

**Praktik Pendidikan Gizi Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Pencegahan Stunting di Dusun Sidokerto Desa Purwomartani, Kapanewon Kalasan, Kabupaten Sleman**

**Nutrition Education Practices as an Effort to Increase Mother's Knowledge about Stunting Prevention in Dusun Sidokerto Purwomartani Village, Kapanewon Kalasan, Sleman Regency**

Casnuri<sup>1\*</sup>, Endang Lestiawati<sup>2</sup>, Nur Hayani<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta

<sup>2</sup>Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta

<sup>3</sup>Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta

<sup>1\*</sup>casnuri.unriyo@gmail.com, <sup>2</sup>endanglestia26@gmail.com, <sup>3</sup>Yaninurha7@gmail.com

\*penulis korespondensi

**Abstrak**

Latar Belakang: Stunting adalah gangguan tumbuh kembang yang disebabkan oleh kekurangan asupan gizi yang tidak sesuai dengan kebutuhan yang dialami anak dibawah usia 2 tahun atau 1000 hari sejak lahir. Angka prevalensi stunting di Indonesia sebesar 24,4% pada tahun 2021 dan sebanyak 17,3% di DIY, sedangkan di Kapanewon Kalasan sebesar 7,4%. Persentase ini menempatkan Kalasan menjadi kapanewon dengan angka stunting tertinggi di wilayah Kabupaten Sleman. Salah satu upaya untuk menurunkan prevalensi stunting adalah dengan meningkatkan pengetahuan ibu tentang Praktik Edukasi Gizi. Praktik edukasi gizi merupakan suatu metode serta upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan perilaku pemberian makan sehingga terciptanya status gizi optimal. Tujuan Penelitian : Mengetahui pengaruh praktik edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita sebagai upaya pencegahan stunting di Dusun Sidokerto Kalurahan Purwomartani Kapanewon Kalasan. Metode Penelitian: Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Quasi Eksperimen dengan rancangan one group pre-test and post-test design Nonequivalent Control Group, teknik pengambilan total sampling dengan jumlah sampel sebanyak 18 orang ibu balita pada kelompok perlakuan dan kontrol. Hasil Penelitian: Hasil penelitian menunjukkan pada awal sesi sebelum diberikan pendidikan gizi tentang pemberian makan pada balita sebagai salah satu risiko stunting, mayoritas ibu masih memiliki pengetahuan yang cukup (57,9%) dan kurang (36,8%). Hanya 5,3% yang memiliki pengetahuan gizi baik, namun setelah edukasi gizi, 68,4% ibu memiliki tingkat pengetahuan baik. Rerata skor sebelum edukasi sebesar 60,5 + 18,9 dan meningkat menjadi 88,4 + 13,8 setelah edukasi gizi ( $P < 0,05$ ). Kesimpulan: Pendidikan gizi secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan ibu terkait pemberian makan pada balita sebagai upaya pencegahan stunting.

**Kata Kunci: Edukasi Gizi; Pengetahuan; Pencegahan Stunting**

**Abstract**

Background: Stunting is a growth and development disorder caused by a lack of nutritional intake that does not match the needs experienced by children under the age of 2 years or 1000 days from birth. The stunting prevalence rate in Indonesia is 24.4% in 2021 and is 17.3% in DIY, while in Kapanewon Kalasan it is 7.4%. This percentage places Kalasan as the Kapanewon with the highest stunting rate in the Sleman Regency area. One of the efforts to reduce the prevalence of stunting is

to increase mothers' knowledge about Nutrition Education Practices. The practice of nutrition education is a method as well as an effort to increase nutritional knowledge and feeding behavior so as to create optimal nutritional status. Research Objectives: To determine the effect of nutritional education practices on increasing the knowledge of mothers under five as an effort to prevent stunting in Sidokerto Hamlet, Purwomartani Kapanewon Kalasan. Research Methods: The method used in this study was a Quasi Experiment with a one group pre-test and post-test design Nonequivalent Control Group, total sampling technique with a total sample of 18 mothers under five in the treatment and control groups. Research Results: The results showed that at the beginning of the session before giving nutrition education about feeding toddlers as one of the risks of stunting, the majority of mothers still had sufficient knowledge (57.9%) and less (36.8%). Only 5.3% had good knowledge of nutrition, but after nutrition education, 68.4% of mothers had good knowledge. The mean score before education was  $60.5 + 18.9$  and increased to  $88.4 + 13.8$  after nutrition education ( $P < 0.05$ ). Conclusion: Nutrition education can significantly increase mother's knowledge regarding feeding toddlers as an effort to prevent stunting.

**Keywords: Nutrition Education; Knowledge; Stunting Prevention**

## 1. PENDAHULUAN

Stunting adalah gangguan tumbuh kembang yang disebabkan oleh kekurangan asupan gizi yang tidak sesuai dengan kebutuhan sehingga, menyebabkan pertumbuhan anak tidak sesuai dengan usianya (1). Gangguan pertumbuhan tersebut disebabkan oleh kesalahan dalam pemberian nutrisi berupa energi, karbohidrat, protein, dan beberapa zat gizi lainnya. Stunting yang terjadi pada janin hingga anak usia dua tahun dapat menyebabkan peningkatan angka kematian dan menurunkan sistem imun pada bayi dan anak (2).

Tingkat pengetahuan ibu juga merupakan faktor penyebab keterlambatan tumbuh kembang pada anak. Pemahaman ibu tentang pola asuh dan pemenuhan kebutuhan zat gizi untuk diri sendiri maupun anak yang kurang menyebabkan anak mengalami gizi kurang serta dapat menyebabkan stunting (3). Gangguan tumbuh kembang pada anak dapat dicegah salah satunya dengan pemberian makanan pada anak yang baik dan benar. Pengetahuan ibu tentang gizi dapat membantu meningkatkan status gizi anak dalam mencapai pertumbuhan yang optimal. Anak-anak yang stunting lebih mungkin mengalami masalah kesehatan fisik dan mental. Akibatnya, tidak semua anak tumbuh dan berkembang seiring bertambahnya usia, bahkan ada yang mengalami kecacatan dan kelainan (4).

Angka prevalensi stunting di Indonesia sebesar 24,4% pada tahun 2021 dan sebanyak 17,3% di DIY, sedangkan di Kapanewon Kalasan sebesar 7,4%. Persentase ini menempatkan Kalasan menjadi kapanewon dengan angka stunting tertinggi di wilayah Kabupaten Sleman. Angka prevalensi stunting di Indonesia sebesar 24,4% pada tahun 2021. Angka tersebut terhitung masih tinggi dibandingkan dengan batas yang ditetapkan WHO yaitu 20%. Diharapkan pada tahun 2024, angka prevalensi stunting turun hingga 14% (2).

## 2. METODE/PERANCANGAN/MATERIAL

Metode yang digunakan adalah Quasi Eksperimen dengan rancangan one group pre-test and post-test design *Nonequivalent Control Group*, teknik pengambilan total sampling dengan jumlah sampel sebanyak 15 orang ibu balita pada kelompok perlakuan dan kontrol. Data pengetahuan gizi diperoleh dengan kuesioner, data keterampilan diperoleh dengan observasi ceklist, dan edukasi gizi diberikan selama 2x dengan jarak interval 2 minggu menggunakan media leaflet dan ceramah.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden control dan perlakuan

Tabel 1. Usia responden kelompok kontrol dan perlakuan

Usia Responden(Tahun)	Jumlah (n)	Persentase (%)
<20	0	0
20-35	30	100
>35	0	0
Jumlah	30	100

Tabel 2. Pendidikan responden kelompok kontrol dan perlakuan

Pendidikan Responden	Jumlah (n)	Persentase (%)
Menengah Perguruan Tinggi	24	80
Jumlah	30	100

Tabel 3. Pekerjaan responden kelompok kontrol dan perlakuan

Pekerjaan Responden	Jumlah (n)	Persentase (%)
Karyawan (buruh lepas)	10	33.3
Ibu Rumah Tangga	20	66.7
Jumlah	30	100

Tabel 4. Pengetahuan responden kelompok kontrol dan perlakuan

Variabel	Rata-rata nilai		P-Value
	Pre-Test (%)	Post-Test (%)	
<b>Pengetahuan Perlakuan</b>			
Baik	3 (20)	12 (80)	0.00
Cukup	8 (53.3)	3 (20)	
Kurang	4 (26.7)	-	
<b>Kontrol</b>			
Baik	3 (20)	3 (20)	0.00
Cukup	10 (66.7)	10 (66.7)	
Kurang	2 (13.3)	2 (13.3)	

Penelitian yang dilakukan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu secara signifikan (0.00) melalui edukasi gizi terjadi peningkatan pada kelompok perlakuan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi dan Aminah (2016) yang menyatakan jika pemberian edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita stunting (5).

Pendidikan merupakan faktor yang semakin penting dalam kehidupan sehari-hari. Tingkat pendidikan akan mempengaruhi persepsi seseorang tentang kognitif dan memiliki penalaran yang tinggi (2). Dengan tingkat pendidikan yang tinggi maka ibu akan cenderung menerima informasi, baik dari orang lain maupun dari media massa. Semakin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula pengetahuan yang didapatkan melalui edukasi gizi (6). Tingkat pengetahuan erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan ibu dengan pendidikan tinggi, maka ibu akan semakin mudah mendapatkan informasi dan luas pula pengetahuannya (7). Pendidikan orang tua merupakan salah satu faktor penting dalam status gizi. Karena dengan pendidikan yang baik,

maka orang tua dapat menerima segala informasi dari luar tentang cara pengasuhan anak yang baik terutama bagaimana ibu memberikan makanan kepada anak, bagaimana menjaga kesehatan anak, pendidikannya, dan sebagainya. Sehingga makin banyak pengetahuan yang dimiliki dan perilaku yang diharapkan akan muncul pola asuh yang baik (6). Proses pemberian edukasi gizi bertujuan untuk mengembangkan pengetahuan yang positif terhadap gizi balita agar ibu dapat memiliki dan membentuk kebiasaan makan balita dengan baik dalam kehidupan sehari-hari (8). Menurut peneliti, pengetahuan ibu sebelum diberikan edukasi gizi menunjukkan hasil yang beragam seperti termasuk ke dalam mean rendah dan tinggi, dan kategori pengetahuan kurang, cukup maupun baik. Hal ini kemungkinan disebabkan karena usia, tingkat pendidikan, dan status pekerjaan ibu yang beragam.

Selain hal tersebut di atas, usia juga mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikir sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik dan pengetahuan yang diperoleh akan semakin banyak (9). Pengetahuan juga sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana seseorang dengan tingkat pendidikan yang tinggi, maka akan semakin luas pula pengetahuannya (10). Status pekerjaan ibu yang beragam dari IRT, Wiraswasta, Petani, dan PNS, maupun yang bekerja dan tidak bekerja. Dari status pekerjaan yang beragam tersebut menentukan status ekonomi yang beragam pula (11). Status ekonomi menentukan pengetahuan seseorang, bahwa dengan status ekonomi yang mencukupi maka seseorang tersebut bisa mendapatkan peluang lebih besar untuk mengakses suatu fasilitas untuk menunjang peningkatan pengetahuan. Sebaliknya, apabila seseorang tersebut memiliki status ekonomi yang rendah maka akan kesulitan mengakses fasilitas yang diperlukan untuk menunjang peningkatan pengetahuan, sehingga status ekonomi ini akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Ibu belum pernah mendapatkan intervensi penyuluhan edukasi gizi untuk pencegahan stunting, sehingga ibu belum mengetahui tentang kesehatan gizi untuk pencegahan stunting. Ibu kurang mendapatkan edukasi mengenai gizi dari tenaga kesehatan di puskesmas maupun di lingkungan sekitarnya, sehingga mempengaruhi pengetahuan ibu tentang kesehatan gizi balita (12).

#### **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

Data dianalisis menggunakan uji perbedaan paired t-test dan Wilcoxon. Hasil uji paired t-test  $p=0,000$  dan uji wilcoxon  $p=0,000$  yang berarti ada perbedaan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Ada pengaruh pemberian edukasi gizi terhadap pengetahuan responden dalam pemberian makan terhadap balita sehingga menjadi upaya pencegahan stunting. Penelitian selanjutnya akan dilakukan analisis mendalam antara praktik pemberian makan balita dengan penambahan berat badan anak

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- (1) WHO (2013). Stunting in Nutshell. World Health Organization. [https://www.who.int/nutrition/healthygrowthproj\\_stunted\\_videos/en/](https://www.who.int/nutrition/healthygrowthproj_stunted_videos/en/) - Diakses Juni 2020.
- (2) KemenKes (2018). Buletin Stunting. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- (3) Gustina, S., Araya, W., & Jumielsa, J. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pencegahan Stunting Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Di Kelurahan Pahandut Palangka Raya. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 9(2), 582-591.
- (4) Saragih, Jumaini, & Indriati. (2013). Gambaran Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Keluarga Tentang Perawatan Pasien Resiko Perilaku Kekerasan Di Rumah.

- (5) Dewi M, Aminah M. (2016). Pengaruh edukasi gizi terhadap feeding practice ibu balita stunting usia 6-24 bulan. *Indonesian Journal Human Nutrition*. Vol. 3(1):1– 8.
- (6) Siregar A. Pemberian ASI Eksklusif dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya. *USU Digital Library*. 2014 Januari : 3.
- (7) DepKes (2018). Riset Kesehatan Dasar (RisKesDas). Departemen Kesehatan Republik Indonesia. <http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-risikesdas2018.pdf> - Diakses Juni 2020
- (8) Aryani, A., Indriyati, & Linda, R. P. D. M. (2021). Peningkatan Pengetahuan Ibu Melalui Pendidikan Kesehatan Tentang Pencegahan Stunting Pada Anak. *The Mathematical Gazette*, 12(1), 13–19. <https://doi.org/10.2307/3615019>
- (9) Astarani, K., & Werdiningsih, A. (2012). Role in Meeting the Needs of Mother on Child Development Preschoolers. *Jurnal Penelitian STIKES Kediri*, 5(1), 82- 98–98.
- (10) Notoatmodjo, S., 2014, *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- (11) Sara Herlina & Nurmaliza. 2017. *Pola Asuh Dalam Pemberian Makanan Terhadap Status Gizi Balita Di Kota Pekanbaru Tahun 2017*.
- (12) Imelda, Rahman.N, Nur.R. Faktor Resiko Kejadian Stunting pada Anak Umur 2- 5 Tahun di Puskesmas Biromaru. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*. 2018 Juli 2;1 : 40-2.