

Intervensi Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media Video terhadap Perubahan Asupan Zat Gizi Remaja Putri

Balanced Nutrition Counseling Intervention with Video Media on Changes in Nutrition Intake of Adolescent Girls

Icha Dian Nurcahyani*
Prodi S1 Gizi, Stikes Salewangang Maros

Abstract

Women play an important role as determinants of the quality of future generations, therefore it is important to ensure that women's nutritional status does not have problems as early as possible. The risk of chronic lack of energy (KEK) in pregnant women because the mother has experienced KEK in adolescence, one of which is caused by the intake of nutrients that are not adequate. The purpose of this study was to find out the effect of nutritional counseling interventions balanced with video media on changes in the nutritional intake of Adolescence Girls of SMPN 1 Turikale Kab. Maros. This research used experimental pre-design with one group of pre-post test design. Variable research on nutritional intake was measured before and after being given balanced nutrition counseling with video media. Data collection used online questionnaires and research subjects numbered 40 people, female gender. Statistical analysis used Kolmogorov and Paired t-test. The results showed that there was no difference in energy intake ($p=0.412$), carbohydrate intake ($p=0.052$), and protein intake ($p=0.559$) before and after balanced nutrition counseling, but there were differences in fat intake ($p=0.008$) and iron intake ($p=0.007$) before and after balanced nutrition counseling. It can be concluded that there was a significant change between fat intake and iron intake after receiving counseling.

Keywords: *adolescents, nutrition counseling, nutrient intake*

Abstrak

Wanita berperan penting sebagai penentu kualitas generasi di masa depan, oleh karenanya penting memastikan bahwa status gizi wanita tidak memiliki masalah sedini mungkin. Besar resiko terjadinya Kurang Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil dikarenakan ibu sudah mengalami KEK dimasa remaja yang salah satunya diakibatkan oleh asupan zat gizi yang tidak adekuat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh intervensi penyuluhan gizi seimbang dengan media video terhadap perubahan asupan zat gizi remaja putri SMPN 1 Turikale Kab. Maros. Penelitian ini menggunakan *design pre eksperimental* dengan rancangan *one group pre pos-test design*. Variabel penelitian asupan gizi diukur sebelum dan sesudah diberi penyuluhan gizi seimbang dengan media video. Pengumpulan data dengan menggunakan kuisioner online dan subjek penelitian berjumlah 40 orang, berjenis kelamin perempuan. Analisis statistik menggunakan uji *kolmogorov* dan *Paired t-test*. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat perbedaan asupan energi ($p=0,412$), asupan karbohidrat ($p=0,052$) dan asupan protein ($p=0,559$), sebelum dan sesudah penyuluhan gizi seimbang, namun terdapat perbedaan asupan lemak ($p=0,008$) dan asupan zat besi ($p=0,007$) sebelum dan sesudah penyuluhan gizi seimbang. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perubahan yang signifikan antara asupan lemak dan asupan zat besi setelah mendapatkan penyuluhan.

Kata Kunci: remaja, penyuluhan gizi, asupan zat gizi

*Korespondensi:

Icha Dian Nurcahyani, email: icha.nurcahyani@gmail.com



This is an open access article under the CC-BY license

PENDAHULUAN

Masa remaja dapat digambarkan sebagai masa peralihan dari masa anak-anak dengan masa dewasa dengan rentang usia antara 12-22 tahun, dimana pada masa tersebut terjadi proses pematangan baik itu pematangan fisik, maupun psikologis. Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Diananda, 2018).

Upaya penyelenggaraan kesehatan hanya berupa upaya pengobatan penyakit dan pemulihan kesehatan. Kemudian secara berangsur-angsur berkembang kearah kesatuan pada upaya pembangunan kesehatan yang menyeluruh, terpadu dan berkesinambungan yang mencakup upaya promotif (peningkatan), preventif (pencegahan), kuratif (penyembuhan) dan rehabilitatif (pemulihan) (Hidayat, 2017).

Pengetahuan gizi rendah berpeluang risiko 0,06 kali lebih daripada wanita yang memiliki pengetahuan gizi tinggi. Status gizi prakonsepsi merupakan salah faktor yang dapat memengaruhi kondisi kehamilan dan kesejahteraan bayi yang penanggulangannya akan lebih baik jika dilaksanakan pada saat sebelum hamil (Pertiwi, 2018).

Reproduksi manusia membutuhkan zat gizi yang cukup. Asupan zat gizi harus diperhatikan agar mencapai kematangan seksual. Gizi seimbang akan menentukan kesehatan organ reproduksi pula. KEK merupakan keadaan dimana remaja putri/wanita mengalami kekurangan gizi (kalori dan protein) yang berlangsung lama atau menahun. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya KEK pada remaja putri atau wanita seperti, rendahnya asupan makanan, aktivitas fisik, penyakit/infeksi, tingkat ekonomi, tingkat sosial, tingkat pendidikan (Yulizawati *et al*, 2017).

Hal-hal tersebut saling berkaitan satu sama lain. Rendahnya asupan makanan dapat disebabkan rendahnya pengetahuan dan perilaku makan seseorang. Pada usia remaja cenderung memiliki banyak aktivitas yang berpengaruh pada jumlah energi yang dibutuhkan tubuh. Sifat energik pada usia remaja menyebabkan aktivitas fisik tubuh meningkat sehingga kebutuhan energi juga akan meningkat. Pendapatan keluarga atau tersedianya uang dalam keluarga menentukan berapa banyak kebutuhan sandang, pangan, dan papan keluarga dapat dibeli atau dimiliki, hal ini juga memberikan dampak ke terpenuhinya kebutuhan gizi pada usia remaja (Silalahi *et al*, 2016)

Begitu juga dengan kaitannya dengan penyakit infeksi, penyakit infeksi dapat bertindak sebagai pemula terjadinya kurang gizi sebagai akibat menurunnya nafsu makan, adanya gangguan penyerapan dalam saluran pencernaan atau peningkatan kebutuhan zat gizi oleh adanya penyakit. Beberapa teori mengatakan bahwa semakin baik pengetahuan seseorang tentang gizi, maka semakin baik pula status gizinya (Marfuah dan Dyah Kusudaryati, 2016).

Media penyuluhan banyak jenisnya, dalam menentukan media hendaknya menyesuaikan pada karakteristik dari *audience* supaya apa yang disampaikan dapat diterima secara efektif. Media penyuluhan selain *power point* dan *flip chart* yang sering

digunakan oleh petugas kesehatan adalah *leaflet*. Menurut penelitian Syakir (2018) mengenai pengaruh media animasi terhadap pengetahuan remaja putri, menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara pengetahuan gizi remaja putri sebelum dan sesudah intervensi.

Pada penelitian ini media yang akan digunakan adalah media video untuk efektivitas penyuluhan. Hal ini didasarkan oleh penelitian sebelumnya bahwa pengetahuan manusia disalurkan ke dalam otak melalui indra pengelihatan yaitu mata sebesar 75% sampai 87%. Sedangkan 13% sampai 25% lainnya melalui indra yang lain). Adapun kelebihan dari media video diantaranya lebih menarik dan dapat lebih mudah dipahami, seseorang juga dapat belajar sendiri, sampai ke sasaran secara langsung, dan menampilkan sesuatu yang detail, dan dapat membandingkan antara dua adegan berbeda dalam waktu bersamaan (Baharuddin, 2014). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas penyuluhan gizi seimbang menggunakan media video terhadap perubahan asupan zat gizi subjek.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian *pre-experimental design* dengan rancangan *one group pre posttest*. Pengambilan sampel dengan kriteria inklusi dan didapati jumlah sampel sebanyak 40 subjek berjenis kelamin perempuan dan seluruh subjek merupakan siswi kelas VIII. Media yang digunakan dalam penelitian ini berupa media video gizi berisi materi gizi seimbang. Data jenis umur diperoleh langsung dari data identitas siswi yang ada di sekolah. Data asupan gizi diperoleh melalui wawancara dengan form recall 24 jam sebelum dan dua minggu setelah penyuluhan dilaksanakan. Analisis data menggunakan uji Kolmogorov Smirnov dan Uji *Paired Sampel T-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik subjek

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas subjek berusia 13 tahun sebesar 25 (62,1%) sedangkan subjek yang berusia 14 tahun sebesar 9 orang (22,5%) dan berusia 12 tahun sebanyak 6 orang (15,0%). Hal ini juga menunjukkan bahwa dari 40 siswi sebagian besar pekerjaan ayah bekerja sebagai Pegawai Negeri Sipil sebesar 52,5%, wiraswasta sebesar 25,0%, petani sebesar 15,0% dan pedagang 7,5%. Sebagian besar pekerjaan ibu bekerja sebagai ibu rumah tanggayaitu 45,0%, Pegawai negeri sipil sebesar 32,5% dan yang bekerja sebagai wiraswasta sebesar 9%.

Tabel 1. Karakteristik subjek (n=40)

Karakteristik	Jumlah	
	n	%
Usia		
12	6	15,0
13	25	62,1
14	9	22,5
Pekerjaan Ayah		
Pegawai Negeri Sipil	21	52,5
Wiraswasta	10	25,0

Karakteristik	Jumlah	
	n	%
Pedagang	3	7,5
Petani	6	15,0
Pekerjaan Ibu		
Ibu Rumah Tangga	18	45,0
Pegawai Negeri Sipil	13	32,5
Wiraswasta	9	22,5
Total	40	100,0

Sumber: Data Primer, 2020

Tabel 1 juga menggambarkan subjek terbanyak berusia 13 tahun, berjumlah 25 siswi (62,1%) dan paling sedikit berusia 12 tahun sebanyak (15%). Untuk pekerjaan orang tua sebanyak 21 orang ayah dengan pekerjaan sebagai Pegawai negeri sipil (52,5%) dan sebanyak 6 orang ayah dengan pekerjaan sebagai pedagang (3%). Untuk ibu subjek, ada 18 orang ibu dengan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (45%) dan ada 9 orang ibu bekerja sebagai wiraswasta (22,5%).

Usia subjek dalam penelitian ini berkisar antara 12-14 tahun. Hal tersebut karena anak usia sekolah (12-14 tahun) sudah mulai mengalami proses kematangan seksual, dimana anak perempuan mulai mengalami mensturasi dan juga pertumbuhan yang sangat pesat, sehingga membutuhkan zat besi lebih banyak. Perkembangan fungsi-fungsi tubuh juga terganggu karena mengalami perubahan-perubahan termasuk perubahan hormonal yang dapat menyebabkan perubahan suasana hati yang tak terduga. Remaja menunjukkan peningkatan reflektivitas tentang diri mereka yang berubah dan meningkat berkenaan dengan apa yang orang pikirkan tentang mereka (Hidayat, 2017).

Asupan zat gizi subjek

Tabel 2 menunjukkan bahwa tidak ada perubahan signifikan untuk asupan energi ($p = 0,412$) 1349,7 kkal menjadi 1383,2 kkal, karbohidrat ($p = 0,052$) 150,6 gr menjadi 141,7 gr dan protein ($p = 0,559$) dengan nilai rerata asupan 73,9 gr menjadi 72,5 gr. Sedangkan ada perubahan signifikan untuk asupan lemak ($p = 0,008$) dengan rerata nilai asupan dari 49,3 mg menjadi 58,8 mg dan asupan zat besi ($p = 0,007$) dengan rerata nilai asupan dari 7,2 mg menjadi 9,3 mg.

Tabel 2. Rerata asupan zat gizi subjek sebelum dan sesudah penyuluhan gizi seimbang

Asupan zat gizi	Rerata sebelum penyuluhan	Rerata sesudah penyuluhan	P
Energi	1349,7 kkal	1383,2 kkal	0,412
Karbohidrat	150,6 gr	141,7 gr	0,052
Protein	73,9 gr	72,5 gr	0,559
Lemak	49,3 gr	58,8 gr	0,008
Zat Besi	7,2 mg	9,3 mg	0,007

Keterangan: Signifikan jika $p < 0,05$

Gizi pada masa remaja meningkat. Kebutuhan zat gizi yang meningkat pada masa remaja adalah energi, protein, kalsium, besi, dan zinc. Asupan energi mempengaruhi pertumbuhan tubuh dan bila asupan tidak adekuat menyebabkan seluruh unit fungsional remaja ikut menderita, antar lain derajat metabolisme, tingkat aktivitas, tampilan fisik dan maturitas organ seksual (Sya`Bani dan Sumarmi, 2016).

Sementara jika kita perhatikan dalam peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 28 tahun 2019 tentang angka kecukupan gizi yang dianjurkan untuk masyarakat Indonesia, untuk perempuan usia 13-15 tahun membutuhkan asupan harian energi sebanyak 2050 kkal, karbohidrat 300 gr, protein 65 gr, lemak 70 gr dan zat besi 15 mg (Permenkes RI, 2019).

Berdasarkan angka kecukupan gizi yang telah ditetapkan pemerintah diatas jika dilihat dari rerata jumlah asupan energi sebelum dan sesudah penyuluhan, keduanya tidak ada yang memenuhi angka kecukupan gizi (80-110% AKG). Energi dibutuhkan untuk mempertahankan hidup manusia, menunjang pertumbuhan, dan melakukan aktivitas fisik. Energi yang masuk melalui makanan harus seimbang dengan kebutuhan energi seseorang (Sya`Bani dan Sumarmi, 2016). Energi pula yang dibutuhkan untuk melakukan berbagai aktifitas seharian, terlebih pada masa remaja dengan segudang aktifitas seharian.

Begitupula dengan asupan karbohidrat, rerata asupan subjek sebelum penyuluhan sebanyak 150,6 gr dan setelah penyuluhan sebanyak 141,7 gr sementara angka kecukupan gizinya adalah 300 gr, lagi-lagi asupan subjek tidak memenuhi angka kecukupan gizi, pun dengan uji statistik menunjukkan tidak ada perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan dengan nilai $p = 0,052$.

Untuk Asupan protein subjek sudah memenuhi angka kecukupan gizi sebelum penyuluhan sebanyak 73,9 gr dan setelah penyuluhan 72,5 gr sedangkan angka kecukupan gizinya adalah sebanyak 65 gr, namun tidak terdapat perbedaan sebelum dan sesudah penyuluhan dengan nilai uji statistik $p = 0,559$. Untuk asupan lemak sebelum penyuluhan sebanyak 49,3 gr dan setelah penyuluhan 58,8 gr, angka tersebut belum memenuhi kecukupan gizi yang semestinya sebanyak 70 gr, setelah di uji statistik, terdapat perbedaan antara keduanya dengan nilai $p = 0,008$. Untuk zat besi, sebelum penyuluhan sebanyak 7,2 mg dan setelah penyuluhan sebanyak 9,3 mg nilai tersebut juga belum memenuhi angka kecukupan gizinya sebesar 15 mg, namun sudah terdapat perbedaan asupan sebelum dan sesudah penyuluhan dengan nilai $p = 0,007$.

Sebagian zat besi di dalam tubuh terkonjugasi dengan protein. Salah satu bentuk konjugasi itu adalah tranferin yang merupakan konjugat Fe yang berfungsi mentranspor zat besi (Fe) tersebut dalam plasma darah. Apabila tubuh kekurangan protein maka transportasi zat besi ke dalam plasma darah akan terganggu sehingga akan mempengaruhi kadar hemoglobin darah (Sya`Bani dan Sumarmi, 2016). Sebagian zat besi di dalam tubuh terkonjugasi dengan protein. Salah satu bentuk konjugasi itu adalah tranferin yang merupakan konjugat Fe yang berfungsi mentranspor zat besi (Fe) tersebut dalam plasma darah. Apabila tubuh kekurangan protein maka transportasi zat besi ke dalam plasma darah akan terganggu sehingga akan mempengaruhi kadar hemoglobin darah (Iryanti, 2019).

Penyuluhan dalam penelitian kali ini menggunakan media video, bahan materi penyuluhan adalah terkait gizi seimbang, dengan maksud agar remaja dapat mengkonsumsi asupan zat gizi sesuai dengan kebutuhannya. Media vidio juga telah dilakukan oleh Sekti dan Fayasari (2019) yang menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang pola makan sayur dan buah yang merupakan bagian dari gizi seimbang setelah

mendapatkan edukasi baik pada kelompok ceramah maupun ceramah kombinasi video.

Dalam penelitian ini tidak terdapat perbedaan asupan energi, karbohidrat dan protein sebelum dan sesudah dilaksanakannya penyuluhan. Hal tersebut dapat pula diakibatkan oleh kebiasaan makan yang tidak adekuat. Informasi gizi dari media lain, persediaan makanan dalam keluarga/ lingkungan sekolah dan aktivitas fisik merupakan variabel pengganggu atau perancu yang dapat memberi pengaruh terhadap hasil penelitian (Nurmasyita *et al*, 2016).

Untuk mencapai perubahan perilaku, ada dua cara pendekatan yang dapat dilakukan yaitu secara pendekatan pendidikan dan secara paksaan. Pendidikan merupakan upaya pembelajaran pada masyarakat agar mau melakukan tindakan-tindakan yang dapat memelihara kesehatannya yang biasanya proses ini memerlukan waktu yang relatif lama, tetapi dapat bertahan lama dalam diri individu. Paksaan atau tekanan yang diberikan pada individu atau masyarakat agar terjadi perubahan perilaku tidak terjadi karena proses pembelajaran, pemahaman, dan kesadaran sehingga tidak akan bertahan lama (Yulizawati *et al*, 2017). Perilaku makan merupakan cara seseorang berpikir, berpengetahuan dan berpandangan tentang makanan yang diwujudkan dalam bentuk tindakan makan dan pemilihan makanan. Jika hal ini terjadi secara terus menerus maka akan menjadi kebiasaan makan (Setyowati *et al*, 2017).

Pada masa remaja, mereka mulai lebih sadar akan dirinya dibandingkan pada saat masa anak-anak. Remaja akan lebih sadar diri dan memberikan perhatian yang lebih pada citra tubuhnya dan perhatian terhadap citra tubuh tersebut akan lebih terlihat besar pada remaja putri. Secara psikologis keadaan yang sering muncul beriringan dengan obesitas adalah gangguan konsep diri, seperti gangguan body image (citra diri), dan gangguan harga diri. Citra diri (self-image, body image, citra tubuh, gambaran tubuh) adalah sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran dan bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu (Prameswari *et al*, 2013).

Pendidikan gizi diharapkan menjadi salah satu solusi untuk meningkatkan status gizi dan derajat kesehatan remaja dengan cara menyampaikan teori dan informasi tentang gizi pada sasaran pendidikan seperti remaja dengan metode belajar mengajar. Pendidikan gizi bertujuan meningkatkan pengetahuan gizi remaja, mengubah sikap serta mengarahkan perilaku ke arah yang lebih baik. Dalam penelitian ini pendidikan gizi merupakan salah satu pendidikan kesehatan yang sangat penting untuk merubah perilaku yang tidak sesuai dengan kaidah gizi (Nurmasyita *et al*, 2016).

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa intervensi penyuluhan gizi dengan menggunakan media video tidak berpengaruh terhadap perubahan asupan energi, karbohidrat dan protein. Namun berpengaruh terhadap perubahan asupan lemak dan zat besi pada remaja putri SMPN 1 Turikale Kab. Maros tahun 2020. Disarankan agar Dinas Kesehatan dan Sekolah mendorong penggunaan kombinasi video penyuluhan, leaflet, brosur dan metode ceramah untuk meningkatkan efektifitas pendidikan gizi pada remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

Baharuddin I. 2014. Efektivitas penggunaan media video tutorial sebagai pendukung pembelajaran matematika terhadap minat dan hasil belajar peserta didik SMA

- Negeri 1 Bajo Kabupaten Luwu Sulawesi Selatan. *Jurnal Nalar Pendidikan*, 2(2): 247-255.
- Diananda A. 2018. Psikologi remaja dan permasalahannya. *Istighna*, 1(1): 116–133.
- Hidayat R. 2017. Hak Atas derajat pelayanan kesehatan yang optimal. *Syariah Jurnal Hukum dan Pemikiran*, 16(2): 127. doi: 10.18592/sy.v16i2.1035.
- Iryanti DA. 2019. Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dan sikap anak sekolah tentang manfaat sayur dan buah di SD Inpres 26 Kabupaten Sorong. [Skripsi]. Fakultas Kedokteran. Unipa Sorong.
- Marfuah D, Dyah Kusudaryati DP. 2016. Efektifitas edukasi gizi terhadap perbaikan asupan zat besi pada remaja putri. *Profesi (Profesional Islam) : Media Publikasi Penelitian*, 14(1): 5. doi: 10.26576/profesi.129.
- Nurmasyita N, Widjanarko B, Margawati A. 2016. Pengaruh intervensi pendidikan gizi terhadap peningkatan pengetahuan gizi, perubahan asupan zat gizi dan indeks massa tubuh remaja kelebihan berat badan. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 4(1):38-47. doi: 10.14710/jgi.4.1.38-47.
- Permenkes [Peraturan Menteri Kesehatan RI]. 2019. Angka kecukupan gizi yang dianjurkan untuk masyarakat Indonesia. Nomor 28 Tahun 2019. Jakarta.
- Pertiwi PG. 2018. Pengaruh penyuluhan menggunakan leaflet dan video terhadap perubahan pengetahuan anemia pada remaja putri untuk pencegahan anemia di SMKN 3 Kota Padang Tahun 2018. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9): 1689-1699.
- Prameswari S, Aisah S, Mifbakhuddin M. 2013. Hubungan obesitas dengan citra diri dan harga diri pada remaja putri di Kelurahan Jomblang Kecamatan Candisari Semarang. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 1(1): 53-61.
- Sekti RM, Fayasari A. 2019. Nutrition education with audiovisual media on fruit and consumption of junior school students in East Jakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(2): 77-88. <https://doi.org/10.36590/jika.v1i2.15>.
- Setyowati N, Riyanti, E, Indraswari R. 2017. Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku makan remaja putri dalam pencegahan anemia di wilayah kerja Puskesmas Ngemplak Simongan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 5(5): 1042-1053.
- Silalahi V, Aritonang E, Ashar T. 2016. Potensi Pendidikan gizi dalam meningkatkan asupan gizi pada remaja putri yang anemia di Kota Medan, *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(2): 295. doi: 10.15294/kemas.v11i2.4113.
- Sya`Bani IRN, Sumarmi S. 2016. Hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada santriwati di Pondok Pesantren Darul Ulum Peterongan Jombang. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 1(1): 8-15.
- Syakir S. 2018. Pengaruh intervensi penyuluhan gizi dengan media animasi dengan perubahan pengetahuan dan sikap tentang anemia pada remaja putri. *Russian Journal of Economics*, 48(2): 123–154. doi: 10.22236/argipa.v3i1.2446.
- Yulizawati Y, Bustami LE, Nurdiyan A, Iryani D, Insani AA. 2016. Pengaruh pendidikan kesehatan metode peer education mengenai skrining prakonsepsi terhadap pengetahuan dan sikap wanita usia subur di wilayah Kabupaten Agam Tahun 2016. *Journal of Midwifery*, 1(2): 11-20. doi: 10.25077/jom.1.2.11-20.2016.