa Hospital 'Kediri. To further researchers who are interested in replicating this study, it is recommended that the experimental design be improved by adding control groups, improving the implementation of the intervention procedure, and improving the research instrument by adding items and adding alternative answers to 5. Health workers are advised to use the application "SINNIA" as an alternative way to facilitate the delivery of health information.*

**Keywords:** Knowledge About Nutrition, Postpartum Mothers, Application Media "SINNIA"

### 1. PENDAHULUAN

Masa nifas adalah dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti semula atau pada keadaan sebelum hamil. Masa nifas dimulai sejak 2 jam setelah lahirnya plasenta sampai dengan 6 minggu (42 hari) setelah itu (Dewi & Sunarsih, 2014). Kebutuhan ibu nifas yang harus di penuhi salah

satunya adalah nutrisi yang seimbang dan lengkap, kualitas dan jumlah makanan ibu sangat berpengaruh pada jumlah ASI yang dihasilkan. Menu makanan yang wajib dikonsumsi adalah porsi tidak berlebihan dan teratur, dan berfungsi untuk mempercepat pemulihan kekuatan dan kesehatan, meningkatkan produksi asi, mencegah terjadinya infeksi, dan mencegah konstipasi (Bahiyatun, 2009).

Pada saat ini banyak yang terjadi di kalangan ibu yaitu, 53 % ibu nifas masih mempercayai budaya tarak atau pantangan mengkonsumsi makanan tertentu yang dikarenakan pengaruh dari budaya terdahulu dari orang tua yang meyakini dapat menimbulkan sesuatu yang dapat merugikan, padahal mereka masih harus memberikan ASI pada anaknya. Hal ini menyebabkan mereka ingin tarak makanan, mereka tidak sadar bahwa tindakanya dapat mempengaruhi pertumbuhan bayinya (Saidah, N. 2011).

Berdasarkan data SDKI, angka kematian ibu pada tahun 2007 sebesar 228 per 100,000 kelahiran hidup, jumlah tersebut mengalami peningkatan pada tahun 2012 menjadi 359 per 100.000 kelahiran hidup (BKKBN, 2013).

AKI Provinsi Jawa Timur tahun pada tahun 2010 sebesar 104,97 per 100.000 kelahiran hidup dan mengalami peningkatan pada tahun 2011 sebesar 116,01 per 100.000 kelahiran hidup. Kasus kematian ibu di Jawa Timur tahun 2010 dapat terjadi karena komplikasi pada masa kehamilan, persalinan dan nifas, masalah gizi merupakan salah satu penyebab kematian maternal. Komplikasi yang sering terjadi pada masa nifas adalah perdarahan 17%, infeksi 14%, eklamsi 37% dan lain – lain 32%. Masalah infeksi pada masa nifas tersebut 25-55% disebabkan oleh infeksi jalan lahir. Infeksi ini terjadi karena masih banyaknya ibu-ibu yang tidak makan-makanan yang bergizi, 2 kasus tertinggi masalah gizi pada masa nifas antara lain anemia gizi besi 24,02%, kurang energi kronik 13,91% (Yulizawati, 2013).

Berdasarkan data Di Inggris dan Kanada dari jumlah penduduk 227,65 juta jiwa tahun 2008 dengan luas wilayah 9.970.610 km persegi ditemukan 5-15% angka kejadian ibu post partum dengan luka jahitan

perineum pantang terhadap makanan. Di Indonesia tahun 2006 angka kejadian pantang terhadap makanan 35 – 45% (Nurwahyuni, 2010).

Pada tahun 2009 di Indonesia dengan total ibu nifas 5.067.000 orang dan 89% (4.509.630 orang) dari total ibu nifas yang mempunyai kebiasaan pantang makanan pada masa nifas seperti tidak boleh makan ikan laut, telur, makan sayur, dan makan-makanan yang pedas (Dinkes, 2010). Di Jawa Timur angka pantang makanan pada masa nifas mencapai 1.983.214 (80%) dari jumlah ibu nifas yang ada pada tahun 2009 dan penyebabnya adalah pengetahuan yang kurang 26,5 %, budaya atau anjuran dalam keluarga 37,6 %, status ekonomi sebanyak 25,4%, dan paritas 10,5 % (Depkes, 2010).

Hasil studi pendahuluan di Rumah Sakit Aura Syifa Kediri pada tanggal 27-28 November 2018 secara wawancara didapatkan kesimpulan bahwa terdapat 8 dari 10 ibu *post partum* yang belum mengerti tentang nutrisi yang baik untuk ibu nifas. Sedangkan hasil studi pendahuluan di Rumah Sakit RSUD Gambiran pada tanggal 30 Desember- 1 Januari 2018 secara wawancara didapatkan kesimpulan bahwa terdapat 4 dari 10 ibu *post partum* yang belum mengerti tentang nutrisi yang baik untuk ibu nifas. Edukasi gizi seimbang sudah dilakukan oleh tenaga kesehatan kepada ibu nifas, tapi sayangnya, pendidikan kesehatan yang diberikan sepertinya belum maksimal, dengan masih banyak ibu nifas yang masih melakukan pantang tarak. Penyuluhan dengan cara ceramah langsung ibu menyebabkan pesan kesehatan mudah dilupakan dan tidak dipahami dengan baik. Untuk itu diperlukan inovasi dalam memberikan pendidikan kesehatan.

Berdasarkan studi pendahuluan di Rumah Sakit Aura Syifa Kediri pada tanggal 27-28 November 2018 dan

RSUD Gambiran pada tanggal 30 Desember- 1 Januari 2018 pada 10 ibu nifas secara wawancara didapatkan data sebagai berikut :

Edukasi gizi seimbang sudah dilakukan oleh tenaga kesehatan kepada ibu nifas, tapi sayangnya, pendidikan kesehatan yang diberikan maksimal, dengan masih banyak ibu nifas yang masih melakukan paham tarak. Untuk itu diperlukan inovasi dalam memberikan pendidikan kesehatan.

Media dalam pendidikan kesehatan dapat beraneka ragam. Dewasa ini, penggunaan teknologi informasi sedang gencar di giatkan. Teknologi informasi (TI) telah mengubah paradigma kehidupan manusia, hampir semua aspek kehidupan aktivitas manusia di pengaruhi oleh peran serta TI untuk mendukung kehidupan (Daryanto, 2013). Aplikasi Mobile dapat digunakan sebagai suatu inovasi pendidikan kesehatan.

Sehingga disini peneliti berinisiatif untuk membuat aplikasi teknologi tepat guna yaitu Aplikasi Nutrisi Ibu Nifas atau bisa di singkat dengan aplikasi "SINNIA" untuk memberikan alternatif bagi ibu dalam mempelajari tentang nutrisi ibu nifas. Aplikasi ini adalah aplikasi yang berisi tentang materi kecukupan nutrisi pada ibu nifas, aplikasi ini memudahkan ibu untuk mempelajari masalah nutrisi ibu nifas, banyak ibu yang beralasan bila dijelaskan secara langsung ibu mudah lupa dan tidak memahami dengan baik aplikasi "SINNIA" (Nutrisi Ibu Nifas) adalah metode baru dalam KIE pada ibu yang lebih memudahkan.

Media lain juga dapat digunakan sebagai alat dalam memberikan pendidikan kesehatan, diantaranya leaflet adalah selebaran kertas yang berisi tulisan yang dicetak terang sesuai dengan masalah khusus untuk suatu sasaran dengan tujuan tertentu.

Berdasarkan fenomena yang terjadi pada penjelasan diatas peneliti

tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Peningkatan Pengetahuan Tentang Nutrisi Ibu Nifas Menggunakan Media Aplikasi "SINNIA" Di Rumah Sakit Aura Syifa' Kediri".

## 2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian *preeksperimen* dengan tipe *One Group Pretest-Posttest*. Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Aura Syifa' Kediri pada tanggal 18-28 April 2019.

Populasi dalam penelitian ini sebanyak 21 ibu nifas. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *non-probability sampling (purposive sampling)* sehingga jumlah sampel sebanyak 20 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi penelitian 1) Ibu *postpartum* normal di RS yang bersedia dijadikan responden penelitian, 2) Ibu nifas dengan kondisi yang stabil dan kooperatif, 3) Ibu nifas dengan persalinan pertama, 4) Ibu nifas yang mampu membaca dan menulis serta mempunyai *Smartphone*, 5) Ibu nifas normal primipara hari pertama setelah 6 jam fase *taking in* dilakukan perawatan di ruang nifas Rumah Sakit Aura syifa kediri pada saat penelitian, 6) Ibu nifas yang belum pernah mendapatkan penyuluhan atau KIE tentang Nutrisi ibu nifas

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dan Aplikasi "SINNIA". Kuesioner yang digunakan telah dilakukan uji validitas dan realibilitas yang terdiri dari 20 pertanyaan. Prosedur pengambilan data dilakukan dengan mendapatkan izin dari Ketua Program Studi Kebidanan Kediri, mengajukan izin ke rumah sakit, melakukan studi pendahuluan, menentukan responden ibu nifas sesuai kriteria inklusi dan eksklusi, memberikan penjelasan sebelum penelitian dan *informed consent*, penilaian *pretest*,

pemberian Aplikasi "SINNIA" dan melakukan *posttest*. Metode pengolahan data dengan cara *editing, coding, tabulating, processing* dan *cleaning*.

## 2. HASIL

Hasil penelitian mengungkap tentang karakteristik responden berdasarkan usia, tingkat pendidikan dan jenis profesi atau pekerjaan adalah sebagaimana disajikan Tabel 1 berikut

**Tabel 1. Distribusi usia, pekerjaan dan pendidikan Responden**

KATEGORI	f	%
Umur:		
≤ 20 tahun	1	5
21-34 tahun	18	90
≥ 35 tahun	1	5
Jumlah	20	100
Pekerjaan :		
Wiraswasta	1	5
Swasta	1	5
IRT	18	90
Jumlah	20	100
Pendidikan :		
SD	0	0
SMP/MTS	6	30
SMA/MA	13	65
Perguruan Tinggi	1	5
JUMLAH	20	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki rentang usia 21-34 tahun, jenis profesi sebagai ibu rumah tangga dan tingkat pendidikan menengah atas.

Analisis deskriptif data *pre test* menunjukkan bahwa skor minimum (terendah) yang berhasil dicapai responden sebesar 3, skor maksimum sebesar 11, range atau jangkauan sebesar 8, nilai mean sebesar 7,2; nilai median sebesar 7, nilai modus (skor yang paling banyak didapatkan responden) adalah 7, nilai standar deviasi sebesar 1,936.

Selanjutnya, data *pre test* disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi

kategori skor *pre test* pengetahuan nutrisi ibu nifas sebagaimana Tabel 2 berikut :

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kategori Skor Pre Test**

KATEGORI	f	%
Baik	0	0
Cukup	15	75
Kurang	5	25.00
Total	20	100.00

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki skor *pre test* pengetahuan nutrisi ibu nifas pada tingkat cukup/sedang.

Analisis deskriptif data *post test* menunjukkan bahwa skor minimum (terendah) yang berhasil dicapai responden sebesar 8, skor maksimum sebesar 20, range atau jangkauan sebesar 12, nilai mean sebesar 16,85; nilai median sebesar 17,5; nilai modus (skor yang paling banyak didapatkan responden) adalah 20, nilai standar deviasi sebesar 3,014.

Selanjutnya, data *post test* disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi kategori skor *post test* pengetahuan nutrisi ibu nifas sebagaimana Tabel 3 berikut

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kategori Skor Post Test**

KATEGORI	f	%
Baik	18	87.5
Cukup	2	12.5
Kurang	0	0.00
Total	20	100.00

Tabel 3 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki skor *post test* pengetahuan nutrisi ibu nifas pada tingkat baik/tinggi.

Hasil analisis inferensial menunjukkan bahwa skor *post test* (mean ranking skor *post test* = 30,175) lebih baik dari *pre test* (mean ranking skor *pre test* = 10,825). Semakin tinggi mean ranking, maka semakin baik

karena penentuan rangking dilakukan dengan ketentuan bahwa skor tertinggi diberikan rangking tertinggi.

### 3. PEMBAHASAN

#### A. *Pre Test* Pengetahuan Nutrisi Ibu Nifas

Penelitian menyimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki skor *pre test* pengetahuan pada tingkatan cukup/sedang, dan hanya sedikit yang memiliki pengetahuan pada tingkatan kurang/rendah.

Pengetahuan awal ini bisa dikaitkan dengan tingkatan pendidikan, usia, dan status pekerjaannya. Puspitaningsih (2017) menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu nifas tentang pemenuhan kebutuhan nutrisi ibu meliputi; 1) Umur; 2) pendidikan; 3) Paritas; 4) pekerjaan; 5) Ekonomi.

Yb Matra (dalam Notoatmodjo, 2003) menjelaskan bahwa pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang termasuk juga perilaku seseorang untuk sikap berperan serta dalam pembangunan (Nursalam, 2003) pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi (Wawan, 2011).

Umur dapat mempengaruhi seseorang, semakin cukup tingkat pengetahuan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan menerima informasi dari segi kepercayaan masyarakat, seseorang yang lebih dewasa akan lebih dipercaya dari orang yang belum cukup tinggi kedewasaannya. Hal ini sebagai akibat dari pengalaman dan kematangan jiwanya. Semakin tua semakin bijaksana, semakin banyak informasi yang dijumpai dan semakin banyak hal yang dikerjakan sehingga menambah pengetahuannya. Tidak dapat mengajarkan kepandaian baru kepada

orang yang sudah tua karena mengalami kemunduran baik fisik maupun mental. Dapat diperkirakan bahwa IQ akan menurun sejalan dengan bertambahnya usia, khususnya pada beberapa kemampuan yang lain seperti misalnya kosakata dan pengetahuan umum. Beberapa teori berpendapat ternyata IQ seseorang akan menurun cukup cepat sejalan dengan bertambahnya usia (Wawan dan Dewi, 2010).

Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi (Wawan dan Dewi, 2010).

#### B. *Post Test* Pengetahuan Nutrisi Ibu Nifas

Hasil penelitian menunjukkan hampir seluruh responden memiliki pengetahuan tentang nutrisi ibu nifas pada tingkat baik/tinggi. Hanya sebagian kecil responden yang memiliki pengetahuan tentang nutrisi ibu nifas pada tingkat cukup/sedang.

Kesimpulan tersebut menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan aplikasi "SINNIA" telah berhasil menjadi salah satu cara untuk menyampaikan pesan informasi edukasi kesehatan mengenai nutrisi ibu nifas. Keberhasilan ini dapat diuraikan berdasarkan beberapa komponen pelaksanaannya edukasi, antara lain: 1) model komunikasi yang memudahkan penyampaian dan penerimaan pesan, 2) kesesuaian dan kebutuhan responden dengan tema dan isi pesan, 3) kemampuan dan kesiediaan responden untuk menerima pesan, 4) kemampuan



dan kredibilitas peneliti sebagai pembawa pesan, dan 5) kesesuaian tempat pelaksanaan edukasi dengan isi tema pesan.

Pertama, model komunikasi penyampaian pendidikan kesehatan dalam penelitian ini menggunakan komunikasi tatap muka langsung 2 orang, yaitu antar komunikator (peneliti sebagai narasumber) dan komunikan (ibu nifas sebagai peserta). Model komunikasi dengan cara ini memudahkan penyampaian pesan dapat diterima secara efektif oleh penerima pesan.

Effendi (2002) menjelaskan bahwa komunikasi intrpersonal merupakan komunikasi timba balik antara pengirim dan penerima. Komunikasi interpersonal mencakup persuasi. Komunikasi interpersonal berperan untuk saling mengubah dan mengembangkan. Melalui interaksi dalam komunikasi, pihak-pihak yang terlibat dalam komunikasi dapat saling memberi inspirasi, semangat, dan dorongan untuk mengubah pemikir, perasaan dan sikap yang sesuai dengan topik yang sedang dibahas bersama.

Kedua, keberhasilan pelaksanaan edukasi kesehatan ini dikarenakan ada kesesuaian dan kebutuhan responden dengan tema dan isi pesan. Responden penelitian ini adalah ibu nifas yang pastinya sedang memerlukan pengetahuan dan layanan kesehatan yang terkait pada materi pendidikan kesehatan, salah satunya adalah pengetahuan tentang nutrisi ibu nifas yang bermanfaat untuk bagi pemulihan tubuh pasca melahirkan.

Ketiga, kemampuan dan kesediaan responden untuk menerima pesan berpengaruh pada keberhasilan pendidikan kesehatan tentang nutrisi ibu nifas menggunakan aplikasi "SINNIA". Adanya kemampuan responden untuk mengikuti proses pelaksanaan pendidikan kesehatan ditunjukkan dari adanya kemampuan

responden dalam memahami bahasa pengantar yang digunakan dalam pelaksanaan pendidikan kesehatan, yaitu bahasa Indonesia. Jika dilihat tingkat pendidikannya, (mayoritas menengah atas) maka dapat dipastikan responden menguasai bahasa Indonesia secara lisan maupun tulisan. Jika dilihat dari usia, maka dapat dipastikan bahwa responden telah memiliki kemampuan untuk melakukan pemrosesan informasi dalam sistem kognisi dan memorinya. Adanya kemampuan ini ditunjang oleh adanya kesediaan responden dalam mengikuti proses pelaksanaan pendidikan. Hal ini ditunjukkan dari adanya kesediaan responden dalam memberikan tanda tangan persetujuan di dalam surat pernyataan kesukarelaaan atau format *informed consent* untuk mengikuti pendidikan kesehatan sesuai prosedur yang ditetapkan oleh peneliti.

Keempat, adanya kemampuan dan kredibilitas peneliti sebagai pembawa pesan juga memberikan andil terhadap keberhasilan penyampaian dan penerimaan pesan Pembawa pesan. Hal ini dipersepsi atau dipahami oleh responden sebagai personal yang dapat dipercayai (memiliki kredibilitas) sebagai pembawa dan penyampai pesan yang benar tentang nutrisi bagi ibu nifas.

Kelima, kesesuaian tempat pelaksanaan edukasi dengan isi tema pesan juga memberikan sumbangan terhadap keberhasilan edukasi untuk penyampaian pesan kepada responden. Rumah Sakit tersebut telah dipercaya oleh penerima pesan sebagai lembaga pelayanan kesehatan dengan bukti adanya keputusan penerima pesan untuk memilih Rumah Sakit tersebut sebagai lembaga pelayanan bagi dirinya. Selain itu, pelaksanaan edukasi di tempat tersebut telah melalui serangkaian perijinan kepada pimpinan tentunya memberikan kesan bahwa

pelaksanaan edukasi telah dipersiapkan secara matang dan serius. Hal ini menambah kepercayaan responden sehingga bersedia mengikuti semua prosedur yang ditetapkan peneliti dalam menjalani peran sebagai penerima pesan.

### **C.Peningkatan pengetahuan tentang nutrisi ibu nifas menggunakan media aplikasi "SINNIA"**

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan aplikasi "SINNIA" berpengaruh terhadap pengetahuan nutrisi pada ibu nifas di Rumah Sakit Aura Syifa Kabupaten Kediri. Kesimpulan ini menunjukkan bahwa aplikasi berbasis android seperti halnya aplikasi "SINNIA" dapat berfungsi sebagai media yang memudahkan penyampaian dan penerimaan pesan edukasi. Kesimpulan ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya dan sesuai dengan kajian beberapa teori yang menyatakan bahwa aplikasi berbasis android sangat bermanfaat dalam pelaksanaan edukasi kesehatan.

Hasil penelitian ini memperkuat penelitian terdahulu yang membuktikan tentang efektifitas penggunaan media aplikasi berbasis android dalam program komunikasi informasi dan edukasi (KIE) kesehatan. Terdapat peningkatan pengetahuan ibu dan keterampilan anak tentang cara menyikat gigi sebelum dengan sesudah penggunaan aplikasi SEHATI (Safitri *dkk*, 2018). Kelompok perlakuan *android* menunjukkan tingkat pengetahuan gizi yang lebih baik dibandingkan kelompok perlakuan *website* pada siswa sekolah dasar (Perdana, Madanijah, & Ekayanti, 2017). Media aplikasi android "Ayah ASI" efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan peran suami dalam pemberian ASI Eksklusif (*Breastfeeding Father*) di wilayah kerja Puskesmas

Pegandan Kota Semarang (Budianto, 2016). Terdapat perbedaan pengetahuan secara signifikan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi *SMS gateway* pada ibu hamil di Kecamatan Gunung Pati Kota Semarang (Elliana & Kurniawati, 2015).

Beberapa penelitian terdahulu menyimpulkan efektifitas media *aplikasi* berbasis android untuk meningkatkan pengetahuan responden. *Aplikasi WhatsApp* dapat dijadikan media edukasi efektif sebagai program edukasi tentang diabetes tipe 2. Secara khusus intervensi pengiriman pesan bergambar memiliki signifikansi lebih tinggi dibandingkan dengan intervensi melalui pengiriman pesan teks (Ekadinata & Widyandana, 2017). Metode promosi kesehatan melalui Kuis Interaktif yang dapat dioperasikan pada perangkat *mobile phone* dengan sistem operasi Android yang diberi nama "AKUSEHAT" bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan motivasi siswa maupun masyarakat umum untuk berperilaku sehat dengan suasana yang menyenangkan (Sutriyanto, 2017).

Secara teoritik, edukasi yang memanfaatkan aplikasi berbasis android (*smart phone*) dapat mempermudah subyek sasaran untuk menangkap dan memahami pesan yang disampaikan. Android merupakan salah satu sistem operasi *smartphone* yang terbaik dan paling banyak dipergunakan di seluruh dunia sebagai media pendidikan bila dibanding dengan sistem operasi *iOS*, *Blackberry*, dan *windows*, serta memberikan kemudahan untuk mengembangkan aplikasi baru (Divya & Kumar dalam safitri *et all*, 2018). Media aplikasi android dapat berperan selayaknya tutor dimana aplikasi android menyajikan informasi melalui layanan *handphone* dan sasaran diberikan kesempatan untuk berinteraksi dengan informasi tersebut (Kusumadewi, *et all* dalam Budianto,

2016:37). *Smartphone* sebagai media promosi kesehatan diharapkan mampu memfasilitasi masyarakat dalam mendapatkan informasi kesehatan (Sarwar & Soomro dalam Safitri dkk 2018).

Pelaksanaan pendidikan kesehatan dengan menggunakan media aplikasi "SINNIA" dalam penelitian ini menggunakan model komunikasi intrapersonal (komunikasi individual langsung) dan tidak dilakukan secara klasik atau kelompok. Materi yang terdapat di dalam aplikasi adalah materi tentang nutrisi yang di perlukan oleh ibu nifas dan sudah di lengkapi dengan contoh menu ibu nifas dan takaranya. Media yang digunakan juga menjadi daya tarik yang membuat ibu tidak bosan dan tidak merasa kesulitan untuk membaca. Penyampaian aplikasi ini dilakukan menggunakan alat bantu berupa *hand phone*.

Secara lebih khusus, penggunaan aplikasi "SINNIA" sebagai media pendidikan dapat memudahkan penyampaian informasi pendidikan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan responden. Daryanto (2013) menjelaskan bahwa media dalam pendidikan kesehatan dapat beraneka ragam. Dewasa ini, penggunaan teknologi informasi sedang gencar di giatkan. Teknologi informasi (TI) telah mengubah paradigma kehidupan manusia, hampir semua aspek kehidupan aktivitas manusia di pengaruhi oleh peran serta TI untuk mendukung kehidupan. Aplikasi Mobile dapat digunakan sebagai suatu inovasi pendidikan kesehatan.

Efektivitas penggunaan aplikasi "SINNIA" sebagai media pendidikan dapat dijelaskan melalui beberapa sudut pandang aplikasi "SINNIA" merupakan suatu media penyedia informasi yang mudah dioperasikan oleh responden ibu nifas. Aplikasi "SINNIA" (Nutrisi Ibu Nifas) merupakan aplikasi tentang

pengertahuan nutrisi pada ibu nifas. Aplikasi yang ditunjukan untuk ibu nifas, nama "SINNIA" adalah singkatan dari Nutrisi Ibu Nifas. Aplikasi ini merupakan aplikasi yang akan digunakan peneliti sebagai alat untuk mempermudah bidan untuk melakukan kegiatan KIE tentang nutrisi ibu nifas.

Aplikasi "SINNIA" (Nutrisi Ibu Nifas) mempermudah ibu nifas untuk mempelajari nutrisi yang harus dipenuhi ibu pada masa nifas, selain itu keuntungan yang lain yaitu, mudah digunakan, dapat diinstal pada handphone android. Aplikasi ini berbasis android yang diinstal oleh kelompok perlakuan, untuk menilai pengetahuan ibu nifas. Isi dari aplikasi "SINNIA" itu sendiri yaitu macam-macam nutrisi ibu nifas, zat-zat yang penting bagi ibu nifas, ada juga contoh menu makan ibu nifas untuk pagi, siang dan malam dalam 10 hari. Pada menu makanan itu tercantum menu makanan pada pagi, siang, malam dan sudah tercantum ukuran rumah tangga.

#### 4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah mayoritas ibu nifas sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media aplikasi "SINNIA" memiliki pengetahuan tentang nutrisi pada tingkat cukup atau sedang dan mayoritas ibu nifas sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media aplikasi "SINNIA" memiliki pengetahuan tentang nutrisi pada tingkat baik.

Saran dari penelitian ini adalah bagi peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan replikasi penelitian ini, disarankan agar memperbaiki rancangan eksperimen dengan menambahkan kelompok kontrol, memperbaiki pelaksanaan prosedur pemberian intervensi, dan memperbaiki instrument penelitian dengan cara



menambah item soal dan menambah alternatif pilihan jawaban menjadi 5.

Bagi tempat penelitian, Pendidikan kesehatan disarankan agar memanfaatkan media Aplikasi "SINNIA" sebagai salah satu cara alternatif bagi petugas kesehatan untuk mempermudah dalam penyampaian pesan pendidikan kesehatan. Petugas kesehatan akan lebih mudah membawa informasi tentang nutrisi ibu nifas dalam genggaman karena informasi tersebut telah terinstal melalui aplikasi "SINNIA" dalam *smartphone*. Penggunaan media edukasi kesehatan berupa aplikasi berbasis android seperti halnya aplikasi "SINNIA", cukup populer dan mempermudah petugas kesehatan dalam menyampaikan informasi kesehatan. Apabila sewaktu-waktu petugas kesehatan bertemu dengan ibu nifas yang sedang membutuhkan informasi tentang nutrisi, cukup dengan membuka *smartphone* dan menyampaikan pesan yang ada di dalamnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bahiyatun, S. S, (2009), *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*, Buku Kedokteran EGC, Jakarta. [https://books.google.co.id/books?id=ZkPup-5Ozy8C&pg=PR4&dq=Bahiyatun,+S.+S.+\(2009\).+Buku+Ajar+Asuhan+Kebidanan+Nifas+Normal.+Jakarta:+Buku+Kedokteran+EGC.&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwi2hLi7x6vjAhX07HMBHbMsAdgQ6AEIKTAA#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?id=ZkPup-5Ozy8C&pg=PR4&dq=Bahiyatun,+S.+S.+(2009).+Buku+Ajar+Asuhan+Kebidanan+Nifas+Normal.+Jakarta:+Buku+Kedokteran+EGC.&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwi2hLi7x6vjAhX07HMBHbMsAdgQ6AEIKTAA#v=onepage&q&f=false)
- Budianto, Fentri Heryati, (2016), *Efektivitas Media Aplikasi Android "Ayah Asi" Terhadap Peran Suami Dalam Pemberian Asi Eksklusif (Breastfeeding Father)*. Skripsi Program Studi Kesehatan Masyarakat Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu

- Keolahragaan Universitas Negeri Semarang, Semarang. <https://lib.unnes.ac.id/28127/1/6411412106.pdf>
- Ekadinata, Nopryan, & Widyandana, Doni, (2017), *Promosi Kesehatan Menggunakan Gambar Dan Teks Dalam Aplikasi Whatsapp Pada Kader Posbindu*. Berita Kedokteran Masyarakat, Vol. 33 No. 11 Tahun 2017. <https://jurnal.ugm.ac.id/bkm/article/view/26070>
- Elliana, Dewi, & Kurniawati, Titik, (2015), *Perbedaan Pengetahuan Dan Persepsi Ibu Hamil Terhadap Penerapan Model SMS Gateway*. Jurnal Kesehatan Masyarakat (Kemas) Universitas Negeri Semarang. KEMAS 10 (2) (2015) 203-209 <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kemas/article/view/3382>
- Nursalam, (2017), *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*, Salemba Medika, Jakarta. [https://books.google.co.id/books?id=62jmbdySq2cC&printsec=frontcover&dq=Nursalam.+\(2017\).+Metode+Penelitian+Ilmu+Keperawatan+Pendekatan&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwj5mtOKx6vjAhX97XMBHX-EC2AQ6AEIMTAB#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?id=62jmbdySq2cC&printsec=frontcover&dq=Nursalam.+(2017).+Metode+Penelitian+Ilmu+Keperawatan+Pendekatan&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwj5mtOKx6vjAhX97XMBHX-EC2AQ6AEIMTAB#v=onepage&q&f=false)
- Nurwahyuni, (2010), *Hubungan Antara Tarak (Pantang) terhadap Makanan pada Ibu Post Partum dengan Proses Penyembuhan Luka Jahitan Perineum di BPS ny. Purwanto Mojokerto* <http://182.253.197.100/e-journal/index.php/jikk/article/view/313>
- Perdana, Fachruddin; Madanijah, Siti, & Ekayanti, Ikeu, (2017), *Pengembangan Media Edukasi Gizi Berbasis Android Dan Website Serta Pengaruhnya Terhadap Perilaku Tentang Gizi Seimbang Siswa Sekolah Dasar*. Jurnal Gizi Pangan, Institut Pertanian Bogor November 2017, 12(3):169-178. <http://journal.ipb.ac.id/index.php/gizipangan/article/view/20352>
- Rahmawati, R. S. N, (2017), *Pengembangan Media Belajar*

*Kegawatdaruratan Maternal Atonia Uteri Berbasis E-Learning (Mobile Application).* Ilmu

*Kesehatan*(Vol.5).Retrievedfrom  
<http://www.ejurnaladhkdr.com/index.php/jik/article/view/133>

Safitri; Melinda, Heda; Noegroho, Bambang S; Husein, Farid; Marhaeni, Dewi; & Djais, Julistio T.B. 2018. *Penerapan Aplikasi Sayang Ke Buah Hati (SEHATI) Terhadap Pengetahuan Ibu Serta Dampak Pada Keterampilan Anak Tentang Cara Menyikat Gigi*. Global Medical and Health Communication. (GMHC) 2018;6(1):68–73.  
<https://ejournal.unisba.ac.id/index.php/gmhc/article/view/2757>

Sutriyanto, Kristyawan. 2017. *Promosi Kesehatan Melalui Aplikasi Kuis Interaktif Akusehat*. Prosiding Konferensi Nasional Promosi Kesehatan Ke-7 Promosi Kesehatan Dalam Pencapaian Tujuan Pembangunan Berkelanjutan.— Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.2018 Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan hatan ke-7  
<http://promkes.kemkes.go.id/download/hog/PROSIDING%20KONAS.pdf>