



Efektifitas Pengetahuan Ibu Balita Terkait Gizi Seimbang Balita Untuk Mencegah Stunting Melalui Penyuluhan Di Gampong Kiran Krueng Jangka Buya Pidie Jaya

Ambia Nurdin¹, Nurhaliza², Zamzami³, Amiruddin⁴, Zakiyuddin⁵, Ricky Dear Fitria⁶, Fauzi Aldina⁷, Hendra Cipta⁸, Muhammad Haikal⁹

¹Ambia Nurdin, Dosen Pengajar pada Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama Jl. Blang Bintang Lama Km 8,5 Lampoh Keude Aceh Besar, email: ambianurdin_fkm@abulyatama.ac.id

²Nurhaliza, Mahasiswa pada Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama Jl. Blang Bintang Lama Km 8,5 Lampoh Keude Aceh Besar, email: Nurhaliza25oc@gmail.com

³Zamzami, Staf Pengajar Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Abulyatama Jalan Blang Bintang Lama KM. 8,5 Lampoh Keude Aceh Besar Indonesia, email: zamzami_fkip@abulyatama.ac.id

⁴Amiruddin, Dosen Pengajar pada Program Studi Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dan Rekreasi. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Syiah Kuala Darussalam Banda Aceh. Email : amiruddin_ulka@unsyiah.ac.id

⁵Zakiyuddin, Dosen Pengajar pada Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Teuku Umar, Jalan Alue Peunyareng, Gunong Kleng, Meureubo, Aceh Barat, email: zakiyuddin@utu.ac.id

⁶Ricky Dear Fitria, Dosen Pengajar Pada Program Studi Teknik Radiodiagnostik dan Radioterapi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sihat Beurata Banda Aceh, Jalan Pocut Baren No. 79 Gampong Keuramat Banda Aceh. Email : rickenaganraya@gmail.com

⁷Fauzi Aldina, Dosen pengajar pada program Studi Bimbingan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Jabar Ghafur Sigli Jalan Gle Gapui Sigli Kabupaten Pidie Aceh . email: fauzaldina@unigha.ac.id

⁸Hendra Cipta, Dosen Pengajar Pada Program Studi Psikologi, Universitas Islam Negeri (UIN) Ar-Raniry Banda Aceh, Jalan Syeah Abdur Rauf, Kopelma Darussalam Banda Aceh, email: hendra.cipta@ar-raniry.ac.id

⁹Muhammad Haikal, Peneliti, email: emhaambianurdin@gmail.com

ABSTRAK : Pemenuhan gizi sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak terutama dalam 1000 hari pertama kehidupan (HPK). Keluarga, terutama ibu-ibu berperan penting dalam pemberian gizi seimbang, karena itu ibu-ibu harus memiliki pengetahuan yang baik tentang itu. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu-ibu balita tentang gizi seimbang pada balita. Kegiatan ini dilaksanakan di desa Kiran Krueng. Penelitian ini menggunakan metode desain pra experimental jenis one group pretest-posttest design. Sasaran pada penelitian ini adalah ibu-ibu Desa Kiran Krueng Kecamatan Jangka Buya Kabupaten Pidie Jaya. Kuesioner dalam penelitian ini digunakan untuk meneliti tentang pengaruh pemberian penyuluhan tentang stunting terhadap peningkatan pengetahuan ibu-ibu Desa Kiran Krueng Kecamatan Jangka Buya Kabupaten Pidie Jaya. Jumlah Sampel yang diambil sebanyak 20 ibu-ibu. Di ketahui bahwa kebanyakan responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 20 responden dengan persentase 100%, sedangkan usia kebanyakan berusia 25-30 tahun sebanyak 12 responden dengan persentase 60%. Tingkat pengetahuan ibu-ibu sebelum diberikan penyuluhan terbanyak adalah kategori sedang 7 orang (35%). Tingkat pengetahuan ibu-ibu sesudah diberikan penyuluhan terbanyak adalah kategori tinggi 20 orang (100%). Rata tingkat pengetahuan ibu-ibu sebelum diberikan penyuluhan yaitu 2,05 dan sesudah diberikan penyuluhan yaitu 1,00. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hasil positif dari proses penyuluhan yang dilakukan.

Kata Kunci: Gizi seimbang, Balita, Stunting

ABSTRACT: Fulfillment of nutrition is very important for the growth and development of children, especially in the first 1000 days of life (HPK). Family, especially mothers play an important role in providing balanced nutrition, therefore mothers must have good knowledge about it. The purpose of this activity is to increase the

Received Agustus 28, 2023; Revised September 20, 2023; Accepted Oktober 06, 2023

* Ambia Nurdin, ambianurdin_fkm@abulyatama.ac.id

knowledge of mothers of toddlers about balanced nutrition in toddlers. This activity was carried out in the village of Kiran Krueng. This study used a pre-experimental design method with the type of one group pretest-posttest design. The target in this study were the women of Kiran Krueng Village, Jangka Buya District, Pidie Jaya Regency. The questionnaire in this study was used to examine the effect of providing counseling about stunting on increasing the knowledge of women in Kiran Krueng Village, Jangka Buya District, Pidie Jaya Regency. The number of samples taken was 20 mothers. It is known that most of the respondents were female as many as 20 respondents with a percentage of 100%, while most of them were aged 25-30 years as many as 12 respondents with a percentage of 60%. The highest level of knowledge of mothers before being given counseling was in the moderate category, 7 people (35%). The highest level of knowledge of mothers after being given counseling was in the high category, 20 people (100%). The average level of knowledge of mothers before being given counseling was 2,05 and after being given counseling, it was 1,00. From these results it can be concluded that there were positive results from the counseling process carried out.

Keywords: *Balanced nutrition, Toddlers, Stunting*

PENDAHULUAN

Stunting adalah salah satu masalah gizi buruk yang sering dihadapi oleh negara-negara berkembang. Sekitar 65% kematian balita disebabkan oleh gizi buruk dan kurang gizi dimana merupakan sepertiga dari beban penyakit anak dan ibu. (Adeela A, Seur K, 2016)

Saat ini, stunting merupakan salah satu masalah yang dunia sedang hadapi, khususnya terjadi pada negara-negara yang miskin dan negara berkembang salah satunya indonesia. Kematian anak didunia juga berkaitan dengan masalah stunting atau gizi kurang. Ada sekitar sepertiga kasus kematian yang diakibatkan gizi kurang setiap tahunnya. Masalah gizi pada balita ini memiliki efek yang serius, dimana akan terjadi gagal tumbuh serta memiliki keterlambatan baik dalam perkembangan dan kecerdasan, yang lebih buruk lagwi dapat menyebabkan kematian. (Utamingtyas, 2020).

Masalah anak pendek (stunting) merupakan salah satu permasalahan gizi yang dihadapi di dunia, khususnya di negara-negara miskin dan berkembang (Unicef, 2013). Stunting menjadi permasalahan karena berhubungan dengan meningkatnya risiko terjadinya kesakitan dan kematian, perkembangan otak suboptimal sehingga perkembangan motorik terlambat dan terhambatnya pertumbuhan mental (Lewit, 1997; Kusharisupeni, 2002; Unicef, 2013).

Di indonesia tingkat kesadaran akan gizi masih kurang sehingga tingkat malnutrisi masih tinggi. Pengetahuan pemenuhan kebutuhan pangan dan nilai pangan masih sangat kurang, akibat kurangnya informasi atau pengetahuan tentang gizi (Azria & Husnah, 2016). Gizi seimbang adalah pemenuhan kebutuhan makanan yang di konsumsi sehari-hari dan mengandung zat gizi dengan jenis dan jumlah yang sesuai dibutuhkan tubuh (Fajriani et al, 2020).

Faktor penyebab langsung masalah gizi yaitu melalui makanan dan penyakit, sedangkan penyebab tidak langsung yaitu kebutuhan pangan keluarga yang kurang, kurangnya pola asuh yang tidak memadai, pelayanan lingkungan dan kesehatan yang kurang memadai, pokok dari permasalahan di masyarakat, keluarga serta kurangnya pemanfaatan sumber daya masyarakat (Fajriani et al, 2020). Pengetahuan gizi bagi orang tua sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan mengurangi masalah gizi pada keluarga (Masrikhiy & Ah, 2020).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain pra experimental jenis one group pretest-posttest design. Populasi pada penelitian ini adalah ibu-ibu Desa Kiran Krueng Kecamatan Jangka Buya Kabupaten Pidie Jaya. Tehnik sampling yang digunakan adalah total sampling. Pada penelitian variabel independen adalah pemberian penyuluhan tentang gizi seimbang untuk mencegah stunting, sedangkan variabel dependen adalah pengetahuan ibu-ibu Desa Kiran Krueng Kecamatan Jangka Buya Kabupaten Pidie Jaya. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 21 Desember 2022 di Desa Kiran Krueng Kecamatan Jangka Buya Kabupaten Pidie Jaya. Jenis instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner dalam penelitian ini digunakan untuk meneliti tentang pengaruh pemberian penyuluhan tentang gizi seimbang untuk mencegah stunting terhadap peningkatan pengetahuan ibu-ibu Desa Kiran Krueng Kecamatan Jangka Buya Kabupaten Pidie Jaya. Jumlah Sampel yang diambil sebanyak 20 ibu-ibu.

Setelah melakukan penyuluhan kami membagikan koesioner post-test untuk mengevaluasi pengetahuan ibu-ibu. Pemberian post-test dilakukan ketika ibu hendak meninggalkan posyandu, sekitar 15-20 menit setelah penyuluhan.

Kuesioner ini terdiri dari 20 soal dengan Jawaban benar diberikan nilai 1 dan jawaban salah diberi nilai 0, kemudian hasil dari perhitungan presentasi ini akan dikategorikan menurut skala ordinal menjadi 3 kategori yaitu rendah (0-7), sedang (8-14), dan tinggi (15-20). Data yang diperoleh akan di analisa menggunakan paired simple t-test untuk mengetahui dari kedua uji yang digunakan (sebelum dan sesudah penyuluhan stunting) peneliti menggunakan program analisis statistic dengan tingkat kepercayaan 95% < 0,05. Apabila diperoleh hasil $p < 0,05$ maka terdapat pengaruh pemberian penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan ibu-ibu tentang gizi seimbang untuk mencegah stunting.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu-ibu tentang gizi seimbang untuk mencegah stunting di Desa Kiran Krueng Kecamatan Jangka Buya Kabupaten Pidie Jaya. Penelitian diawali dengan melakukan tes awal (*pretest*) dengan tujuan untuk mengukur pengetahuan awal para ibu-ibu Desa Kiran Krueng Kecamatan Jangka Buya Kabupaten Pidie Jaya terkait mencegah stunting, selanjutnya dilakukan proses penyuluhan yang disampaikan oleh tim peneliti. Kemudian setelah penyuluhan selesai para ibu-ibu Desa Kiran Krueng Kecamatan Jangka Buya Kabupaten Pidie Jaya diberikan tes akhir (*posttest*) untuk mengukur peningkatan pengetahuan ibu-ibu terkait stunting pasca penyuluhan apakah terdapat peningkatan atau tidak.

Tabel.1. Demografi responden berdasarkan jenis kelamin dan usia

No	Variable	F	%
	Jenis Kelamin		
1.	Perempuan	20	100
2.	Laki-laki	0	0
	Total	20	100
	Usia		
1.	25-30 Tahun	13	65
2.	31-35 Tahun	4	20
3.	36-40 Tahun	3	15
	Total	20	100

Berdasarkan tabel 1. di ketahui bahwa kebanyakan responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 20 responden dengan persentase 100%, sedangkan usia kebanyakan berusia 25-30 tahun sebanyak 13 responden dengan persentase 65%, responden yang berusia 31-35 tahun sebanyak 4 reponden dengan persentase 20%, dan responden yang berusia 36-40 tahun sebanyak 3 responden dengan persentase 13%.

Tabel 2. Pengetahuan ibu-ibu Sebelum diberikan Penyuluhan

No	Pre-test	(f)	(%)
1.	Tinggi	6	30
2.	Sedang	7	35
3.	Rendah	7	35
	Total	20	100

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa rata-rata tingkat pengetahuan ibu-ibu sebelum diberikan penyuluhan yaitu kategori rendah 7 orang (35%), kategori tinggi 6 orang (30%), kategori sedang 7 orang (35%).

Tabel 3. Pengetahuan ibu-ibu Sesudah diberikan Penyuluhan

No	Post-test	(f)	(%)
1.	Tinggi	20	100
2.	Sedang	0	0
3.	Rendah	0	0
Total		20	100

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa rata-rata tingkat pengetahuan ibu-ibu sesudah diberikan penyuluhan yaitu kategori rendah 0 orang (0%), kategori sedang 0 orang (0%), dan tinggi 20 orang (100%). Tingkat pengetahuan ibu-ibu sesudah diberikan penyuluhan terbanyak adalah kategori tinggi 20 orang (100%).

Tabel 4. Perbedaan Pengetahuan ibu-ibu Sebelum dan Sesudah diberikan Penyuluhan

No	Variabel	Mean	SD	Sig
1.	<i>Pretest</i>	2,05	826	0,00
2.	<i>Posttest</i>	1,00	000	

Berdasarkan Tabel 4 diketahui rata tingkat pengetahuan ibu-ibu sebelum diberikan penyuluhan yaitu 2,05 dan sesudah diberikan penyuluhan yaitu 1,00. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hasil positif dari proses penyuluhan yang dilakukan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan hasil yang cukup baik, dimana terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan ibu-ibu mengenai stunting. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa program penyuluhan dapat menjadi salah satu metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan ibu-ibu mengenai stunting. Dengan meningkatnya pengetahuan ibu-ibu maka diharapkan dapat menurunkan tingkat resiko kurang stunting pada balita disekitarnya.

Penyuluhan gizi seimbang untuk mencegah stunting merupakan bagian penting dalam upaya perbaikan kasus stunting dimasyarakat.. Penyuluhan yang diberikan dapat mempengaruhi perilaku seseorang jika informasi yang diterima oleh suatu obyek penelitian sebaiknya dapat diaplikasikan langsung dalam kehidupan sehari-hari sehingga menjadi pola perilaku berubah ke arah lebih baik.

KESIMPULAN

Penelitian ini menggunakan desain pra experimental jenis one group pretest-posttest design. Populasi pada penelitian ini adalah ibu-ibu Desa Kiran Krueng Kecamatan Jangka Buya Kabupaten Pidie Jaya. Kuesioner dalam penelitian ini digunakan untuk meneliti tentang pengaruh pemberian penyuluhan tentang stunting terhadap peningkatan pengetahuan ibu-ibu Desa Kiran Krueng Kecamatan Jangka Buya Kabupaten Pidie Jaya. Jumlah Sampel yang diambil sebanyak 20 ibu-ibu.

Di ketahui bahwa kebanyakan responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 20 responden dengan persentase 100%, sedangkan usia kebanyakan berusia 25-30 tahun sebanyak 13 responden dengan persentase 65%, responden yang berusia 31-35 tahun sebanyak 4 responden dengan persentase 20%, dan responden yang berusia 36-40 tahun sebanyak 3 responden dengan persentase 13%.

Rata-rata tingkat pengetahuan ibu-ibu sebelum diberikan penyuluhan yaitu kategori rendah 7 orang (35%), kategori tinggi 6 orang (30%), kategori sedang 7 orang (35%). Tingkat pengetahuan ibu-ibu sebelum diberikan penyuluhan terbanyak adalah kategori sedang 7 orang (35%).

Rata tingkat pengetahuan ibu-ibu sebelum diberikan penyuluhan yaitu 2,05 dan sesudah diberikan penyuluhan yaitu 1,00. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hasil positif dari proses penyuluhan yang dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adeela A, Seur K (2016). Dampak Penentu Sosial-Ekonomi Ibu Pada Stunting Anak Usia Dini Di Maladewa: Analisis Survei Demografis Kesehatan Maladewa. *Jurnal Internasional Riset Ilmiah & Teknologi*. 5: 190-200.
- Azria, C. R & Husnah. (2016). Pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan dan perilaku ibu tentang gizi seimbang balita kota banda aceh. *Jurnal kedokteran syiah kuala*, 16(2), 87-92. <http://www.jurnal.unsyiah.ac.id/JKS/article/view/5055>
- Fajriani, Aritonang, E. Y., & Nasution, Z., (2020). Hubungan pengetahuan, sikap dan tindakan gizi seimbang keluarga dengan status gizi anak balita usia 2-5 tahun. *Jurnal ilmu kesehatan masyarakat*, 9(1), 1-11. <http://journals.stikim.ac.id/index.php/jikm/article/view/470>
- Lewit EM, Kerrebrock N. 1997Population-Based Growth Stunting, The Future Of Children Children And Poverty 7:2

- Masrikhiy, R., & Ah. (2020). Peningkatan pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang dalam pemenuhan gizi keluarga. *Jurnal pengabdian kepada masyarakat*, 4(3), 476-481. <http://journal.unilak.ac.id/index.php/dinamisia/article/view/3636/233>
- Unicef Indonesia, 2013. Ringkasan Kajian Gizi Ibu dan Anak, Oktober 2012. Akses www.unicef.org Tanggal 16 Desember 2013