
Efektivitas Edukasi dengan Emo-Demo Terhadap Pengendalian Konsumsi Garam pada Ibu Kelurahan Andalas

Gina Eliya^{1*}, Rapitos Sidiq², John Amos³, Sumihardi⁴, Evi Maria Silaban⁵

^{1,2,3,4,5} Jurusan Promosi Kesehatan, Kemenkes Poltekkes Padang

Email : ginaeliya469@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Kasus hipertensi di Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2023 menunjukkan angka sebesar 33.63%. Salah satu faktor risiko yang dapat dikendalikan adalah konsumsi garam berlebih. Pengetahuan ibu rumah tangga berperan penting dalam hal ini, namun masih minim akibat kurangnya upaya promotif. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas edukasi dengan metode Emo-Demo terhadap pengendalian konsumsi garam pada ibu rumah tangga di Kelurahan Andalas, Kecamatan Padang Timur, Kota Padang. **Metode:** Penelitian ini dilakukan dengan *mixed method* yang dilaksanakan pada 28 Januari sampai 7 Juni 2025. Data penelitian kualitatif dikumpulkan dengan cara wawancara mendalam kepada ibu rumah tangga, pemegang program gizi, ahli bahasa, dan ahli desain. Sampel kualitatif diambil menggunakan *non-probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Penelitian kuantitatif menggunakan desain *quasi experiment one group pre-test and post-test design*. Pengambilan sampel kuantitatif dilakukan dengan *non-probability sampling* menggunakan teknik *total sampling*. Data penelitian kuantitatif dikumpulkan dengan membagikan kuesioner kepada 70 orang ibu rumah tangga. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan uji Wilcoxon. **Hasil:** Hasil penelitian kualitatif berupa modul Emo-Demo konsumsi garam yang disesuaikan dengan kebutuhan sasaran. Penelitian kuantitatif memperoleh median nilai pengetahuan sebelum 9.00 dan sesudah 14.00. Median sikap sebelum 44.00 dan sesudah 49.00. Uji statistik menunjukkan perbedaan signifikan pada pengetahuan dan sikap ($p < 0.05$). **Kesimpulan:** Kesimpulan dari penelitian ini, edukasi dengan metode Emo-Demo efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu rumah tangga mengenai pengendalian konsumsi garam.

Kata kunci: konsumsi garam, hipertensi, ibu, pengetahuan dan sikap, Emo-Demo

ABSTRACT

Background: Hypertension at Andalas Public Health Center, Padang City, reached 33.63 percent in 2023. One controllable risk factor is excessive salt consumption. Housewives' knowledge plays an important role in this matter but remains limited due to the lack of promotional efforts. **Purpose:** This study aimed to determine the effectiveness of health education using the Emo-Demo method in controlling salt consumption among housewives in Andalas Subdistrict, East Padang District, Padang City. **Methods:** This research applied a mixed-method approach from January 28 to June 7, 2025. Qualitative data were collected through in-depth interviews with housewives, a nutrition program officer, a linguist, and a design expert. Qualitative sampling was conducted using non-probability sampling with a purposive sampling technique. The quantitative study used a quasi-experimental one-group pre-test and post-test design. Quantitative sampling was conducted using non-probability sampling with a total sampling technique. Data were collected from 70 housewives through a questionnaire and analyzed using univariate and bivariate methods with the Wilcoxon test. **Results:** The qualitative findings resulted in the development of a salt consumption Emo-Demo module adjusted to the needs of the target audience. Quantitative results showed an increase in the median knowledge score from 9.00 before the intervention to 14.00 after. The median attitude score increased from 44.00 to 49.00. Statistical tests showed significant differences in knowledge and attitude scores with a p-value less than 0.05. **Conclusion:** This study concludes that the Emo-Demo educational method is effective in enhancing housewives' knowledge and attitudes toward controlling salt consumption.

Keywords: salt consumption, hypertension, housewives, knowledge, attitude, Emo-Demo

* Gina Eliya, Mahasiswa Jurusan Promosi Kesehatan, Kemenkes Poltekkes Padang, ginaeliya469@gmail.com dan 083167634393

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan suatu keadaan kronis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. Penyakit ini dikategorikan sebagai *The Silent Disease*, karena penderita tidak mengetahui dirinya mengidap hipertensi sebelum memeriksakan tekanan darah. Menurut data *Fact Sheets World Health Organization* (WHO) terkait hipertensi tahun 2023, hipertensi menjadi salah satu penyebab utama kematian dini di dunia. Diperkirakan lebih dari 30% populasi pada orang dewasa diseluruh dunia mengalami hipertensi, berarti sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun mengalami hipertensi. Laporan *Survei Kesehatan Indonesia* (SKI) tahun 2023 prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur ≥ 18 tahun mencapai 37,9%, sementara untuk prevalensi hipertensi di Sumatera Barat sebesar 24,1%. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Padang 2023 didapatkan bahwa penderita hipertensi di Kota Padang sebanyak 62,5%. Data dari Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2023 ditemukan kasus hipertensi sebanyak 33,63%.¹⁻⁶

Hipertensi dapat mengganggu aktivitas dan menyebabkan komplikasi, seperti penyakit jantung koroner, gagal ginjal, dan stroke jika tidak terkendali dan tidak diupayakannya pencegahan secara dini. Hipertensi disebabkan oleh banyak faktor risiko, baik yang dapat diubah maupun tidak dapat diubah. Faktor risiko yang dapat diubah, seperti obesitas, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol dan kafein berlebih, stres, keseimbangan hormonal serta konsumsi garam yang berlebihan.^{1,7}

Kebiasaan konsumsi garam setiap hari yang tinggi menjadi penyebab utama hipertensi. Garam berperan dalam menahan cairan tubuh, yang pada gilirannya meningkatkan volume darah tanpa penambahan ruang. Akibatnya, peningkatan volume darah ini menyebabkan tekanan yang lebih tinggi dalam arteri. WHO menyebutkan batas konsumsi garam per orang dalam sehari sebanyak 5 gram per hari. Berdasarkan perhitungan dari data konsumsi masyarakat Kota Padang, rata-rata konsumsi garam dari masakan

rumah tangga mencapai 2,69 gram per orang per hari. Angka ini memang masih berada di bawah batas yang ditetapkan WHO, tetapi penting untuk dicatat bahwa perhitungan ini hanya mencakup garam yang digunakan dalam masakan rumah tangga, tanpa memperhitungkan sumber garam lain seperti makanan olahan, jajanan, dan makanan kemasan. Sebagai perbandingan, rata-rata konsumsi garam dari masakan rumah tangga di Kota Pariaman tercatat sebesar 2,39 gram per orang per hari, sementara di Kota Bukittinggi sebesar 2,32 gram per orang per hari.⁸⁻¹⁰

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan beberapa masyarakat di Puskesmas Andalas, terungkap bahwa sebagian besar masyarakat menyukai makanan dengan rasa asin kuat dan kerap menambahkan garam, baik saat memasak maupun sebelum menyantap hidangan, dengan takaran bervariasi antara 1 sendok teh hingga 1 sendok makan. Meskipun masyarakat memahami bahwa konsumsi garam berlebih dapat memicu hipertensi, mereka belum mengetahui secara pasti batas aman harian maupun cara pengendaliannya yang tepat. Kekhawatiran akan berkurangnya cita rasa masakan membuat mereka enggan mengurangi garam, ditambah kebiasaan menambahkan garam saat makan yang sulit dihilangkan. Minimnya edukasi dari puskesmas menyebabkan aspek pengendalian konsumsi garam kurang mendapat perhatian.

Selama ini sudah banyak upaya pencegahan oleh pemerintah dan tenaga kesehatan, seperti pencegahan hipertensi dengan Cek Kesehatan Berkala, Enyahkan Asap Rokok, Rajin Aktivitas Fisik, Diet yang Sehat dan Seimbang, Istirahat Cukup, serta Kelola Stress (CERDIK). Penerapan perilaku CERDIK belum maksimal karena kurangnya wawasan dan kesadaran masyarakat yang disebabkan oleh ketidaksesuaian media atau metode yang digunakan dengan karakteristik sasaran. Puskesmas Andalas sudah melakukan upaya untuk mencegah hipertensi, termasuk menyediakan media informasi mengenai hipertensi, seperti leaflet, poster, dan video animasi yang membahas mengenai hipertensi.¹¹⁻¹³

Emo-Demo adalah suatu metode panduan partisipatif yang disusun untuk menyampaikan

pesan sederhana dengan pendekatan yang menyenangkan dan/atau menyentuh emosi. Pesan metode Emo-Demo diperkuat dengan menciptakan pengalaman emosional yang lebih kuat dan partisipasi langsung yang praktis untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Metode Emo-Demo memberikan dampak yang lebih besar pada beberapa bagian fungsi otak. Hal ini membuat pesan yang disampaikan melalui metode Emo-Demo lebih mudah diingat. Metode Emo-Demo menggunakan berbagai cara yang memiliki ciri, seperti imajinatif dan merangsang untuk mencapai perubahan perilaku kesehatan.¹⁴⁻¹⁶

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan *mixed method* yaitu mengkombinasikan pendekatan kualitatif dan kuantitatif dalam satu penelitian.¹⁷ Penelitian kualitatif dilakukan dengan wawancara mendalam bertujuan untuk mendapatkan informasi mendalam terkait pembuatan modul Emo-Demo konsumsi garam. Penelitian kuantitatif dilakukan menggunakan *quasi experiment design* (rancangan eksperimen semu) dengan *one group pre-test and post-test design*, untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan sikap ibu rumah tangga tentang pengendalian konsumsi garam sebelum dan sesudah intervensi dilakukan.

Informan diambil menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik non-probability sampling jenis purposive sampling. Informan terdiri dari ibu rumah tangga, pemegang program gizi, ahli bahasa, dan ahli desain. Sampel berjumlah 70 orang ibu rumah tangga yang diambil menggunakan teknik non-probability sampling yaitu total sampling. Pelaksanaan penelitian berlangsung dari 28 Januari hingga 7 Juni 2025 di RT 03, RW 04, Kelurahan Andalas, Kecamatan Padang Timur, Kota Padang.

Instrumen penelitian kualitatif dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri dilengkapi dengan pedoman wawancara, sementara kuantitatif dengan kuesioner yang berjumlah 15 pertanyaan terkait pengetahuan dan 10 pertanyaan mengenai sikap. Data kualitatif dianalisis menggunakan triangulasi sumber dan teori,

sedangkan kuantitatif dianalisis dengan uji Wilcoxon.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Karakteristik Informan dan Responden

1. Karakteristik informan

Penyusunan rancangan modul Emo-Demo dilakukan wawancara mendalam kepada beberapa informan dengan berbagai latar belakang. Berikut distribusi informan wawancara mendalam:

Tabel 1. Karakteristik Informan

No	Nama Inisial	Jenis Kelamin	Keterangan	Kode
1.	MR	Perempuan	ibu rumah tangga	IU1
2.	NY	Perempuan	ibu rumah tangga	IU2
3.	SL	Perempuan	PJ Gizi	IK1
4.	YS	Perempuan	Ahli Bahasa	IP1
5.	VC	Laki-Laki	Ahli Desain	IP2

2. Karakteristik responden

Responden dalam penelitian ini sebanyak 70 orang ibu rumah tangga di Kelurahan Andalas Kota Padang. Karakteristik responden berdasarkan umur dan pendidikan sebagai berikut:

Tabel 2. Karakteristik Responden

Variabel Responden	Kategori	Frekuensi	%
Umur	< 30	1	1,4
	30-40	8	11,4
	41-50	34	48,6
	51-60	17	24,3
	> 60	10	14,3
Jumlah		70	100,0
Pendidikan	SMP	3	4,3
	SMA/SMK	50	71,4
	D1/D2/D3/S1	17	24,3
Jumlah		70	100,0

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 41-50 tahun sebanyak 34 orang (48.6%). Latar belakang pendidikan responden mayoritas adalah SMA/SMK

dengan jumlah 50 orang (71.4%). Secara keseluruhan, karakteristik responden didominasi oleh kelompok usia paruh baya dan latar belakang pendidikan menengah atas.

B. Hasil Penelitian

1. Rancangan modul Emo-Demo konsumsi garam berdasarkan kebutuhan ibu rumah tangga Kelurahan Andalas, Kecamatan Padang Timur, Kota Padang

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci dan pendukung terkait penyusunan materi, tata bahasa dan desain modul Emo-Demo didapatkan beberapa masukan. Pemegang program gizi menyarankan agar kartu bantu diberi pengantar dan tampilannya dibuat lebih rapi agar mudah dipahami. Ahli bahasa menyarankan penggunaan kata-kata yang lebih mudah dimengerti dan takaran garam yang umum dipakai di dapur, seperti sendok teh. Ahli desain menyarankan agar warna tulisan lebih jelas, posisi nomor urut rapi, dan ditambahkan tanda panah agar arah bacaan mudah diikuti. Setelah dilakukan revisi berdasarkan hasil wawancara didapatkan rancangan modul Emo-Demo yang benar dan tepat serta sesuai dengan sasaran. Berikut hasil modul Emo-Demo yang sudah direvisi:



Gambar 1. Media Emo-Demo

2. Median pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan metode Emo-Demo

Parameter statistik dalam penelitian ini terhadap pengetahuan responden mengenai pengendalian garam sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan metode Emo-Demo dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Median pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi

Parameter	Pengetahuan Sebelum	Pengetahuan Sesudah	Selisih
Mean	9.39	14.31	4.92
Median	9.00	14.00	5.00
Std.	2.059	0.753	1.30
Deviation			6
n			

Hasil analisis menunjukkan peningkatan median pengetahuan responden dari 9.00 sebelum intervensi menjadi 14.00 setelah intervensi. Kenaikan sebesar 5.00 ini menunjukkan bahwa intervensi berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan responden.

3. Median sikap responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan metode Emo-Demo

Parameter statistik dalam penelitian ini terhadap sikap responden mengenai pengendalian garam sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan metode Emo-Demo dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Median sikap responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi

Parameter	Sikap Sebelum	Sikap Sesudah	Selisi h
Mean	43.97	49.04	5.07
Median	44.00	49.00	5.00
Std. Deviation	2.894	1.122	1.772

Berdasarkan tabel 4, didapatkan median sikap sebelum intervensi yaitu 44.00, sedangkan median sikap setelah intervensi yaitu 49.00. Dapat disimpulkan bahwa sikap responden mengalami peningkatan dengan nilai selisih sebanyak 5.00. Peningkatan ini menunjukkan adanya perbaikan sikap responden ke arah yang lebih positif setelah diberikan intervensi.

- Perubahan pengetahuan responden mengenai pengendalian konsumsi garam sebelum dan sesudah diberikan intervensi menggunakan metode Emo-Demo

Berikut hasil uji statistik median pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi dengan metode Emo-Demo mengenai pengendalian konsumsi garam pada ibu rumah tangga.

Tabel 5. Perubahan median pengetahuan ibu rumah tangga sebelum dan sesudah diberikan intervensi

Perbedaan Pengetahuan	n	Median± SD	p-value
Sebelum	70	9.00 ± 2.059	0.0001
Sesudah	70	14.00 ± 0.753	

Tabel diatas menunjukkan median pengetahuan ibu rumah tangga sebelum diberikan intervensi adalah 9.00. Setelah intervensi dengan metode Emo-Demo, median pengetahuan meningkat menjadi 14.00. Hasil analisis ini juga menunjukkan sebelum diberikan intervensi standar deviasi sebesar 2.059 dan setelah intervensi turun menjadi

0.753, yang menunjukkan semakin kecil selisih antara median dengan masing-masing nilai responden. Hasil uji statistik menunjukkan *p-value* sebesar 0.0001 yang berarti terdapat perbedaan median pengetahuan yang signifikan secara statistik antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi metode Emo-Demo.

- Perubahan sikap responden mengenai pengendalian konsumsi garam sebelum dan sesudah diberikan intervensi menggunakan metode Emo-Demo

Berikut hasil uji statistik median sikap sebelum dan sesudah intervensi dengan metode Emo-Demo.

Tabel 6. Perubahan median sikap ibu rumah tangga sebelum dan sesudah diberikan intervensi

Perbedaan Sikap	n	Median± SD	p-value
Sebelum	70	44.00 ± 2.894	0.0001
Sesudah	70	49.00 ± 1.122	

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa median sikap responden sebelum diberikan intervensi dengan metode Emo-Demo mengenai pengendalian konsumsi garam pada ibu rumah tangga sebesar 44.00 dan sesudah diberikan intervensi terjadi peningkatan menjadi 49.00. Standar deviasi sebelum intervensi sebesar 2.894 dan setelah diberikan intervensi sebesar 1.122. Hasil uji statistik menunjukkan *p-value* sebesar 0.0001 yang berarti adanya perbedaan bermakna antara nilai sikap sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

C. Pembahasan Penelitian

- Rancangan modul Emo-Demo konsumsi garam berdasarkan kebutuhan ibu rumah tangga Kelurahan Andalas, Kecamatan Padang Timur, Kota Padang

Modul Emo-Demo konsumsi garam dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu rumah tangga mengenai

pengendalian konsumsi garam. Hal ini disebabkan oleh desain modul yang disesuaikan dengan kondisi sasaran, meliputi bahasa yang familiar, elemen visual menarik yang menampilkan gambar rempah alami dan bahan makanan rendah garam pada kartu, serta isi pesan yang relevan dengan kebutuhan sasaran terkait pengendalian konsumsi garam. Metode Emo-Demo yang dirancang mampu menyampaikan informasi secara sederhana, menyentuh emosi dan mendorong partisipasi aktif. Melalui praktik langsung, diskusi kelompok, dan alat bantu visual yaitu wadah, sendok teh dan garam yang mudah diperoleh di lingkungan sekitar membuat ibu rumah tangga lebih mudah memahami dan mengingat informasi yang disampaikan.

Hal ini sesuai dengan penelitian oleh et al. Bidari (2022) menyebutkan pelaksanaan metode Emo-Demo melibatkan demonstrasi dan alat peraga mampu menyampaikan pesan secara nyata, sehingga memudahkan peserta memahami materi, meningkatkan motivasi, serta mendorong perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku ke arah yang positif. Penelitian Yulita, et al (2024) juga menyatakan metode Emo-Demo memadukan pendekatan imajinatif dan emosional untuk mendorong perubahan perilaku kesehatan secara lebih efektif.^{18,19}

Penelitian yang dilakukan oleh Amri, et al. (2022) tentang edukasi dengan metode Emo-Demo dalam meningkatkan pengetahuan ibu terhadap pencegahan stunting menunjukkan metode Emo-Demo mampu meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pencegahan stunting dan mendorong perubahan perilaku ibu. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yulia, et al. (2024) tentang pengaruh edukasi dengan metode Emo-Demo terhadap pengetahuan dan sikap

masyarakat usia produktif mengenai pencegahan hipertensi yang menyatakan metode Emo-Demo efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat usia produktif.^{20,21}

2. Pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan metode Emo-Demo

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada hasil uji statistik menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu rumah tangga sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan metode Emo-Demo mengenai pengendalian garam. Median pengetahuan sebelum diberikan intervensi 9.00 dengan standar deviasi 2.059 meningkat setelah diberikan intervensi menjadi 14.00 dengan standar deviasi 0.753. Penurunan nilai standar deviasi menggambarkan bahwa semakin kecil selisih antara median dengan masing-masing nilai responden. Keberhasilan metode Emo-Demo dalam menyampaikan materi secara efektif kepada seluruh ibu rumah tangga.

Setelah intervensi dilakukan, peningkatan jumlah jawaban benar tampak signifikan pada seluruh butir pertanyaan. Semua responden (100%) menjawab benar pada pertanyaan nomor 1, 2, dan 6. Pertanyaan terendah di jawab benar oleh responden, pada nomor 8 menjadi 66 orang (94.3%) dan nomor 15 menjadi 65 orang (92.9%). Peningkatan ini menunjukkan bahwa edukasi dengan metode Emo-Demo berhasil meningkatkan pemahaman serta kemampuan analisis ibu rumah tangga dalam mengendalikan konsumsi garam.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Haryono, et al. (2023) menyebutkan edukasi gizi melalui intervensi metode Emo-Demo kepada ibu balita Desa Langensari meningkatkan skor pengetahuan ibu balita tentang MP-ASI, hal ini membuktikan metode Emo-Demo berpengaruh pada

pengetahuan ibu balita ($p>0.05$). Penelitian Triana, et al. (2023) juga menemukan bahwa pendekatan metode Emo-Demo efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pola asuh anak dan pencegahan stunting.^{22,23}

3. Sikap responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan Metode Emo-Demo

Hasil uji statistik dalam penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada sikap ibu rumah tangga sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan metode Emo-Demo. Median sikap sebelum intervensi sebesar 44.00 dengan standar deviasi 2.894, meningkat menjadi 49.00 dengan standar deviasi 1.122 setelah intervensi. Peningkatan median menunjukkan bahwa setelah mendapatkan edukasi, ibu rumah tangga memiliki kecenderungan sikap yang lebih positif terhadap pengendalian konsumsi garam. Penurunan standar deviasi juga menggambarkan selisih antara median dengan masing-masing nilai responden semakin kecil.

Seluruh indikator sikap mengalami peningkatan setelah responden mengikuti edukasi. Nilai pada pernyataan penyebab hipertensi yang perlu dikelola meningkat dari 86% menjadi 99% dengan selisih 13%. Pernyataan terkait mengurangi konsumsi garam membantu mencegah hipertensi meningkat dari 87% menjadi 99% dengan selisih peningkatan 12%, sementara pernyataan mengenai batas konsumsi garam 5 gram (1 sendok teh) per hari meningkat dari 78% menjadi 100% dengan selisih 22%. Peningkatan ini menggambarkan bahwa ibu rumah tangga mulai memahami pentingnya membatasi konsumsi garam tidak hanya secara teori, tetapi juga dalam kesadaran afektif.

Peningkatan sikap ini didukung oleh keunggulan metode Emo-Demo yang menciptakan suasana belajar interaktif

dan mendorong partisipasi aktif. Materi yang disampaikan secara sederhana dan praktis membuat peserta lebih mudah memahami dan mengingat isi edukasi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Muyassaroh, et al. (2021) yang menyatakan bahwa ibu memiliki sikap negatif sebelum diberikan edukasi dengan metode Emo-Demo, namun setelah intervensi terjadi perubahan sikap menjadi positif. Penelitian Haryono, et al. (2023) juga menunjukkan adanya peningkatan skor median sikap ibu sebelum dan sesudah diberikan intervensi metode Emo-Demo dengan nilai p -value 0.0001 (<0.05), yang menunjukkan pengaruh signifikan dari metode Emo-Demo terhadap perubahan sikap ibu dalam pengelolaan MP-ASI di Desa Langensari.^{22,24}

4. Perubahan pengetahuan responden mengenai pengendalian konsumsi garam sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan metode Emo-Demo

Hasil uji statistik dengan uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai p -value 0.0001 ($p<0.05$) yang berarti terdapat perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan metode Emo-Demo. Temuan ini memperlihatkan bahwa edukasi dengan metode Emo-Demo berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan pengetahuan ibu rumah tangga mengenai pengendalian garam sebagai upaya pencegahan hipertensi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yulita, et al. (2024), yang meneliti pengaruh metode Emo-Demo Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) terhadap peningkatan pengetahuan ibu dalam upaya pencegahan stunting. Penelitian tersebut menunjukkan adanya peningkatan skor median pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan metode Emo-Demo, dengan nilai

p-value sebesar 0,0001. Penelitian Pratama, et al. (2024) juga menemukan perbedaan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah dilakukan edukasi dengan metode Emo-Demo pada ibu menyusui tentang kebutuhan ASI bayi sampai dengan usia 1 bulan, dengan p-value 0,0001.^{19,25}

5. Perubahan sikap responden mengenai pengendalian konsumsi garam sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan metode Emo-Demo

Hasil uji statistik dengan uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai *p-value* 0.0001 ($p < 0.05$) yang berarti ada perbedaan bermakna antara sikap sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan metode Emo-Demo. Hasil tersebut menunjukkan adanya pengaruh edukasi dengan metode Emo-Demo terhadap peningkatan sikap ibu rumah tangga mengenai pengendalian konsumsi garam dalam upaya pencegahan hipertensi.

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini seiring dengan temuan Fidzikri, et al. (2022), yang melaporkan bahwa rata-rata nilai sikap ibu balita mengalami peningkatan dengan nilai signifikansi sebesar 0.0001 ($p < 0,05$) menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dari edukasi metode Emo-Demo terhadap peningkatan sikap ibu balita. Selaras dengan hal tersebut, penelitian Yulia, et al. (2024) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa edukasi dengan metode Emo-Demo berpengaruh terhadap peningkatan sikap masyarakat usia produktif terkait penyakit hipertensi di Desa Ganting Wetan, dengan perbedaan rata-rata skor sikap sebelum dan sesudah intervensi sebesar 14,17.^{21,26}

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa edukasi menggunakan metode Emo-Demo konsumsi garam efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu rumah tangga sebelum dan sesudah

diberikan edukasi mengenai pengendalian konsumsi garam ($p < 0.05$).

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan dan penyusunan penelitian ini, khususnya kepada Bapak Rapitos Sidiq, S.KM, M.PH dan Bapak John Amos, S.KM, M.Kes yang telah memberikan bimbingan selama proses penelitian berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada kedua orang tua penulis, atas segala dukungan secara moral maupun material.

REFERENSI

1. Medika TB. Berdamai dengan Hipertensi. Cetakan 1. Sari YNI, editor. Jakarta: Bumi Medika; 2022. 138 p.
2. Rechika Amelia Eka Putri1 DRE. Hubungan Perilaku Makan dengan Persepsi Kesehatan Lansia Hipertensi di Kelurahan Gebang Wilayah UPTD Puskesmas Patrang. J Ilmu Kesehat. 2024;4(1):1–6.
3. Shimizu Y. Fact Sheets Hypertension [Internet]. World Health Organization. 2023 [cited 2024 Sep 30]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
4. Kesehatan BKP. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam Angka. 2023.
5. Padang DKK. Profil Kesehatan Kota Padang Tahun 2023 Edisi 2024. Padang; 2024.
6. Andalas P. UPTD Puskesmas Andalas Laporan Tahunan 2023. Padang; 2023.
7. Isnaini, Hermawati. Hubungan Tingkat Pengetahuan Hipertensi Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Di Puskesmas Ngemplak Boyolali. IJOH Indones J Public Heal [Internet]. 2024;2(2):187–97. Available from: <https://jurnal.academiacenter.org/index.php/IJOH/article/view/329/353>
8. Morika HD, Yurnike MW. Hubungan Terapi Farmakologi Dan Konsumsi Garam Dalam Pencapaian Target Tekanan Darah

9. Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Lubuk Buaya Padang. *J Kesehat Med Saintika*. 2016;7(2):11–24.
10. Marni, Soares D, Ulkhasanah ME, Rahmasari I, Firdaus I. *Penatalaksanaan Hipertensi*. Pekalongan: PT Nasya Expanding Management; 2023. 120 p.
11. Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat. *Pola Konsumsi Makanan Penduduk Provinsi Sumatera Barat*. BPS sumbar [Internet]. 2024;13. Available from: <https://sumbar.bps.go.id/linkTableDinamis/view/id/124>
12. Nugroho R, Suprpto FA. *Kesehatan Desa Bagian 1: Konsep Dasar*. Jakarta: Elex Media Komputindo; 2021. 117 p.
13. Novianti D, Dewi FST. *Implementasi Program CERDIK pada Sumber Daya Manusia Kesehatan (SDMK) di Kabupaten Bondowoso*. Universitas Gadjah Mada; 2022.
14. Purba JEB. *Promosi Kesehatan pada Tatanan Klinis & Komunitas*. Purwodadi: CV. Sarnu Untung; 2024. 100 p.
15. Pratama RMK, Handayani AM, Andriani L, Yunus A, Novita RGH. *Edukasi Emotional Demonstration pada Ibu Menyusui*. Pekalongan: Penerbit NEM; 2023. 90 p.
16. Winarni LM, Damayanti R, Prasetyo S, Afiyanti Y. *Kesejahteraan Psikologis Ibu Hamil Melalui Intervensi Psikoedukasi LASTRI*. Pekalongan: Penerbit NEM; 2023.
17. Junita E, Kristina E, Herawati R, Bewelli Fahmi Y, Profesi Bidan P, Pasir Pengaraian U, et al. *The Effect of Emo-Demo Training on the Knowledge and Skills of Posyandu Cadres Regarding “ASI Only Enough.”* *Jambura J*. 2022;4:8–14.
18. Sarrul Bariah, Setyaningrum V, Fithriyyah YN, Windiany E, Haluti F, Kusumastuti SY, et al. *Buku Ajar Konsep Dasar Penelitian*. Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia; 2024. 185 p.
19. Bidari GI, Ruhana A. *Perbandingan Hasil Edukasi MP-ASI Antara Metode Emotional Demonstration dan Team Game Tournament Pada Ibu Baduta Kabupaten Trenggalek*. *J Kesehat Masy Gizi* [Internet]. 2022;5(1):147–55. Available from: <https://ejournal.medistra.ac.id/index.php/JKG>
20. Yulita, Jairan EN, Nababan ASV. *Pengaruh Emo-Demo Pemberian Makan Bayi Dan Anak (PMBA) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Posyandu Rangkaian Melati*. *J Pharm Sci*. 2024;684–9.
21. Amri AF, Rachmayanti RD. *Edukasi Emotional Demonstration dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu terhadap Pencegahan Stunting*. *Media Giizi Kesmas*. 2022;5–11.
22. Yulia IK, Jupriyono J, Lala H. *Pengaruh Edukasi Emo-Demo terhadap Pengetahuan dan Sikap Masyarakat Usia Produktif Mengenai Pencegahan Hipertensi*. *J Heal Res Sci*. 2024;4(02):132–41.
23. Haryono SG, Maulida NR, Ashari CR. *Pengaruh Emo Demo Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Serta Keragaman Makan Balita Di Desa Langensari, Banten*. *J Gizi dan Pangan Soedirman*. 2023;7(2):164.
24. Triana V, Utami MW, Adiratna P, Iskandar N, Ismira A, Febria T, et al. *Gerakan Pencegahan Stunting melalui Peningkatan Pengetahuan Ibu dengan Metode Emotional Demonstration di Wilayah Kerja Puskesmas Mungo*. *J Abdimas Kesehat*. 2023;5(2):276.
25. Muyassaroh Y, Fatmayanti A. *Pengaruh Permainan Emo-Demo ATIKA (Ati, Telur, Ikan) Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tingkah laku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil*. *J Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*. 2021;12(2):222.
26. Mustikasari R, Pratama K, Wijayanti IO. *Emotional demonstration pada ibu menyusui tentang kebutuhan ASI bayi sampai dengan usia 1 bulan*. *Pengabdian*

- Masy Berkemajuan.
2024;8(September):2506–13.
26. Fidzikri NBT, Ulfa L, Sulistyowati Y,
Zaelani A, Syafriyanti W. Effectiveness of
Emotional Demonstration Counseling on
Knowledge, Attitudes and Behavior of
Mothers of Stunting Toddlers in
Sukaresmi Village Nanda. KESANS Int J
Heal Sci. 2025;4(7):1–23.