

Meningkatkan pengetahuan ibu mengenai perilaku makan yang baik pada anak prasekolah = Increasing mothers' understanding of good eating behavior in preschooler / Tarcisia Purnamasari

Tarcisia Purnamasari, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20329597&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK

Tesis ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai membentuk perilaku makan yang baik pada anak prasekolah. Perilaku makan yang baik meliputi sikap menyukai makan dan makanan, makan makanan bervariasi, memiliki regulasi diri, dan memiliki tata krama ketika makan. Partisipan psikoedukasi ini adalah tiga puluh ibu, yang memiliki anak 3-5 tahun. Pengetahuan ibu akan diukur sebelum dan sesudah psikoedukasi dengan pre-test dan post test. Alat ukur yang digunakan adalah dibuat sendiri oleh pelaksana psikoedukasi. Pre-test dan post-test itu terdiri dari empat aspek perilaku makan yang baik. Psikoedukasi ini dilaksanakan selama dua kali, tiga sampai empat jam per sesi di mana para ibu memperoleh pengetahuan yang luas mengenai perilaku makan yang baik. Hasil analisis data menunjukkan peningkatan nilai rata-rata pre-test dan post-test sebesar 7.83, di mana data dianalisis menggunakan uji t (pair sample t test). Berdasarkan analisis, ditunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan antara pre-test dan post-test. Evaluasi dari hasil menunjukkan bahwa program ini merupakan pendekatan yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai perilaku makan yang baik pada anak prasekolah.

ABSTRACT

The objective of this study was to increase mother's understanding of good eating behavior in preschooler. Good eating behavior of appreciating food, eating variety of foods, having self-regulation, and eating manners. Thirty mothers of children aged three-until-five years completed a psychoeducation about assembling good eating behavior in preschooler. Mothers' understanding was measured after and before psychoeducation using a pre-test and post-test design. The questioner was made by the writer. It consists of four aspect of good eating behavior. The program consists of two days, three to four hour sessions in which a small group of parents become more knowledgeable in assembling good eating behavior in preschooler. The result was showed the increasement of pre- test and post-test's mean, which it was analyzed with T-test (pair sample t test). The result was significant. The evaluation indicates that psychoeducation was an effective approach for educating mothers about good eating behavior in preschooler.