

THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION USING THE EMO DEMO METHOD ON FEEDING BEHAVIOR OF CHILDREN AGED 5-6 YEARS AT DEWI RENGGANIS KINDERGARTEN KRUCIL**PENGARUH EDUKASI GIZI METODE EMO DEMO TERHADAP PERILAKU PEMBERIAN MAKAN ANAK USIA 5-6 TAHUN DI TK DEWI RENGGANIS KRUCIL****Krisdiya Nursyahriya¹, Dodik Hartono², Nafolion Nur Rahmat³**

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan, Probolinggo^{1,2,3}
Syahriya66@gmail.com¹

**Corresponding Author*

ABSTRACT

Early childhood is a golden period in the growth and development process, especially at the age of 5-6 years. During this time, proper feeding is very important to support children's optimal health and development. However, there are still many parents who have limited knowledge and practices in feeding, which causes children's diets to be inappropriate. This leads to malnutrition which can affect children's growth and development. This study aims to determine the effect of nutrition education Emo-Demo method on feeding behavior in children aged 5-6 years. The research design used was a pre-experiment with a one-group pretest-posttest design approach. The population was 88, and the sample was 66 mothers selected through purposive sampling technique. The educational intervention was carried out in four sessions which included pretest, two times providing education with the Emo-Demo method, and posttest. The instrument used was a feeding behavior questionnaire with indicators of feeding frequency, amount of food, and type of food. Data analysis was performed using the Wilcoxon test. The results showed a significant increase in proper feeding behavior before and after the Emo-Demo method of nutrition education intervention. The statistical test results obtained a p-value = 0.000 ($p < 0.05$), which means there is a significant effect of the Emo Demo method of nutrition education on feeding behavior. Education with the Emo-Demo method is proven effective in improving feeding behavior in children. This approach can be an interesting educational strategy in efforts to prevent malnutrition in children.

Keywords: nutrition education, Emo-Demo method, feeding behavior, early childhood

ABSTRAK

Anak usia dini merupakan periode emas dalam proses tumbuh kembang, terutama pada usia 5–6 tahun. Pada masa ini, pemberian makan yang tepat sangat penting untuk mendukung kesehatan dan perkembangan optimal anak. Namun, masih banyak orang tua yang memiliki keterbatasan pengetahuan dan praktik dalam pemberian makan, yang menyebabkan pola makan anak menjadi kurang tepat. Sehingga menyebabkan terjadinya gizi buruk yang dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi metode Emo-Demo terhadap perilaku pemberian makan pada anak usia 5–6 tahun. Desain penelitian yang digunakan adalah pra-eksperimen dengan pendekatan one-group pretest-posttest design. Populasi sebanyak 88, dan sampel sebanyak 66 ibu yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Intervensi edukasi dilakukan dalam empat sesi yang mencakup pretest, dua kali pemberian edukasi dengan metode Emo-Demo, dan posttest. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner perilaku pemberian makan dengan indikator frekuensi makan, jumlah makanan, dan jenis makanan. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam perilaku pemberian makan yang tepat sebelum dan setelah dilakukan intervensi edukasi gizi metode Emo-Demo. Hasil uji statistik didapatkan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti ada pengaruh antara edukasi gizi metode Emo Demo terhadap perilaku pemberian makan. Edukasi dengan metode Emo-Demo terbukti efektif dalam meningkatkan perilaku pemberian makan pada anak. Pendekatan ini dapat menjadi strategi edukatif yang menarik dalam upaya

pengecahan gizi buruk pada anak.

Kata Kunci: edukasi gizi, metode Emo-Demo, perilaku pemberian makan, anak usia dini

1. PENDAHULUAN

Anak usia dini adalah anak yang baru dilahirkan sampai usia enam tahun, di mana masa ini sangat menentukan dalam pembentukan karakter dan kepribadian. Pada tahun pertama hingga keenam, terjadi perkembangan otak yang pesat sehingga diperlukan stimulasi optimal melalui perhatian terhadap kesehatan, pemenuhan gizi, dan pendidikan (Aeiny, 2021). Gizi merupakan zat makanan yang dibutuhkan untuk pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan tubuh. Gizi seimbang adalah susunan makanan harian yang sesuai dengan kebutuhan tubuh berdasarkan usia, jenis kelamin, dan kondisi kesehatan (Noer et al., 2024). Pola makan yang tidak seimbang dapat menyebabkan masalah seperti kekurangan gizi, anemia, obesitas, hingga penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes (Akbar et al., 2024).

Masalah kesehatan yang sering dialami anak-anak di Indonesia antara lain kurang gizi dan pola makan yang tidak seimbang. Banyak anak terbiasa mengonsumsi makanan cepat saji yang mengandung zat kimia berbahaya bila dikonsumsi terus-menerus (Azzahra et al., 2025). Data UNICEF, WHO, dan The World Bank (2019) menunjukkan Asia Tenggara menempati urutan kedua kasus stunting di dunia, dengan Indonesia mencatat prevalensi sebesar 36,4% (Artini et al., 2024). Berdasarkan hasil survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, Kabupaten Probolinggo memiliki angka stunting tertinggi kedua di Jawa Timur sebesar 15,71%. Hasil studi pendahuluan di TK Dewi Rengganis Krucil menunjukkan bahwa 50% ibu memiliki masalah dalam penyusunan menu dan 50% lainnya dalam pengolahan makanan anak.

Masa usia dini disebut juga *golden age*, yaitu masa kritis di mana anak membutuhkan stimulasi yang tepat untuk mengembangkan seluruh potensinya (Nurmiyanti et al., 2025). Dalam hal ini, pola asuh orang tua sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak, terutama pada kecerdasan emosional. Anak usia 5–6 tahun perlu belajar mengenali dan mengelola emosinya secara sehat (Erdaliameta et al., 2023). Selain itu, pemenuhan gizi seimbang menjadi aspek penting dalam menjaga kualitas tumbuh kembang anak. Kekurangan gizi dapat mengakibatkan kondisi seperti wasting, stunting, dan underweight (Azminah et al., 2025).

Pengetahuan gizi ibu berpengaruh terhadap perilaku pemberian makan anak. Pola pemberian makan yang baik mencakup jenis, jumlah, dan jadwal asupan yang mempengaruhi status gizi anak (Artini et al., 2024). Kurangnya pemahaman ibu tentang gizi serta kebiasaan konsumsi makanan tidak sehat dapat menurunkan kualitas asupan anak. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukatif seperti edukasi gizi untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam mengatur pola makan anak (Notoadmodjo, 2014; Nurfitriani & Kurniasari, 2023). Salah satu metode edukasi yang efektif adalah *Emotional Demonstration* (Emo-Demo), yaitu pendekatan edukasi dengan menggunakan kekuatan emosional dalam proses pembelajaran (MAULANA LAILATUS SA'IDAH, 2024).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa metode Emo-Demo mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu dalam pemberian makan anak (Haryono, 2023; Faizah, 2024). Pendekatan ini mendorong perubahan perilaku positif terhadap praktik konsumsi makanan bergizi seimbang dan menjadi strategi efektif dalam pencegahan stunting (Rahmah, 2023; Mayasari, 2020). Edukasi gizi melalui metode Emo-Demo tidak hanya meningkatkan kesadaran ibu mengenai pentingnya gizi, tetapi juga membangun ikatan emosional yang kuat sehingga memotivasi perubahan perilaku yang berkelanjutan. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian berjudul "*Pengaruh Edukasi Gizi Metode Emo-Demo terhadap Perilaku Pemberian Makan Anak Usia 5–6 Tahun di TK Dewi Rengganis Krucil*", mengingat lokasi sekolah yang berdekatan dengan pasar dan kantin yang menjual makanan kemasan serta karakteristik siswa yang termasuk dalam usia emas perkembangan anak.

2. METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah pra-eksperimen dengan pendekatan one-group pretest-posttest design. Populasi sebanyak 88, dan sampel sebanyak 66 ibu yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Intervensi edukasi dilakukan dalam empat sesi yang mencakup pretest, dua kali pemberian edukasi dengan metode Emo-Demo, dan posttest. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner perilaku pemberian makan dengan indikator frekuensi makan, jumlah makanan, dan jenis makanan. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon.

3. HASIL

Tabel 3.1.

Distribusi Frekuensi Responden Penelitian Berdasarkan Usia Pada Ibu anak Usia 5-6 tahun di TK Dewi Rengganis Krucil pada bulan Juni 2025

No	Usia	Frekuensi(f)	Presentase(%)
1.	30-40 tahun	53	80.3
2.	40-60 tahun	13	19.7
	Jumlah	66	100.0

Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2025

Berdasarkan tabel 5.1 diatas didapatkan bahwa mayoritas usia paling banyak usia 20-40 tahun sebanyak 53 responden (80.3 %), dan usia paling sedikit usia 40-60 tahun sebanyak 13 responden (19.7 %).

Tabel 3.2.

Distribusi Frekuensi Responden Penelitian Berdasarkan jenis Pekerjaan Pada Ibu anak usia 5-6 tahun di TK Dewi Rengganis Krucil pada bulan Juni 2025

No	Pekerjaan	Frekuensi(f)	Presentase(%)
1	PNS	7	10.6
2	Wiraswasta	9	13.6
3	Wirausaha	7	10.6
4	Ibu rumah tangga	43	65.2
	Jumlah	66	100

Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2025

Berdasarkan tabel 5.2 diatas didapatkan pekerjaan responden terbanyak adalah ibu rumah tangga sebanyak 43 responden (65.2%) dan yang paling sedikit adalah pekerjaan PNS sebanyak 7 responden (10.6%) dan pekerjaan wirausaha sebanyak 7 responden (10.6%).

Tabel 3.3.

Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Pendidikan Terakhir Pada ibu anak usia 5-6 tahun di TK Dewi Rengganis Krucil

No	Pendidikan Terakhir	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Belum tamat SD	4	6.1
2	SD	7	10.6
3	SMP	14	21.2

4	SMA	29	43.9
5	Perguruan Tinggi	12	18.2
	Jumlah	66	100.0

Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Mei 2025

Berdasarkan tabel 5.3 diatas didapatkan bahwa mayoritas pendidikan terbanyak responden adalah pendidikan SMA sebanyak 29 responden (43.9%) dan pendidikan paling sedikit yaitu pendidikan belum tamat SD sebanyak 4 responden (6.1%).

Data Khusus

Tabel 3.4.
Distribusi Frekuensi Responden Penelitian Berdasarkan Nilai Perilaku sebelum dilakukan intervensi edukasi gizi pada ibu anak 5-6 tahun di TK Dewi Rengganis Krucil pada bulan juni 2025

No	Perilaku pemberian makan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Tepat	28	42.4
2	Tidak Tepat	38	57.6
	Total	66	100.0

Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2025

Berdasarkan tabel 5.5 didapatkan nilai perilaku pemberian makan sebelum dilakukan edukasi gizi dengan metode emodemo di dapatkan nilai tepat sebanyak 28 responden (42.4%) dan tidak tepat sebanyak 38 responden (57.6%).

Tabel 3.5.
Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Nilai perilaku pemberian makan sesudah dilakukan edukasi gizi metode emo dem di TK Dewi Rengganis Krucil pada bulan Juni 2025

No	Perilaku Pemberian Makan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Tepat	66	100.0
2	Tidak Tepat	0	0,0
	Total	66	100.0

Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2025

Berdasarkan tabel 5.6 didapatkan nilai perilaku pemberian makan sesudah melakukan edukasi gizi metode emo demo di TK Dewi Rengganis Krucil didapatkan nilai perilaku tepat sebanyak 66 responden (100.0%).

Analisa Data

Analisis Pengaruh Sebelum dan Sesudah Diberi Edukasi Gizi metode Emodemo Terhadap Perilaku Pemberian Makan Pada Anak Usia 5-6 Tahun DI TK Dewi Rengganis Krucil.

Tabel 3.6.
Analisa Pengaruh sebelum dan sesudah diberi Edukasi Gizi Metode Emodemo terhadap perilaku pemberian makan pada anak usia 5-6 di TK Dewi Rengganis Krucil

Perilaku pemberian makan pre	Perilaku pemberian makan post					
	Tepat		Tidak tepat		Total	
	f	%	f	%	f	%
Tepat	28	42.4	0	0.0	28	100.0
Tidak tepat	38	57.6	0	0.0	38	100.0
Jumlah	66	100.0	0	0.0	66	100.0

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji Wilcoxon diperoleh bahwa terjadi perubahan yang signifikan dalam perilaku pemberian makan sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan menggunakan metode emo demo. Sebelum diberikan intervensi, dari jumlah 66 responden terdapat 38 responden (57.6 %) yang berperilaku tidak tepat dan 28 responden (42.4%) yang berperilaku tepat. Setelah diberikan intervensi, dari 38 responden (57.6%) yang sebelumnya berperilaku tidak tepat mengalami perubahan berperilaku tepat, sedangkan 28 responden (42.4%) yang berperilaku tepat tetap berperilaku tepat. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi gizi metode emo demo terhadap perilaku pemberian makan pada anak usia 5-6 tahun di TK Dewi Rengganis Krucil.

Hasil uji statistik

Tabel 3.7.
Distribusi uji Wilcoxon dari hasil observasi sebelum dan sesudah di berikan edukasi gizi metode emodemo terhadap perilaku pemberian makan pada anak usia 5-6 tahun di TK Dewi Rengganis Krucil

Z	-6.164
Asymp.(2-tailed)	0,000

Sumber: Data observasi penelitian 2025

Berdasarkan tabel 5.7 di atas menunjukkan bahwa hasil sebelum dan sesudah Edukasi Gizi Metode Emo Demo Terhadap Perilaku pemberian Makan Pada Anak Usia 5-6 tahun di TK Dewi Rengganis Krucil dengan menggunakan Uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan nilai p value= 0,000 dengan tingkat signifikan p value < α = 0,05, nilai Z pre post Edukasi Gizi -6.164, sehingga dapat dinyatakan ada pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Perilaku Pemberian Makan Pada Anak Usia 5-6 Tahun di TK Dewi Rengganis Krucil.

4. PEMBAHASAN

4.1. Pengukuran perilaku pemberian makan sebelum diberikan edukasi gizi metode emo demo

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 5.3, didapatkan bahwa sebelum dilakukan intervensi, perilaku pemberian makan pada anak usia 5-6 tahun di TK Dewi Rengganis Krucil masih tergolong tidak tepat. Dari total responden, sebanyak 28 responden (42.4%) memiliki

perilaku pemberian makan yang tepat, sedangkan yang memiliki perilaku pemberian makan tidak tepat sebanyak 38 responden (57.6%). Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu belum memiliki keterampilan dalam perilaku pemberian makan pada anak.

Peran ibu sebagai pengasuh anak memiliki peran yang penting, berkaitan diantaranya penyusunan menu makanan, pembelian makanan, pemberian makanan pada anak (Nurhayati et al., 2025). Perilaku pemberian makan yang tepat sangat penting diterapkan sejak anak usia dini untuk mendukung tumbuh kembang optimal serta mencegah masalah gizi, baik gizi kurang maupun gizi lebih. Menurut WHO (2021), praktik pemberian makan yang baik, termasuk variasi menu, porsi yang sesuai, serta waktu makan yang teratur, menjadi salah satu faktor kunci dalam mencegah terjadinya stunting, wasting, maupun obesitas pada anak. Pemberian makan anak tidak hanya sekadar memberi makan hingga kenyang, tetapi juga perlu memperhatikan kandungan zat gizi, cara penyajian yang menarik, serta suasana makan yang menyenangkan agar anak memiliki nafsu makan yang baik.

Di TK Dewi Rengganis Krucil, perilaku pemberian makan yang kurang baik terlihat dari kebiasaan sehari-hari. Sebagian besar ibu mengaku sering memberikan makanan instan, makanan manis berlebihan, atau lauk yang digoreng saja tanpa variasi. Beberapa ibu mengungkapkan kesulitan membuat anak mau makan sayur atau buah, sehingga tidak jarang anak hanya makan nasi dan lauk terbatas. Selain itu, banyak ibu yang belum memahami porsi makan yang sesuai untuk anak usia 5-6 tahun, serta waktu pemberian makan yang sebaiknya dilakukan secara teratur. Sebagian besar ibu juga mengaku hanya memberikan makanan sesuai permintaan anak, bukan berdasarkan kebutuhan gizinya.

Faktor ekonomi dan lingkungan turut mempengaruhi rendahnya perilaku pemberian makan yang baik. Beberapa ibu menyebut harga bahan makanan sehat dianggap mahal. Selain itu, keterbatasan informasi mengenai pola makan sehat untuk anak juga menjadi kendala. Banyak ibu yang memperoleh informasi hanya dari orang sekitar atau media sosial, yang belum tentu akurat atau sesuai dengan kebutuhan gizi anak usia dini.

Menurut peneliti, kondisi ini menunjukkan masih rendahnya pengetahuan dan kesadaran ibu dalam menerapkan perilaku pemberian makan yang benar pada anak usia 5-6 tahun. Rendahnya perilaku ini disebabkan oleh kurangnya edukasi gizi yang praktis, minimnya kebiasaan di lingkungan sekitar, serta belum terbentuknya budaya pemberian makan sehat di tingkat keluarga. Apabila dibiarkan, hal ini dapat meningkatkan risiko anak mengalami masalah gizi, baik kekurangan maupun kelebihan, yang berdampak pada kesehatan dan perkembangan anak di masa depan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa sebelum dilakukan intervensi, perilaku pemberian makan pada ibu yang memiliki anak usia 5-6 tahun masih tergolong tidak tepat. Rendahnya perilaku ini mencakup aspek pengetahuan, keterampilan dalam memilih dan menyajikan makanan, serta kesadaran dalam menjaga pola makan sehat anak. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan melalui edukasi gizi yang tepat, mudah dipahami, dan berkelanjutan agar ibu dapat memberikan makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi anak usia dini.

4.2. Pengukuran perilaku pemberian makan sesudah diberikan edukasi gizi metode emo demo

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 5.6 menunjukkan bahwa setelah dilakukan edukasi gizi kepada ibu siswa TK Dewi Rengganis Krucil, didapatkan hasil bahwa nilai perilaku pemberian makan yang tepat tergolong tinggi pada 66 responden (100.0%). Hal ini menunjukkan bahwa edukasi gizi dengan metode emo demo memberikan pengaruh positif terhadap perilaku pemberian makan pada anak usia 5-6 tahun.

Setelah dilakukan edukasi sebanyak dua kali pertemuan, terjadi peningkatan pemahaman dan kesadaran ibu dalam memberikan makanan bergizi yang sesuai dengan kebutuhan anak. Perubahan tersebut terlihat dalam kemampuan ibu memilih menu makanan

yang bervariasi, menyiapkan porsi makan yang sesuai, serta menyajikan makanan dengan cara yang menarik agar anak lebih berselera makan. Selain itu, ibu juga mulai memahami pentingnya jadwal makan teratur, mengurangi pemberian makanan instan atau makanan tinggi gula, serta lebih sabar dalam menghadapi anak yang sulit makan. Hal ini menunjukkan bahwa metode emodemo mampu memadukan aspek emosional dengan praktik langsung, sehingga materi gizi lebih mudah dipahami dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Sesuai dengan pendapat (Efficacy et al., 2022), metode edukasi yang melibatkan emosi dan demonstrasi (emodemo) membantu individu memahami materi dengan lebih mendalam karena mereka dapat merasakan, melihat, dan mempraktekkan secara langsung. Proses interaksi emosional yang terjadi dalam edukasi juga membangun rasa percaya diri dan motivasi dalam menerapkan perilaku baru yang lebih sehat. Pendekatan emodemo memberikan kesempatan bagi para ibu untuk belajar melalui contoh nyata dan pengalaman praktis. Hal ini terbukti dalam penelitian ini, di mana para ibu menjadi lebih antusias dan merasa lebih percaya diri untuk mencoba menyajikan menu sehat bagi anak-anak mereka. Edukasi emodemo tidak hanya menyampaikan pengetahuan, tetapi juga membangkitkan rasa tanggung jawab emosional orang tua terhadap kesehatan anak (Sagita & Saputri, 2024)

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan pendapat Listiani (2024), yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan yang disampaikan secara sederhana dan menyenangkan, serta dilengkapi dengan contoh nyata, membuat peserta lebih mudah memahami materi. Dengan demikian, perubahan dari perilaku lama ke perilaku baru terjadi secara alami karena adanya rasa percaya, keterlibatan emosional, dan dukungan dari edukator maupun sesama peserta. Dengan demikian, edukasi gizi dengan metode emodemo terbukti mampu memberikan kontribusi signifikan dalam meningkatkan perilaku pemberian makan pada ibu yang memiliki anak usia 5-6 tahun. Pendekatan ini efektif karena melibatkan peran aktif peserta dalam proses belajar, merasakan, dan mempraktekkan langsung materi, sehingga mendorong terjadinya perubahan perilaku yang mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

4.3. Analisis pengaruh edukasi gizi metode emodemo terhadap perilaku pemberian makan pada anak usia 5-6 tahun di TK Dewi Rengganis Krucil.

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test melalui aplikasi SPSS, diperoleh nilai $p = 0,001$ dengan $\alpha = 0,05$. Karena $p < \alpha$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti ada pengaruh yang signifikan antara edukasi gizi metode emodemo terhadap perilaku pemberian makan pada anak usia 5-6 tahun di TK Dewi Rengganis Krucil

Secara teoritis, perilaku pemberian makan yang tepat pada anak usia dini sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal. WHO (2021) menyebutkan bahwa praktik pemberian makan yang benar, seperti pemberian porsi sesuai kebutuhan, variasi makanan, dan pola makan teratur, berperan penting dalam mencegah masalah gizi kurang maupun gizi lebih. Sementara itu, menurut Notoatmodjo (2020), edukasi kesehatan dengan metode emodemo (emosional dan demonstrasi) efektif membantu orang tua memahami materi karena melibatkan aspek emosi dan praktik langsung, sehingga pesan gizi lebih mudah dipahami dan diterapkan.

Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa sebelum intervensi (pretest), perilaku pemberian makan berada pada kategori tepat 28 responden (42.4%), dan perilaku tidak tepat pada 38 responden (57.6%). Namun, setelah intervensi (posttest), terjadi peningkatan yang signifikan, yaitu perilaku tepat sebanyak 66 responden (100.0%). Data ini menunjukkan bahwa edukasi dengan metode emodemo efektif dalam memperbaiki perilaku pemberian makan pada ibu yang memiliki anak usia 5-6 tahun.

Menurut Nurachamah (2021), metode emodemo merupakan pendekatan edukasi yang memadukan aspek emosional dan demonstrasi praktek secara langsung. Dalam konteks edukasi gizi, metode ini melibatkan perasaan, pengalaman, dan interaksi aktif peserta untuk

meningkatkan pemahaman dan keterampilan dalam menerapkan perilaku sehat. Pendekatan ini menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan, sehingga peserta lebih mudah menerima materi, mengingat informasi, dan termotivasi untuk mengubah perilaku.

Menurut peneliti, edukasi gizi dengan metode emo demo dalam penelitian ini berperan sebagai media pembelajaran interaktif yang tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga membangun pengalaman emosional peserta. Ibu yang menjadi sasaran edukasi diajak untuk melihat, merasakan, dan mempraktekkan langsung cara menyiapkan makanan sehat untuk anak. Demonstrasi pembuatan menu sehat, penghitungan porsi sesuai usia, hingga cara menyajikan makanan yang menarik bagi anak menjadi bagian penting dalam intervensi. Hal ini membuat ibu lebih percaya diri, antusias, dan merasa terbantu dalam mempraktikkan pola makan sehat untuk anak mereka.

Hal ini sejalan dengan pendapat Utomo et al. (2022), yang menyatakan bahwa metode edukasi yang melibatkan pengalaman emosional dan praktik nyata lebih efektif dibandingkan ceramah semata. Peserta merasa lebih terlibat secara personal, memperoleh pengalaman langsung, dan lebih mudah mengingat langkah-langkah yang diajarkan. Selain itu, suasana edukasi yang komunikatif dan penuh keakraban membuat peserta tidak sungkan untuk bertanya, berbagi pengalaman, atau menyampaikan kendala yang mereka hadapi dalam pemberian makan anak.

Dengan demikian, edukasi gizi metode emo demo tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyampaian informasi, tetapi juga sebagai media yang efektif dalam membangun pemahaman, keterampilan, dan motivasi ibu dalam memberikan makan yang sehat dan tepat bagi anak usia 5-6 tahun. Hubungan interaksi yang terjalin selama edukasi menciptakan rasa percaya, keterbukaan, dan dukungan emosional yang menjadi kunci keberhasilan perubahan perilaku. Oleh karena itu, pendekatan ini sangat relevan dan berdampak positif dalam upaya perbaikan perilaku pemberian makan pada anak usia dini, khususnya di lingkungan masyarakat yang masih memiliki tantangan dalam pemenuhan gizi anak.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa edukasi gizi dengan metode Emo-Demo berpengaruh signifikan terhadap perilaku pemberian makan anak usia 5–6 tahun di TK Dewi Rengganis Krucil. Sebelum diberikan edukasi gizi dengan metode Emo-Demo, perilaku pemberian makan tergolong dalam kategori tidak tepat sebanyak 38 responden (57,6%). Namun, setelah diberikan edukasi gizi dengan metode Emo-Demo, seluruh responden yaitu sebanyak 66 orang (100%) menunjukkan perilaku pemberian makan yang tergolong tepat. Hasil uji statistik menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara edukasi gizi metode Emo-Demo terhadap perilaku pemberian makan anak, dengan nilai *p-value* sebesar 0,000. Temuan ini menunjukkan bahwa metode Emo-Demo efektif dalam meningkatkan pemahaman dan penerapan perilaku pemberian makan yang baik pada anak usia dini.

Bagi institusi pendidikan, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi tambahan dalam proses pembelajaran, baik di tingkat mahasiswa, sarjana, maupun profesi, khususnya dalam pembahasan mengenai intervensi perilaku pemberian makan anak melalui edukasi gizi metode Emo-Demo. Penerapan hasil penelitian ini juga dapat memperkaya materi kuliah dan praktik keperawatan anak dalam bidang promosi kesehatan dan pencegahan stunting.

Bagi profesi perawat, penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam mengembangkan intervensi dan implementasi keperawatan terkait perilaku pemberian makan anak. Metode Emo-Demo dapat digunakan sebagai salah satu alternatif pendekatan edukatif yang menarik dan efektif untuk meningkatkan pengetahuan serta perilaku orang tua dalam memberikan makanan bergizi seimbang kepada anak-anak mereka.

Bagi lahan penelitian, hasil penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memperkuat pemahaman tentang efektivitas edukasi gizi berbasis emosional dalam

meningkatkan perilaku pemberian makan sehat. Temuan ini dapat dimanfaatkan untuk mengembangkan strategi pembelajaran gizi yang lebih interaktif di sekolah, merancang program edukasi lanjutan bagi orang tua, serta menjalin kerja sama dengan Puskesmas untuk mendukung kegiatan edukasi gizi secara berkelanjutan.

Bagi responden, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman mengenai pentingnya penerapan perilaku pemberian makan yang sehat dan seimbang bagi anak usia dini. Orang tua diharapkan lebih memperhatikan jenis, porsi, serta jadwal makan anak sesuai prinsip gizi seimbang untuk mendukung tumbuh kembang optimal. Sementara itu, bagi peneliti, penelitian ini menjadi bagian dari pemenuhan tugas akhir untuk memperoleh gelar sarjana serta menambah wawasan terkait perilaku pemberian makan anak. Untuk peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam mengembangkan kajian serupa dengan cakupan usia yang berbeda atau pada aspek perilaku gizi lainnya, seperti kebiasaan sarapan, konsumsi sayur dan buah, serta menggunakan alat ukur yang lebih spesifik dan akurat agar hasil penelitian lebih mendalam dan aplikatif.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Adi, D. I., Permatasari, E., & Oktafiani, L. D. A. (2024). Mother's Eating Style, Breakfast Habits, Fruit and Vegetable Consumption in Early Childhood in TK Al Amien Jember. *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 12. <https://doi.org/10.35329/jkesmas.v10i1.4903>
- Aeiny, S. N. (2021). Studi Kasus Penerapan Pola Makan Sehat Anak Usia 5-6 Tahun Case Study the Implementation of Dietary Pattern Children Aged 5-6 Years. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(9), 271–276.
- Ahmad Susanto. (2017). Pendidikan Anak Usia Dini (Konsep dan Teori). Bumi Aksara.
- Akbar, Y., Azzahra, Y. A., Hartinah, S. S., & Arfadhillah, Z. (2024). Monitoring Data Nilai Gizi Balita menggunakan Tableau Public (Studi Kasus : Posyandu Sedap Malam). *Jurnal Pengabdian Nasional (JPN) Indonesia*, 5(2), 322–331. <https://doi.org/10.35870/jpni.v5i2.674>
- Al Idroes, S. Z. T., Pangestuti, D. R., & Rahfiludin, M. Z. (2024). The Effect of the Emo-Demo Method on Mothers ' Knowledge , Motivation , and Self-Efficacy Regarding Exclusive Breastfeeding Practices in the Sumowono Community Health Center Working Area. *Amerta Nutrition*, 8(3), 51–60. <https://doi.org/10.20473/amnt.v8i3SP.2024.51>
- Amri, A. F., & Rachmayanti, R. D. (2022). Edukasi Emotional Demonstration dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu terhadap Pencegahan Stunting Emotional Demonstration Education to Increase Mother's Knowledge of Stunting Prevention. 341–350.
- Anastasya, E. J. (2024). PERBANDINGAN PEMBERIAN PENDIDIKAN KESEHATAN MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO DAN LEAFLET TERHADAP TINGKAT PEMAHAMAN PENDERITA HIPERTENSI TENTANG DIET DASH DI PUSKESMAS JANTI MALANG. 9.
- Artini, L. M., Budiani, N. N., Made, N., Mahayati, D., Program, M. S., & Denpasar, P. K. (2024). Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan pola pemberian makan pada balita di updt puskesmas dawan i klungkung 1,2,3. 10(2), 59–65.
- Ayu, H., Hidayah, N., Widayanti, A., Masykuroh, K., Ekonomi, P., Surakarta, U. M., Apoteker, P. P., Farmasi, F., & Prof, U. M. (2025). Mengenalkan Pentingnya Makanan Gizi Seimbang untuk Pertumbuhan Anak Usia 5-6 Tahun di KB Kenanga Desa Jagan Introducing the Importance of Balanced Nutritional Food for the Growth of 5-6 Years Old Children at KB Kenanga Jagan Village dan mewujudkan zero gr. 3, 126–137.
- Azminah, S. N., Oktaviani, R. N., Zuroida, A., Studi, P., Guru, P., Anak, P., Dini, U., Studi, P., Guru, P., Dasar, S., Psikologi, P. S., Psikologi, F., Wijaya, U., & Surabaya, P. (2025). PERAN PENGELOLA PERSATUAN ORANG TUA MURID DAN GURU PPT BUNGA TERATAI PADA PENURUNAN STUNTING MELALUI GERAKAN SADAR. 10, 26–33.
- Azzahra, F., Putri, A., Siregar, A. S., & Suraya, R. (2025). Karakteristik Perilaku Pemberian Makan dan Status Gizi Anak Balita di Berastagi. 02(03), 219–228.
- Buraini. (2023). Pengaruh Edukasi Kesehatan Melalui Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu

- Hamil Tentang Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Kotu Kecamatan Anggeraja Kabupaten Enrekang Provinsi Sulawesi Selatan. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 2(1), 62–74.
- Campbell, S., Greenwood, M., Prior, S., Shearer, T., Walkem, K., Young, S., Bywaters, D., & Walker, K. (2020). Purposive sampling: complex or simple? Research case examples. *Journal of Research in Nursing*, 25(8), 652–661. <https://doi.org/10.1177/1744987120927206>
- Dianti, Y. (2023). Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media Vidio dan Leaflet Terhadap Pengetahuan, Asupan Serta Perubahan Berat Badan Pada Mahasiswa/I Obesitas. *Politeknik Kesehatan Palembang Program Studi Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika*, 5–24. <http://repo.iain-tulungagung.ac.id/5510/5/BAB.2.pdf>
- Efficacy, S., Hamil, I. B. U., & Pemberian, D. (2022). Pengaruh emo-demo dan story telling terhadap self efficacy ibu hamil dalam pemberian asi eksklusif di wilayah kerja puskesmas muser tahun 2022. 3(3), 193–196.
- Erdaliameta, A., Khurotunisa, R., Nana, N., & Tohani, E. (2023). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Kecerdasan Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4521–4530. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.4029>
- Faizah, A. P., Sartika, R. S., & Muafiah, S. (2024). Halaman 73-82 Vol. 1 No. 2 2024 Jurnal Pengabdian Gizi dan Kesehatan Masyarakat Indonesia PENYULUHAN PENDEKATAN EMOTIONAL DEMONSTRATION (EMO-DEMO) JADWAL MAKAN BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SINGANDARU, KOTA SERANG. 1(2), 73–82.
- Haryani, T. H. (2024). Hubungan Pola Pemberian Makan Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Durian Luncuk Kabupaten Batang Hari (Vol. 14, Issue 5).
- Haryono, S. G., Maulida, N. R., & Ashari, C. R. (2023). Pengaruh Emo Demo Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Serta Keragaman Makan Balita Di Desa Langensari, Banten. *Jurnal Gizi Dan Pangan Soedirman*, 7(2), 164. <https://doi.org/10.20884/1.jgipas.2023.7.2.8933>
- Hidayah, N., Fawwaz, N. A., Ekawati, N., & Cahyadi, C. (2024). PEMBERDAYAAN REMAJA MELALUI PENDEKATAN A BEHAVIOR Kabupaten Hulu Sungai Tengah merupakan wilayah dengan kasus. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(2), 1–4.
- Hikmawati, F. (2020). metodologi penelitian.
- HRP, S. R. S. (2024). PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP KONSUMSI SAYUR DAN BUAH PADA REMAJA DI SMA NEGERI 1 SEBERIDA.
- Idris, N. H. (2022). Gambaran Pola Pemberian Makan dan Tingkat Pendidikan Orang Tua pada Balita Stunting Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Kahu Kabupaten Bone. *Universitas Hasanduin Makasar*, 1–29.
- KHOIRUNNISA, R. (2025). HUBUNGAN MODIFIKASI MAKAN DAN POLA MAKAN DENGAN STATUS GIZI PADA BALITA. 1–23.
- Kindang, I. W., Paundanan, M., Wanda, A., Triana, E., Kerinci, A., Gumolung, A. Y., & Supriastuti, A. L. (2025). PEMBERDAYAAN KADER POSYANDU DESA RANTELEDA DALAM PEMBUATAN MAKAN PENDAMPING ASI (MP-ASI). 6(1), 383–387.
- Mahdhiya, N. Z., Yani, D. I., Nurhakim, F., & Rahayuwati, L. (2024). Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Pengetahuan Mengenai Stunting Dengan Praktik Pemberian Makan. *Jurnal Surya Muda*, 6(1), 77–89. <https://doi.org/10.38102/jsm.v6i1.230>
- Mardhiyah, N. (2023). Pengaruh Emotional Demonstration Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Inisiasi Menyusui Dini Dan ASI Eksklusif Untuk Pencegahan Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Anak Air. *Fakultas Kesehatan Masyarakat*, 40–41.
- Masthura, S. (2025). Pengaruh Stres , Pola Makan dan Aktivitas Fisik terhadap Perubahan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri. 6(1), 20–29.
- MAULANA LAILATUS SA'IDAH. (2024). PENGARUH PENGGUNAAN EMOTIONAL

- DEMONSTRATION (EMO-DEMO) TENTANG PENCEGAHAN OBESITAS TERHADAP PENGETAHUAN ANAK SEKOLAH DASAR. POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA.
- MAULANI, Z. N. (2023). "PENGARUH EDUKASI MAKANAN PENDAMPING ASI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU DALAM PEMBERIAN MAKANAN PENDAMPING ASI PADA ANAK USIA 6–24 BULAN DI POSYANDU PERKUTUT II PENGASINAN KOTA BEKASI. *Nucl. Phys.*, 13(1), 104–116.
- Meigasari, & Damayanti, R. (2023). Emotional Demonstration (EMO DEMO) Education on Exclusive Breastfeeding for Infant : Literature Review. *MPPKI Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 6(5), 781–787.
- Nanda Jasmine Kurnia. (2025). KEGIATAN COOKING CLASS UNTUK PERKEMBANGAN MOTORIK HALUS ANAK USIA 5-6 TAHUN DI RA ALAMANAH TANJUNG SENANG BANDAR LAMPUNG. 1–23.
- Noer, E. R., Marfu, D., Anjani, G., & Afifah, D. N. (2024). EDUKASI PORSI MAKAN ATLET BERDASARKAN PENDIDIKAN DAN LATIHAN OLAHRAGA PELAJAR. 3(2), 52–56.
- Nuradhiani, A., Sartika, R. S., & Koerniawati, R. D. (2025). PELATIHAN EMO-DEMO (EMOTIONAL DEMONSTRATION) BAGI KADER POSYANDU SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DI 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN. 8.
- Nurfitriani, J., & Kurniasari, R. (2023). Edukasi Gizi Menggunakan Media Video Animasi dan Poster terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang pada Remaja. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(3), 503–506. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i3.2929>
- Nurhayati, R., Utami, R. B., Anisa, N., & Zanah, M. (2025). Edukasi Tindakan Pencegahan Stunting pada Ibu dengan Balita Usia 2-5 Tahun di Posyandu Nanas Desa Nglaban Kecamatan Loceret Kabupaten Nganjuk. 2(4), 3455–3459.
- Nurma, S. (2022). Pemanfaatan Teknologi Digital Pada Pendidikan Anak Usia Dini di Tk Harapan Bunda Kabupaten Aceh Barat. *Jurnal Teruna Bhakti*, 140–149.
- Nurmiyanti, L., Abditama, U. C., Nurdianti, A., Nuryanah, A., Cendekia, U., Universitas, A., Abditama, C., Sisnita, N., Nurajizah, S., Cendekia, U., Universitas, A., Abditama, C., Gizi, P., & Dini, A. U. (2025). EFEKTIVITAS PROGRAM MAKAN SEHAT TERHADAP PERKEMBANGAN GIZI PADA ANAK USIA 5-6 TAHUN DI TK CIKAL Leni_nurmiyanti@uca.ac.id.