



Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Dalam Penurunan Stunting Di Desa Mega Timur Dan Sungai Malaya Kabupaten Kubu Raya

The Influence of Nutritional Education on Toddler's Mom Knowledge in Declining Stunting at Mega Timur and Sungai Malaya, Kubu Raya District

Suci Afifah¹, Indah Budiastutik*², Elly Trisnawati³, Marlenywati⁴
^{1,2,3,4}Peminatan Gizi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pontianak

e-mail: *indahbudiastutik@unmuhpnk.ac.id

ABSTRACT

Nutrition education is a strategic approach in reducing stunting rates, stunting is a condition of failure to grow in toddlers due to chronic malnutrition, especially in the first 1,000 days of a child's life. According to the 2023 Indonesian Health Survey (SKI), the prevalence of stunting in Indonesia is still high, reaching 21.5%, while the prevalence of stunting in West Kalimantan is 20.6%, with the prevalence in Kubu Raya Regency recording a figure of 25.4. The low understanding of mothers under five about child nutrition and improper feeding patterns is the main factor in the high stunting rate, so nutrition education interventions are urgently needed to optimize understanding to understand children's nutritional needs. This study aims to analyze the impact of nutrition education on the understanding of mothers under five about stunting in East Mega Village and Sungai Malaya, Ambawang District, Kubu Raya Regency. This type of analysis is quantitative with a quasi-experimental design, one group pretest-posttest design. The sample consisted of 30 mothers under five who had toddlers aged 0-59 months, who were selected using purposive sampling. Intervention in the form of nutrition education with the instruments used, namely pre-test and post-test questionnaires. The implementation period is carried out for three months, namely in July-October 2024. The data was analyzed using the paired sample t-test. Nutrition education had an effect on improving maternal knowledge after the intervention, with a p-value of $0.000 < 0.05$. It was concluded that increasing maternal knowledge through nutrition education has proven to be effective as one way to overcome stunting reduction.

Keywords : *Stunting; Maternal Knowledge; Nutrition Education*

PUBLISHED BY :

Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Parepare
Address :
Jl. Jend. Ahmad Yani Km. 6, Lembah Harapan
Kota Parepare, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnalmakes@gmail.com

Phone :

+62 853 3520 4999

Article history :

Received 6 September 2024

Received in revised form 16 November 2024

Accepted 15 Desember 2024

Available online 2 Januari 2025

ABSTRAK

Edukasi gizi merupakan pendekatan strategis dalam menurunkan angka stunting, stunting yaitu kondisi gagal tumbuh pada balita dikarenakan kekurangan gizi kronis, khususnya pada 1.000 hari pertama kehidupan anak. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi balita stunting di Indonesia masih tinggi yakni mencapai 21,5%, sementara prevalensi balita stunting di Kalimantan Barat sebesar 20,6%, dengan prevalensi di Kabupaten kubu raya mencatat angka 25,4. Rendahnya pemahaman ibu balita tentang gizi anak dan pola pemberian makan yang tidak tepat menjadi faktor utama tingginya angka stunting, sehingga intervensi edukasi gizi sangat dibutuhkan untuk mengoptimalkan pemahaman untuk memahami kebutuhan nutrisi anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan ibu balita mengenai stunting di Desa Mega Timur dan Sungai Malaya, Kecamatan Ambawang, Kabupaten Kubu Raya. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan *quasi eksperimental*, desain *one group pretest-posttest design*. Sampel terdiri dari 30 ibu balita yang mempunyai balita berusia 0-59 bulan, yang dipilih menggunakan purposive sampling. Intervensi berupa edukasi gizi dengan instrumen yang digunakan yaitu kuesioner *pre-test* dan *post-test*. Periode pelaksanaan dilakukan selama tiga bulan yaitu pada Juli-Oktober 2024. Data dianalisis menggunakan uji *paired sampel t-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan dalam pengetahuan ibu setelah intervensi, dengan nilai *p-value* $0,000 < 0,05$. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah bahwa peningkatan pengetahuan ibu melalui edukasi gizi terbukti efektif menjadi salah satu cara mengatasi penurunan stunting.

Kata Kunci: Stunting, Pengetahuan Ibu, Edukasi Gizi

PENDAHULUAN

Edukasi gizi merupakan salah satu pendekatan strategis untuk menurunkan angka stunting, khususnya bagi ibu balita yang memiliki peran penting dalam menentukan asupan gizi anak (1). Stunting adalah kondisi yang ditandai dengan pertumbuhan yang tidak memadai pada anak di bawah lima tahun, akibat kekurangan gizi kronis, terutama selama 1.000 hari pertama kehidupan. Akibatnya, upaya yang serius diperlukan untuk mengatasi dan mengurangi masalah stunting selama anak usia dini, bahkan dalam kehidupan 1000 HPK sebagai periode emas dalam pencegahan dan penurunan stunting. (2). Menurut WHO, *stunting* didefinisikan sebagai keadaan tinggi badan seorang anak lebih rendah dari standar pertumbuhan yang ditetapkan akibat malnutrisi kronis selama periode penting pertumbuhan (3). Keputusan Menkes No 1995/MENKES/SK/XII/2010 mengenai Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak, arti pendek dan sangat pendek ialah status gizi yang didasari pada Indeks PB menurut Umur (PB/U) atau TB menurut Umur (TB/U) yang ialah istilah stunted dan severely stunted. (4).

Menurut data World Health Organization (WHO) terkait prevalensi balita stunting pada tahun 2023, Prevalensi balita stunting di Indonesia sebesar 21,5%. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi balita stunting di Indonesia masih tinggi yakni mencapai 21,5%, sementara prevalensi balita stunting di Kalimantan Barat sebesar 20,6%, dengan prevalensi di Kabupaten kubu raya mencatat angka 25,4 (5).

Pendidikan gizi merupakan upaya penting dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap pola makan yang sehat dan bergizi. Berdasarkan sebagian analisis bahwa tingkat pemahaman ibu bisa berdampak pada kenaikan stunting Edukasi ini dapat membantu ibu memahami kebutuhan nutrisi anak serta dampak negatif dari kekurangan gizi (6). Dengan pemahaman yang lebih baik, diinginkan ibu mampu menyediakan makanan bergizi yang mendukung pertumbuhan anak. Hal ini

berkontribusi pada pengurangan risiko stunting sekaligus peningkatan kualitas kesehatan generasi mendatang. (7).

Faktor-faktor seperti rendahnya pemahaman ibu tentang gizi anak dan pola pemberian makan yang tidak tepat menjadi penyebab tingginya angka stunting. Oleh karena itu, intervensi edukasi yang efektif sangat diperlukan untuk memperbaiki pola pengasuhan anak (8). Program edukasi gizi dapat mencakup informasi tentang pentingnya ASI eksklusif, pemberian MP-ASI yang berkualitas, dan nutrisi tambahan lainnya. Dengan pemahaman yang lebih baik, ibu dapat mengambil keputusan yang tepat untuk mendorong perkembangan anak dengan optimal (9).

Metode edukasi yang interaktif dan mudah dipahami sangat penting, khususnya di daerah pedesaan (10), seperti Mega Timur dan Sungai Malaya. Kegiatan seperti penyuluhan di posyandu, kelas gizi, dan kunjungan rumah oleh tenaga kesehatan dapat menjadi sarana efektif untuk menyampaikan informasi tentang gizi anak. Pelatihan tentang cara menyiapkan makanan sehat dengan bahan lokal juga penting untuk meningkatkan keterampilan ibu. Dukungan ini diharapkan mampu mengurangi risiko stunting melalui penerapan pola makan sehat (11).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan ibu balita mengenai stunting di Desa Mega Timur dan Sungai Malaya, Kecamatan Ambawang, Kabupaten Kubu Raya.

METODE

Penelitian ini ialah penelitian kuantitatif dengan rancangan *quasi eksperimental*, bentuk desain yang dipakai ialah *one group pretest-posttest design* untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi pada ibu balita stunting dalam upaya penurunan stunting. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Mega Timur dan Sungai Malaya. Periode pelaksanaan dilakukan selama tiga bulan yaitu pada Juli-Oktober 2024. Penelitian ini menggunakan strategi *purposive sampling* dengan kriteria inklusi yaitu ibu yang memiliki balita usia 0-59 bulan yang bersedia menjadi responden dan ukuran sampelnya sangat terbatas, sebanyak 30 responden. Intervensi yang diberikan berupa edukasi tentang stunting dengan media *power point* dan poster edukasi. Sebelum intervensi responden diminta untuk mengisi kuesioner (*pretest*) dan sesudah intervensi dilakukan pengukuran pengetahuan ibu kembali menggunakan kuesioner (*posttest*) mengenai stunting. Analisis univariat menggunakan analisis deskriptif statistik dengan menampilkan persentase pada setiap kategori sub variabel, sedangkan analisis bivariat uji *paired sampel t-test* untuk mengetahui perbedaan rata-rata sebelum dan rata-rata setelah diberikan edukasi.

Edukasi dimulai dengan pengumpulan ibu-ibu yang rutin mengunjungi posyandu, di mana peneliti menjelaskan tujuan penelitian secara langsung kepada para responden. Ibu-ibu diminta mengisi kuesioner *pretest* mengenai pengetahuan mereka tentang penyebab dan dampak stunting, serta pentingnya asupan nutrisi. Setelah pengisian kuesioner yang memakan waktu sekitar 15-30 menit, peneliti memberikan edukasi tentang stunting dan membagikan poster edukasi yang berisi informasi

singkat dan gambar-gambar untuk mempermudah pemahaman. Edukasi dilakukan menggunakan media *PowerPoint* dan poster agar informasi dapat diakses kapan saja oleh para ibu. Setelah sesi edukasi, ibu-ibu diminta untuk mengisi kuesioner *posttest* guna mengevaluasi pemahaman mereka setelah menerima informasi mengenai stunting.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Balita

Variabel	Responden	Persentase (%)
Pendidikan		
SD	14	46,7
SMP	5	16,7
SMA	10	33,3
S1	1	3,3
Suku		
Melayu	4	13,3
Madura	15	50,0
Bugis	4	13,3
Jawa	5	16,7
Dayak	1	3,3
Flores	1	3,3
Status Bekerja		
Tidak Bekerja	27	90,0
Bekerja	3	10,0
Riwayat Bersalin		
Selain di fasyankes	13	43,3
Di fasyankes	17	56,7
Penolong Persalinan		
Non Nakes	13	43,3
Nakes	17	56,7
Kategori Umur Ibu		
<40 Tahun	28	93,3
>40 Tahun	2	6,7
Kategori Usia Menarche		
Dini	4	13,3
Normal	21	70,0
Lambat	5	16,7
Kategori Usia Menikah		
Pernikahan Anak	22	73,3
Pernikahan Ideal	8	26,7
Total	30	100

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 1 menunjukkan bahwa tingkat pendidikan terakhir terbanyak ibu balita hanya tingkat sekolah dasar sebanyak 14 orang (46,7%). Mayoritas suku berasal dari kelompok madura sebanyak 15 orang (50%). Mayoritas ibu balita tidak bekerja atau berstatus sebagai IRT sebanyak 27 orang (90%). Mayoritas ibu balita melahirkan difasilitas kesehatan sebanyak 17 orang (56,7%). Mayoritas penolong persalinan dibantu tenaga kesehatan sebanyak 17 orang (56,7%). Sebagian besar ibu balita berusia <40

tahun sebanyak 28 orang (98,3%). Mayoritas ibu balita mengalami usia menarche norma sebanyak 121 orang (70%). Sebagian besar ibu balita menikah dibawah usia ideal yakni sebanyak 22 orang (73,3%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Balita

Variabel	Responden	Persentase (%)
Kategori Umur Balita		
0-23 Bulan	12	40,0
24-59 Bulan	18	60,0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	12	40,0
Perempuan	18	60,0
Total	30	100

Sumber : Data Primer, 2024

Dari tabel 2 Mayoritas balita yaitu berusia 24-59 bulan atau > 2 tahun sebanyak 18 balita (60%) sedangkan balita berumur 0-23 bulan atau < 2 tahun sebanyak 12 balita (40%). Mayoritas balita perempuan sebanyak 18 balita (60%) dan laki-laki sebanyak 12 balita (40%).

Tabel 3. Pengaruh Edukasi Gizi Pengetahuan Ibu Balita

Variabel	Min	Max	Mean	Standar Deviasi	Standar Error Mean	N	P-value
Pengetahuan pre-test	20	45	52,83	19,682	3,593	30	0.000
post-test	95	100	72,00	14,479	2,644	30	

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan uji *paired sampel t-test* menunjukkan hasil analisis bivariat diketahui rata-rata nilai pengetahuan sebelum diberikan intervensi 52,83 dengan nilai minimum 20 dan maximum 45 dan rata-rata nilai sesudah diberikan intervensi 72,00 dengan nilai minimum 95 dan nilai maximum 100 dan diperoleh nilai *p-value* $0,000 < 0,05$ artinya pengetahuan ibu balita meningkat setelah diberikan edukasi, maka dapat diartikan bahwa adanya pengaruh intervensi edukasi gizi pada pengetahuan ibu balita sebelum dan sesudah dilakukan intervensi..

PEMBAHASAN

Hasil uji *paired sample t-test* menyatakan bahwa edukasi gizi berpengaruh signifikan pada pemahaman ibu balita dengan *p-value* 0,000. Ini menyatakan bahwa intervensi edukasi gizi mampu meningkatkan pemahaman ibu terhadap pentingnya gizi bagi kesehatan anak. Nilai rata-rata menunjukkan secara keseluruhan mengalami peningkatan signifikan. Dan nilai minimum mengalami peningkatan yang artinya ibu balita yang sebelumnya memiliki pemahama atau skor rendah pun mengalami peningkatan dan adanya peningkatan nilai maksimum yang artinya responden dengan pemahaman atau skor tinggi pun masih meningkat pengetahuannya. Penelitian ini sejalan dengan

analisis Munir & Audyna (2022) yang menyatakan bahwa intervensi mengenai edukasi gizi efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu (12). Edukasi berkelanjutan ini sangat penting dalam pencegahan stunting dan kesehatan anak secara keseluruhan guna mendukung peningkatan kesehatan anak dan kualitas hidup keluarga yang lebih baik (13)

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa edukasi pencegahan stunting, baik melalui media maupun pendidikan kesehatan lainnya, terbukti efektif dalam mengoptimalkan pengetahuan dan sikap ibu balita terkait pencegahan stunting (14). Intervensi ini memberikan dampak signifikan terhadap pemahaman ibu balita sebelum dan sesudah pelatihan, sehingga dapat dijadikan contoh promosi kesehatan untuk mempercepat penurunan angka stunting (15). Adapun, keberlanjutan Pendidikan sangat penting bagi ibu balita untuk memahami masalah stunting dan strategi pencegahannya, termasuk pasokan komponen makanan bergizi yang penting untuk tumbuh kembang anak (16).

Selain hasil yang diperoleh, keberhasilan intervensi edukasi gizi dalam penelitian ini menunjukkan pentingnya metode penyampaian informasi yang efektif. Penggunaan media seperti *PowerPoint* dan poster edukasi yang menarik dan sederhana terbukti membantu ibu balita memahami informasi kompleks tentang stunting dengan lebih mudah. Upaya ini tidak hanya mengoptimalkan pemahaman ibu balita, tapi juga mendorong perubahan sikap yang lebih positif terhadap pola asuh dan pemberian gizi bagi anak (17).

Keunggulan menggunakan media *powerpoint* dalam edukasi diantaranya penyajian visual yang dimana media *powerpoint* memungkinkan penyajian informasi dalam bentuk visual yang menarik, struktur materi yang sistematis sehingga memudahkan responden mengikuti alur penyajian materi (18). Sedangkan keunggulan menggunakan media poster edukasi yakni penyampaian informasi yang ringkas untuk menyajikan poin-poin penting atau ringkasan materi dengan desain yang menarik dan meningkatkan minat responden terhadap media edukasi (19).

Jenjang pendidikan juga memberi dampak tingkat pengetahuan. Jenjang pengetahuan yang baik membantu memilih makanan dengan bijak dan benar, serta mengatasi masalah kesehatan dengan benar (20) Pengetahuan ibu balita tentang gizi secara langsung mempengaruhi kondisi stunting pada balita, sebab itu, upaya kenaikan pendidikan dan penyuluhan tentang gizi bagi ibu sangat penting untuk mencegah masalah stunting (21). Edukasi mengenai pemahaman ibu balita mengenai stunting dan gizi merupakan langkah strategis untuk mencegah stunting pada anak. Dengan itu rogram-program kesehatan masyarakat yang menargetkan peningkatan pengetahuan gizi diharapkan dapat berkontribusi dalam mengurangi prevalensi stunting di Indonesia (22).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dilakukan menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan ibu balita melalui edukasi gizi sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Adanya peningkatan tersebut menunjukkan bahwa edukasi gizi terbukti efektif. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu balita yang baik menjadi salah satu cara mengatasi kejadian stunting. Oleh karena itu diharapkan untuk terus mengembangkan program edukasi gizi yang lebih terstruktur dan berkelanjutan. Program ini sebaiknya mencakup materi yang relevan dan mudah dipahami, dengan demikian, pengetahuan yang baik bisa diimplementasikan secara langsung pada keseharian, sehingga dapat menurunkan angka stunting secara signifikan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih pada LPPM Universitas Muhammadiyah Pontianak atas biaya Hibah Penelitian Dosen TA 2023/2024 Nomor : 012/II.3.AU.21/SP/2024.

DAFTAR PUSTAKA

1. Willmart AC, Nimas F, Krissandyani R, Nadhiroh SR. Edukasi Gizi sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Stunting pada Kader Posyandu dalam Program “ Desa Emas : Percepatan Penurunan Stunting ” Nutrition Education as an Effort to Increase Knowledge Relate to Stunting Prevention for Posyandu Cadres. *Media Gizi Kesmas*. 2024;13(1):43–50.
2. Indah Budiastutik, Muhammad Zen Rahfiludin. Faktor Risiko Stunting pada anak di Negara Berkembang . *Amerta Nutr*. 2019;3(3):122–9.
3. WHO. Malnutrition. 2024.
4. Marlenywati M, Rizky A. Determinan Stunting Balita Usia 24-59 Bulan Di Daerah Tepian Sungai Kapuas Kota Pontianak. *Jumantik*. 2023;9(2):80.
5. kementerian kesehatan RI badan kebijakan pembagunan kesehatan. Dalam Angka. Kota Bukittinggi Dalam Angka. 2023;01:1–68.
6. Suminar E, Zuhroh DF, Ernawati, Abidah S, Maria S, Ainiyah Q, et al. Edukasi Gizi Seimbang Kepada Anak Sekolah Dasar Di Desa Mriyunan Kecamatan Sidayu, Kabupaten Gresik. Vol. 1, Seminar Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat Dan Kuliah Kerja Nyata. 2024.
7. BKKBN. Dapur Sehat Atasi Stunting. BKKBN. 2023 Oct;
8. J RF, Huljannah N, Rochmah TN. Program Pencegahan Stunting Di Indonesia: A Systematic Review. *Media Gizi Indones (National Nutr Journal)*. 2022;17(3):281–92.
9. Septina R, Puspitasari Y, Wardani R, Rohmah LM. Edukasi Pentingnya ASI Eksklusif dan MP-ASI Dalam Mencegah Stunting. *JURPIKAT (Jurnal Pengabdian Kpd Masyarakat)*. 2024;5(3):737–46.
10. Nugraha NP, Ilmi AA, Patima. Metode Edukasi Gizi Berbasis Komunitas Pada Anak Usia Sekolah:Telaah Literatur. *Alauddin Sci J Nurs*. 2021;2(2):118–34.
11. Zamzam KF, Agustin RD, Kurniawan C. Peranan posyandu untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak. *J Pembelajaran Pemberdaya Masy*. 2024;5(3):416–23.
12. Munir Z, Audyna L. Pengaruh Edukasi Tentang Stunting Terhadap Pemgetahuan Dan Sikap Ibu Yang Mempunyai Anak Stunting. *J Keperawatan Prof*. 2022;10(2):29–54.
13. Naulia RP, Hendrawati H, Saudi L. Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemenuhan Nutrisi Balita Stunting. *J Ilmu Kesehat Masy*. 2021;10(02):95–101.
14. Ginanjar MR, Anggraini PT, Dekawaty A. Effect of Health Education on Knowledge and Attitudes of Mothers With Stunting Children. *J Masker Med*. 2022;10(2):701–8.
15. Lail Handini, Trisnawati E, Marlenywati, Budiastutik I. The Effect Of Education Through Diary Stunting Prevention Against Strengthening Mother ’ s Knowledge In A Family Camp Of High Quality Charity (A Case Study On The Tribe Of Ahe). *Eduhealth*. 2023;14(04):527–32.

16. Trisnawati Y. Pengaruh Edukasi Stunting Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Bayi dalam Pencegahan Stunting di Posyandu Kaca Piring. *J Ilmu Kebidanan (Journal Midwifery Sci.* 2022;10(2):57–66.
17. Permatasari AA, Lolita DC, Chotimah CC. Peran Media Digital Dalam Upaya Promosi Kesehatan Untuk Meningkatkan Kesehatan Masyarakat : Tinjauan Literatur. *Zaitun (Jurnal Ilmu Kesehatan).* 2023;10(2):1–4.
18. Wulandari E. Pemanfaatan Powerpoint Interaktif Sebagai Media Pembelajaran Dalam Hybrid Learning. *JUPEIS J Pendidik dan Ilmu Sos.* 2022;1(2):26–32.
19. Yulianti D. Keefektifan Penggunaan Media Poster Dan Media Gambar Berseri Dalam Keterampilan Menulis Teks Biografi Peserta Didik Kelas X Sma Negeri 10 Makassar. 2020;(3).
20. Fifi D, Hendi S. Pentingnya Kesehatan Masyarakat, Edukasi Dan Pemberdayaan Perempuan Untuk Mengurangi Stunting Di Negara Berkembang. *J Pros Semin Nas Kesehat [Internet].* 2020;2(01):16–25. Available from: <http://ejurnal.stikesrespati-tsm.ac.id/index.php/semnas/article/view/246>
21. Amalia ID, Lubis DPU, Khoeriyah SM. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Relationship Between Mother’S Knowledge on Nutrition and the Prevalence of Stunting on Toddler. *J Kesehat Samodra Ilmu.* 2021;12(2):146–54.
22. Ningrum D, Lindayani E, Faozi A, Ma’ruf NM, Fauziyah RN, Diii P, et al. Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Makanan Sehat untuk Mencegah Stunting pada Anak Usia Dini. *J Pendidik Tambusai [Internet].* 2023;7(1):12–9. Available from: <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/5645>