

## **Pengaruh Edukasi Pola Makan Terhadap Peningkatan Perilaku Gizi Ibu Stunting Di Desa Salambue Tahun 2023**

**Almahdy Pohan<sup>1</sup>, Anto<sup>2</sup>, Delfi Ramadhini<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

<sup>2</sup>Dosen Program studi ilmu kesehatan masyarakat program sarjana  
(mardaut1964gmail.com, 083874589700)

### **ABSTRAK**

Stunting adalah masalah gizi yang bersifat kronis karena menjadi salah satu keadaan malnutrisi yang memiliki hubungan dengan tidak tercukupinya zat gizi dimasa lalu. Pengukuran stunting sendiri dilakukan dengan memperhatikan tinggi atau panjang badan, umur dan jenis kelamin balita. Tujuan umum penelitian ini adalah Untuk mengetahui Pengaruh Edukasi Pola Makan Terhadap Peningkatan Perilaku Gizi Ibu Stunting Di Desa Salambue Tahun 2023. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dengan menggunakan desain *Pre-Experimental Design* dan jenis desain dengan pendekatan *One Group Pretest-Postes*, dengan jumlah sampel sebanyak 29 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku pola makan dan gizi ibu stunting sebelum diberikan edukasi melalui media leaflet yang menjawab tepat sebanyak 2 orang (6,9%) dan setelah diberikan edukasi perilaku pola makan dan gizi ibu meningkat yaitu perilaku yang menjawab tepat sebanyak 20 orang (69%) Hasil Analisis Statistik Dengan Menggunakan *Uji Wilcoxon* Menunjukkan *P-Value* = 0,000 ( $P < 0,05$ ) artinya terdapat perbedaan antara perilaku pola makan dan gizi ibu stunting sebelum dan sesudah diberikan edukasi atau ada pengaruh media leaflet terhadap peningkatan perilaku ibu stunting. Saran peneliti Diharapkan dengan adanya penelitian ini, Ibu lebih sadar dan dapat meningkatkan perilaku pola makan agar anak terhindar dari stunting.

**Kata Kunci: Stunting, Gizi, Leaflet**

### **ABSTRACT**

*Stunting is a chronic nutritional problem since it is a state of malnutrition that related to insufficient nutrients in the past. The stunting measurement is carried out by taking into account the height or length of the body, age and sex of the toddler. The general objective of this study was to determine the effect of dietary habit education on improving the nutritional behavior of stunting mothers in Salambue Village in 2023. The type of research used in this study was quantitative research, using a pre-experimental design with One Group Pretest-Postetst approach, with the total sample about 29 people. The results of the study showed that the dietary habit and nutritional behavior of stunting mothers before being given education through the media leaflet, about 2 people (6.9%) answered correctly and after being given education on maternal about dietary habits patterns and nutrition behavior increased, about 20 people (69%) that answered correctly. The results of Statistical Analysis Using the Wilcoxon Test Shows *P-Value* = 0.000 ( $P < 0.05$ ) means that there is a difference between dietary habit and nutrition behavior of stunting mothers before and after being given education or there is influence of media leaflets on increasing the behavior of stunting mothers. It is hoped that with this research, mothers will be more aware and can improve their dietary habits so that their children avoid stunting.*

**Keywords : Stunting, Nutrition, Leaflet**

## 1. PENDAHULUAN

Stunting adalah masalah gizi yang bersifat kronis karena menjadi salah satu keadaan malnutrisi yang memiliki hubungan dengan tidak tercukupinya zat gizi dimasa lalu. Pengukuran stunting sendiri dilakukan dengan memperhatikan tinggi atau panjang badan, umur dan jenis kelamin balita. Kondisi stunting ini sulit disadari di masyarakat karena kebiasaan tidak Kebiasaan tidak mengukur tinggi atau panjang badan balita. Karena hal ini stunting adalah salah satu fokus untuk target perbaikan gizi di dunia (mayasari at al,2018).

Stunting adalah gangguan tumbuh kembang yang dialami anak akibat gizi buruk, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai (World Health Organization,2015). Faktor penyebab stunting dapat dikelompokkan menjadi penyebab langsung dan tidak langsung. Praktik pemberian kolostrum dan ASI eksklusif, pola konsumsi anak, dan penyakit infeksi yang diderita anak menjadi faktor penyebab langsung yang mempengaruhi status gizi anak dan bisa berdampak pada stunting. Sedangkan penyebab tidak langsungnya adalah akses dan ketersediaan bahan makanan serta sanitasi dan kesehatan lingkungan (Rosha et al., 2020).

Secara global, stunting menjadi salah satu tujuan dari Sustainable Development Goals (SDGs). Indonesia berproses mewujudkan tujuan pembangunan berkelanjutan atau SDGs ke-2 yaitu mengakhiri kelaparan, mencapai ketahanan pangan dan nutrisi yang lebih baik, dan mendukung pertanian berkelanjutan . Target yang termasuk di dalamnya adalah penanggulangan masalah stunting yang diupayakan menurun pada tahun 2025. Tujuan ke-2 ini berkaitan erat dengan tujuan ke-3 yaitu memastikan kehidupan sehat dan mendukung kesejahteraan bagi semua untuk semua umur. (INFID,2017)

Data prevalensi anak balita pendek (stunting) yang dikumpulkan World Health Organization (WHO) yang dirilis pada tahun 2019 menyebutkan bahwa wilayah South- East Asia masih merupakan wilayah dengan angka prevalensi stunting yang tertinggi (31,9%) di dunia setelah Afrika (33,1%). Indonesia termasuk ke dalam negara keenam di wilayah South-East Asia setelah Bhutan, Timor Leste,

Maldives, Bangladesh, dan India, yaitu sebesar 36,4%. (WHO,2019).

Prevalensi stunting dalam Riskesdas 2018 sekitar 37,2% (hampir 9 juta) anak balita dan mengalami penurunan menjadi 30,8% (RISKESDAS, 2018). Provinsi Sumatera Utara pada tahun 2018 Prevalensi stunting atau tingkat kekurangan gizi anak-anak balita mencapai 32,4% sedangkan pada tahun 2019 prevalensi stunting 30,11% (Hasandi et al., 2020). Puskesmas pijorkoling Padangsidempuan Tenggara (2022) jumlah balita yang mengalami stunting pada tahun 2022 sebanyak 236 kasus. Salah satu desa tertinggi angka kasus stuntingnya di desa salambue sebanyak 41 kasus stunting pada tahun 2022,dan pada puskesmas sadabuan sebanyak 123 kasus dan puskesmas sidangkal sebanyak 222 kasus.

Pendidikan kesehatan tidak secara langsung disampaikan melainkan menggunakan bantuan media. Pencegahan stunting pada ibu diperlukan metode pendidikan kesehatan dengan konsep yang menarik, yaitu pendidikan kesehatan menggunakan media kesehatan sehingga penyampaian materi dapat dilakukan secara efektif dan efisien. Media dalam penyuluhan kesehatan dapat diartikan sebagai alat bantu promosi kesehatan untuk memperlancar komunikasi dan penyebarluasan informasi, Media yang digunakan salah satunya adalah dengan media leaflet. Leaflet adalah selebar kertas yang berisikan tulisan yang disertai dengan gambar yang mengandung isi tertentu untuk menyampaikan sebuah pesan untuk mencapai tujuan (Buraini, 2023)

Tujuan pada penelitian ini adalah Untuk mengetahui pengaruh edukasi pola makan terhadap peningkatan perilaku gizi ibu stunting di Desa Salambue tahun 2023.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian Kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen dengan menggunakan desain Pre-Experimental Design. Jenis desain dengan pendekatan One Group Pretest-Posttest. Lokasi pada penelitian ini dilakukan di Desa Salambue. Sampel pada penelitian ini sebanyak 29 orang berdasarkan rumus Slovin dengan Teknik pengambilan sampel yang dilakukan menggunakan metode *Simple Random Sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner. Analisis data pada

penelitian ini menggunakan SPSS dengan uji *wilcoxon* merupakan uji yang dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan rata-rata dua kelompok data berpasangan.

### 3 HASIL

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Di Desa Salambue Tahun 2023**

Variabel	Frekuensi	%
20-25 tahun	10	33.3
26-30 tahun	18	60.0
31-35 tahun	1	3.3
<b>Total</b>	<b>29</b>	<b>96.7</b>
<b>Pendidikan</b>		
D3	2	6.9
S1	4	13.8
sma	23	79.3
<b>Total</b>	<b>29</b>	<b>100.0</b>

Tabel 1 diatas diketahui kelompok umur terbanyak adalah 26-30 tahun sebanyak (60%) dan kelompok umur yang paling sedikit adalah 31-35 tahun sebanyak 1 orang (3,3%). Sedangkan tingkat pendidikan mayoritas responden berpendidikan SMA sebanyak 23 orang (79,3%), sedangkan minoritas responden berpendidikan D3 sebanyak 2 orang (6,9%).

**Tabel 2 Distribusi Responden Sebelum dan Sesudah Edukasi Pola Makan Terhadap Peningkatan Perilaku Gizi Ibu Stunting Di Desa Salambue Tahun 2023**

Kategori perilaku	Pretest		Posttest		P-Value
	Jumlah	%	jumlah	%	
Tepat	2	6,9	20	69,0	0,000
Tidak	27	93,1	9	31,0	
Tepat	29	100	29	100	
Total					

Tabel 2 diatas dapat dilihat sebelum dilakukan edukasi jawaban yang tepat sebanyak 2 orang (6,9%) dan jawaban yang tidak tepat sebanyak 27 orang (93,1%). Setelah dilakukan edukasi jawaban yang tepat yaitu sebanyak 20 orang (69%) dan yang tidak tepat sebanyak 9 orang (31%) dengan nilai p-value 0,000, artinya terdapat perbedaan perilaku ibu sebelum dan sesudah dilakukan edukasi.

### 4 PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan bahwa perilaku pola makan dan gizi ibu stunting sebelum diberikan edukasi melalui media leaflet yang menjawab tepat sebanyak 2 orang (6,9%) dan perilaku yang tidak tepat sebanyak 27 orang (91,3%).

Setelah diberikan edukasi perilaku pola makan dan gizi ibu meningkat yaitu perilaku yang menjawab tepat sebanyak 20 orang (69%) dan yang menjawab tidak tepat sebanyak 9 orang (31%).

Pada penelitian ini, terdapat 0 Ties. Ties adalah nilai kelompok Pretest sama besarnya dengan nilai kelompok Posttest. Jadi hal ini menunjukkan bahwa perilaku ibu sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui Leaflet efektif karena perilaku ibu meningkat.

Hasil Analisis Statistik Dengan Menggunakan Uji *Wilcoxon* Menunjukkan P-Value = 0,000 ( $P < 0,05$ ) artinya  $H_0$  ditolak, terdapat perbedaan antara perilaku pola makan dan gizi ibu stunting sebelum dan sesudah diberikan edukasi atau ada pengaruh media leaflet terhadap peningkatan perilaku ibu stunting.

Berdasarkan hasil penelitian Hertiana, (2022) yang telah dilakukan didapatkan bahwa edukasi gizi dengan media leaflet dalam mencegah stunting pada balita efektif meningkatkan sikap ibu dengan p-Value 0,000.

### 5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan penelitian ini adalah Media Edukasi Melalui Leaflet Efektif Terhadap Peningkatan Pola Makan dan Perilaku Gizi Ibu Stunting Di Desa Salambue Tahun 2023 dengan nilai p-Value 0,000.

Disarankan dengan adanya penelitian ini, Ibu lebih sadar dan dapat meningkatkan perilaku pola makan agar anak terhindar dari stunting.

### 6. REFERENSI

Buraini. (2023). Pengaruh Edukasi Kesehatan Melalui Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Stunting Di Wilayah Kerja

- Puskesmas Kotu Kecamatan Anggeraja Kabupaten Enrekang Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2023. *Skripsi*.
- Hasandi, Litta Arsieta, Sugeng Maryanto, dan Riva Mustika Anugrah. "Hubungan Usia Ibu Saat Hamil Dan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Dusun Cemanggal Desa Munding Kabupaten Semarang". *Jurnal Gizi Dan Kesehatan* 11.25 (2019): 29-38.
- INFID. Panduan SDGs untuk Pemerintah Daerah (Kota dan Kabupaten dan Pemangku Kepentingan Daerah. (International NGO Forum on Indonesia Development, 2015).Internsional NGO Forum On Indonesian Development (INFID).(2017) Tujuan-Tujuan Pembangunan Berkelanjutan.Diakses Dari <https://www.sgg2030indonesia.org/P/1-Tujuan-Sdg>
- RISKESDAS. (2018). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Indonesia Tahun 2018. Jakarta:Departemen Kesehatan RI.
- Rosha, B., Susilowati, A., Amaliah, N. and Permanasari, Y., 2020. Penyebab Langsung dan Tidak Langsung Stunting di Lima Kelurahan di Kecamatan Bogor Tengah, Kota Bogor (Study Kualitatif Kohor Tumbuh Kembang Anak Tahun 2019). *Buletin Penelitian Kesehatan*, 48(3), pp.169-182.
- Mayasari D, Indriyani R, Ikkom B, Kedokteran F, Lampung U, Tanjungkarang PK, et al. Stunting , Faktor Risiko dan Pencegahannya Stunting , Risk Factors and Prevention. *J Kesehat dan Agromedicine*. 2018;5:540–5.
- World Health Organization, 2015. Stunting in a nutshell. [online] Available at: <https://www.who.int/news/item/19-11-2015-stunting-in-a-nutshell>
- World Health Organization. Child Stunting. World Health Statistics Data Visualizations Dashboard. (2019). Diakses Dari :

<https://Apps.Who.Int/Gho/Data/Node.Sdg.2-2-Viz-1?Lang=En#Content>.