



Pendidikan Kesehatan pada Ibu Dengan Bayi-Balita Stunting Mengenai Gizi dan Penyusunan Menu Gizi Seimbang

Reni Anisah¹, Farah Diba², T. Samsul Alam³

Universitas Syiah Kuala ^{1,2,3}

e-mail: aiyub@usk.ac.id

Abstract

Stunting in Indonesia is yet a national problem. Stunting cases in Aceh have decreased yet they are insignificant. One way to overcome the problem of stunting is through health education for mothers of stunted toddlers. The lack of understanding and skills of mothers of stunted babies and toddlers regarding the prevention and handling of stunting means that stunting management is still less effective. In this study, it aimed at describing the application of community nursing care to the aggregate of mothers with stunted infants and toddlers through health education and demonstrations. The results of the case study mothers with stunted babies and toddlers regarding understanding balanced nutrition. Before the intervention was carried out, they were found to be (37.5%) well knowledgeable and after the intervention they were (100%) well knowledgeable. whereas for the preparation of a balanced nutritional menu before the intervention was carried out (50%) had good knowledge and after the intervention it was found (100%) had good knowledge. obtained is that mothers of stunting babies and toddlers have increased cognitive knowledge and skills. Therefore, the author recommends that community health nurses can carry out follow-up actions by providing regular health education and training to mothers of stunted babies or toddlers or by developing more innovative education.

Keywords: *Stunting, Nutrition, Balanced Nutrition Menu.*

Abstrak

Stunting di Indonesia masih menjadi masalah nasional. Kasus stunting di Aceh sudah mengalami penurunan namun belum signifikan. Salah satu cara untuk mengatasi masalah stunting adalah dengan pendidikan kesehatan kepada ibu balita stunting. Kurangnya pemahaman dan keterampilan ibu bayi-balita stunting mengenai pencegahan dan penanganan stunting menyebabkan penanganan stunting masih kurang efektif. penelitian ini merupakan studi kasus. studi kasus ini untuk menguraikan penerapan asuhan keperawatan komunitas pada agregat ibu dengan bayi-balita stunting melalui pendidikan kesehatan dan demonstrasi. Hasil studi kasus menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan ibu dengan bayi-balita stunting terkait pemahaman gizi seimbang sebelum dilakukan intervensi didapatkan (37,5%) berpengetahuan baik dan sesudah dilakukan intervensi menjadi (100%) berpengetahuan baik, sedangkan untuk penyusunan menu gizi seimbang sebelum dilakukan intervensi didapatkan (50%) berpengetahuan baik dan sesudah dilakukan intervensi didapatkan (100%) berpengetahuan baik. Kesimpulan yang didapat yaitu ibu bayi-balita stunting memiliki peningkatan pengetahuan secara kognitif maupun skill. Perawat diharapkan mampu melakukan tindak lanjut dengan memberikan edukasi dan pelatihan kesehatan secara berkala kepada ibu bayi-balita stunting atau dengan mengembangkan edukasi yang lebih inovatif.

Kata Kunci: *Stunting, Gizi, Menu Gizi Seimbang.*

PENDAHULUAN

Kasus stunting merupakan permasalahan global dan tidak hanya terjadi di Indonesia. WHO (2021), mengatakan angka kejadian stunting di dunia mencapai 22% atau sebanyak 149,2 juta pada tahun 2020. Hasil Survei Status Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 (Bappenas, 2023) mengatakan bahwa prevalensi stunting Provinsi Aceh mengalami penurunan sebesar 1,8% dari 31,2% pada tahun 2022 menjadi 29,4% pada tahun 2023. Penanganan stunting merupakan salah satu prioritas pembangunan nasional yang tercantum dalam RPJMN 2020-2024 dengan target terjadinya penurunan sebesar 14% pada tahun 2024 (Bappenas, 2022). Untuk mewujudkan hal tersebut pemerintah menetapkan stunting sebagai salah satu program prioritas. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 39 Tahun 2016 tentang Pedoman Penyelenggara Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (Kemenkes RI, 2018). Fokus utama dalam penanganan stunting oleh Kementerian Kesehatan RI merupakan pemberian intervensi gizi seimbang.

Upaya dalam meningkatkan kesehatan gizi balita yang baik tidak terlepas dari peran orangtua khususnya ibu sebagai pengasuh dan bertanggung jawab dalam penyelenggaraan makan untuk itu pengetahuan ibu mengenai makanan dan gizi balita menjadi sangat penting. Hal ini dapat tercermin dalam pola pemberian makan yang diterapkan ibu dalam menyiapkan makanan mulai dari menyusun menu, mengolah makanan dan menyajikan makanan hingga cara memberikan makan kepada anak yang bergizi. Hal ini dapat dilakukan melalui peningkatan pengetahuan, sikap, perilaku ibu dan pola asuh ibu terkait gizi seimbang dan penyusunan menu gizi seimbang pada balita dengan melakukan peningkatan pemahaman terkait gizi balita melalui pendidikan kesehatan (Purnomo, 2019). Perubahan perilaku sangat dipengaruhi oleh pelaksanaan sosialisasi, pendidikan, dan penyuluhan dan praktik gizi seimbang (PMK, 2014).

Berdasarkan systematic literature yang dilakukan oleh Yulianan Salman, dkk (2020) terkait dengan pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan perilaku ibu tentang gizi seimbang balita diperoleh bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan perilaku ibu balita setelah diberikan penyuluhan gizi seimbang balita. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Atun Wigati, Fariza dan Tri (2022) didapatkan hasil bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu balita setelah dilakukannya edukasi gizi seimbang pada ibu balita sebanyak 70%. Hal yang sama juga didapatkan dari hasil penelitian Ambarwati, et al. (2023), yang menyatakan bahwa terjadinya peningkatan pengetahuan mengenai penyusunan menu sehat untuk balita.

Berdasarkan data sekunder dari kader posyandu pada bulan April 2024 terkait status gizi anak usia 0-5 tahun terdapat 38 balita yang mengunjungi posyandu dari total keseluruhan 40 balita. Dari angka tersebut terdapat Untuk kategori

TB/U terdapat tiga anak dengan kategori sangat pendek dan lima anak lainnya tergolong kategori pendek. Pada kategori BB/U lima anak berada pada kategori sangat kurang dan tiga anak lainnya berada pada kategori kurang. Untuk kategori BB/TB terdapat dua anak dengan kategori gizi buruk dan enam anak lainnya berada pada kategori gizi kurang. Hal tersebut menjadi perhatian khusus karena tingginya angka kejadian stunting.

Berdasarkan hasil Focus Group Discussion (FGD) yang dilakukan kepada ibu balita didapatkan hasil bahwa ibu balita belum memberikan gizi yang seimbang dan bervariasi kepada anaknya dikarenakan anak yang sulit makan dan kurangnya pengetahuan mengenai pemilihan, pengolahan serta penyusunan dan penyajian makanan yang bergizi untuk anaknya. Ibu bayi-balita mengatakan pernah mendapatkan sosialisasi mengenai stunting namun belum pernah mendapatkan informasi mengenai gizi seimbang pada bayi-balita. Ibu balita-balita cenderung tidak terlalu memperhatikan nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan anaknya. Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa peningkatan pengetahuan ibu bayi-balita stunting sangat penting untuk dilakukan karena sehingga penulis tertarik untuk memberikan edukasi terkait gizi seimbang pada balita dan demonstrasi penyusunan menu gizi seimbang kepada ibu dengan bayi-balita stunting agar meningkatkan pengetahuan ibu balita terkait gizi seimbang, dan keterampilan ibu balita dalam memilih, mengolah dan penyusunan serta menyajikan makanan sehat untuk anaknya.

METODE PENELITIAN

Metode intervensi yang digunakan adalah health teaching. Jenis penelitian ini adalah studi kasus menggunakan pre-test dan post-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu dengan bayi-balita stunting terkait gizi dan penyusunan menu gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikan intervensi keperawatan berupa pendidikan kesehatan dan demonstrasi dengan menggunakan media powerpoint, dan booklet. Kegiatan dilaksanakan selama 2 hari di desa Kec, Blang Bintang. Sampel dalam studi kasus ini adalah ibu dengan bayi-balita stunting sebanyak 8 responden.

Pada tahap awal penulis melakukan perkenalan terhadap 8 ibu dengan bayi-balita stunting. Responden diberikan Pre-test terkait pengetahuan tentang gizi seimbang yang terdiri dari 10 pertanyaan dan penyusunan menu gizi seimbang yang terdiri dari 10 pertanyaan. Setelah selesai pre-test, responden diberikan intervensi edukasi kesehatan mengenai gizi dan penyusunan menu gizi seimbang, selanjutnya penulis melakukan demonstrasi penyusunan menu gizi seimbang pada balita, selanjutnya responden diminta untuk mendemonstrasikan kembali mengenai penyusunan menu gizi seimbang, selanjutnya diberikan post-test dengan menggunakan kuesioner yang sama pada saat pre-test.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengumpulan data pada 8 responden didapatkan hasil data demografi sebagai berikut:

Tabel 1
Karakteristik Responden

No	Kategori	Frekuensi	Presentase
1.	Usia 23-42 Tahun (usia dewasa)	8	100%
2.	Pendidikan Terakhir SD SMP SMA	1 2 5	12,5% 25,0% 62,5%
3.	Pekerjaan Ibu Rumah Tangga	8	100%

Sumber: Data diolah, 2024

Berdasarkan tabel 1, bahwa usia ibu balita berada usia dewasa (23-42 tahun) (100%). Selain itu, mayoritas ibu balita merupakan lulusan SMA (62,5%). Ibu balita stunting seluruhnya bekerja sebagai ibu rumah tangga (100%).

Tabel 2
Perbandingan Peningkatan Pengetahuan Ibu Bayi-Balita Stunting Mengenai Gizi Seimbang

Kategori	Tingkat Pengetahuan			
	Baik		Kurang Baik	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
<i>Pre-test</i>	3	37,5%	5	62,5%
<i>Post-test</i>	8	100%	0	0

Sumber: Data diolah, 2024

Tabel 2 menunjukkan hasil pengetahuan ibu bayi-balita stunting mengenai gizi seimbang pada *pre-test* (37,5%) berpengetahuan baik dan setelah diberikan intervensi nilai *post-test* menjadi (100%) berpengetahuan baik.

Tabel 3
Perbandingan Peningkatan Pengetahuan Ibu Bayi-Balita Stunting Mengenai Penyusunan Menu Gizi Seimbang

Kategori	Tingkat Pengetahuan			
	Baik		Kurang Baik	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
<i>Pre-test</i>	4	50,0%	5	50,0%
<i>Post-test</i>	8	100%	0	0

Sumber: Data diolah, 2024

Tabel 3 menunjukkan hasil pengetahuan ibu bayi-balita stunting mengenai penyusunan menu gizi seimbang pada *pre-test* (50%) berpengetahuan baik dan setelah diberikan intervensi nilai *post-test* menjadi (100%) berpengetahuan baik.

Kegiatan penyuluhan ini merupakan bentuk pencegahan sekunder yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita stunting. Pengetahuan merupakan hasil penginderaan manusia terhadap suatu objek. Semakin tinggi pusat perhatiannya menggunakan panca indera maka semakin tinggi pengetahuan yang didupatkannya begitu pula sebaliknya (Notoatmodjo, 2018). Hasil penelitian didapatkan bahwa usia responden yang terlibat dalam studi kasus ini adalah pada kategori usia dewasa (23-42 tahun). Semakin bertambahnya usia semakin bertambah pula kematangan seseorang dalam berfikir dan dari kematangan berfikir tersebut maka akan timbul pengetahuan yang baik. Semakin bertambahnya usia maka semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya (Dewi et al, 2021). Pendidikan terakhir ibu bayi-balita stunting berdasarkan studi kasus yang dilakukan penulis mayoritasnya adalah SMA. Adanya hubungan antara tingkat pendidikan dengan tingkat pengetahuan bahwa makin tinggi pendidikan seseorang semakin tinggi pula kemampuan ibu balita dalam menyerap informasi (Puspita et al, 2022).

Dilihat dari pekerjaan mayoritas ibu bayi-balita stunting tidak bekerja atau sebagai Ibu Rumah Tangga. Pekerjaan juga dapat mempengaruhi seseorang terhadap peran serta masyarakat hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Erawati et al, (2020), hal ini menunjukkan bahwa orang-orang yang bekerja biasanya memiliki pengetahuan dan wawasan yang luas dibandingkan orang yang tidak bekerja. Sumber informasi baru bagi orang yang bekerja akan lebih mudah diperoleh dibandingkan dengan yang tidak bekerja diluar rumah. Hal ini didukung oleh Riyanto (2014), bahwa pekerjaan merupakan faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan. Lingkungan pekerjaan dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung.

Hasil studi kasus yang dilakukan oleh penulis, didapatkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu dengan bayi-balita stunting terkait gizi seimbang. Dimana hasil *pre-test* pengetahuan ibu bayi-balita stunting mengenai gizi seimbang adalah 37,5% berpengetahuan baik dan setelah dilakukan *post-test* menjadi 100% dengan pengetahuan baik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zalfani et al, (2022), dengan judul "Peningkatan pengetahuan Ibu Balita Melalui Penyuluhan Gizi & Kesehatan Di Posyandu Delima Singopura Kartasura Untuk Pencegahan Stunting". Kegiatan ini dilakukan dengan cara memberikan penyuluhan terkait gizi pada balita dan dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab. Evaluasi dilakukan melalui lembar kuesioner berupa *pre-test* dan *post-test*. Untuk menilai tingkat pengetahuan ibu balita, maka sebelum diberikan penyuluhan, para ibu balita akan dilakukan *pre-test* dan di akhir penyuluhan akan dilakukan *post-test*. Hasilnya terdapat peningkatan pengetahuan ibu balita 82% dengan kategori baik dan setelah diberikan penyuluhan meningkat menjadi 86% dengan kategori baik.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggraini, Faisal & ikbal (2020), dengan judul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Gizi Seimbang Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Dengan Balita Usia 6-24 Bulan" Hasil penelitian pendidikan kesehatan terhadap ibu balita menggunakan metode ceramah pada 73 ribu balita. Evaluasi dilakukan menggunakan *pres-test* sebelum dilakukan edukasi dan *post-test* setelah dilakukan edukasi. Hasil penelitian menunjukkan terjadi perubahan pengetahuan ibu balita dengan mean atau rata-rata nilai *post-test* 10,88 di mana lebih besar dari pada nilai *pre-test* yaitu 6,71. Dengan adanya perubahan pengetahuan tentang gizi seimbang pada ibu balita maka diharapkan edukasi ini dapat meningkatkan pola asuh dalam pemberian makanan dapat optimal dan Stunting dapat dicegah.

Hasil studi kasus yang dilakukan oleh penulis, didapatkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu bayi-balita stunting terkait penyusunan menu gizi seimbang pada balita. Dimana hasil *pre-test* pengetahuan ibu bayi-balita stunting terkait penyusunan menu gizi seimbang 50% berpengetahuan baik. Sedangkan hasil *post-test* terkait penyusunan menu gizi seimbang menjadi 100% dengan pengetahuan baik.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rasmaniar, Euis, Kasmawati, dan Nurbaya (2022), yang berjudul "Pelatihan Menyusun Menu Gizi Seimbang Pada Ibu Balita Stunting Di Desa Bajoe, Konawe" didapatkan hasil perbedaan yang signifikan pada nilai *post-test* lebih tinggi dari nilai *pre-test*. Dapat diartikan bahwa pengetahuan penyusunan menu gizi seimbang yang dilakukan oleh peneliti. Pelatihan yang dilakukan memperlihatkan bahwa pengetahuan peserta mengenai penyusunan menu gizi seimbang bertambah, hasil *pre-test* menunjukkan rerata skor sebesar (76,28%) dan terjadi peningkatan skor *post-test* menjadi (93,43%). Hal ini berarti terjadi peningkatan skor sebanyak (17,17%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ambarawati, dkk, (2023) menyatakan bahwa pemberian pelatihan penyusunan dan penyajian menu gizi seimbang mempengaruhi tingkat pengetahuan mengenai materi yang disampaikan, didapatkan nilai *post-test* sebesar (76%) terjadinya peningkatan pada nilai *post-test* (87%). Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu balita stunting tentang penyusunan menu gizi seimbang pada balita. Ibu bayi-balita stunting sebaiknya memahami tentang cara penyusunan menu gizi seimbang sesuai umur untuk meningkatkan status gizi anak yang optimal. Hal ini membuktikan bahwa pemberian edukasi gizi seimbang dan penyusunan menu gizi seimbang pada balita dapat meningkatkan pengetahuan ibu bayi-balita stunting.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus dapat disimpulkan terdapat perbedaan tingkat pengetahuan dan keterampilan ibu bayi-balita stunting sebelum dan sesudah diberikan intervensi keperawatan. Terdapat peningkatan nilai rata-rata

pengetahuan kader kesehatan terkait pemahaman gizi seimbang sebelum diberikan intervensi 37,5 % berpengetahuan baik dan sesudah diberikan intervensi menjadi 100% berpengetahuan baik, sedangkan mengenai penyusunan menu gizi seimbang sebelum diberikan intervensi 50% berpengetahuan baik dan sesudah diberikan intervensi menjadi 100% berpengetahuan baik. Disarankan kepada perawat kesehatan komunitas dan pihak terkait dapat melakukan tindak lanjut memberikan edukasi dan pelatihan kesehatan secara berkala kepada ibu bayi-balita stunting atau dengan mengembangkan edukasi yang lebih inovatif untuk penanganan stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, Cahyanti, L., Yuliana, A. R., Fitriana, V., Nur, H. A., Jamaludin, Pramudaningsih, I. N., Pujiati, E., Purwandari, N. P., Fitriyaningsih, S., Nafiah, L. N., & Hidayati, R. (2023). Pelatihan Penyusunan Dan Pengolahan Menu Serta Penyajian Makanan Sehat untuk Mencegah Stunting di Desa Lokus Stunting. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 6(3), 194-202.
- Anggraini, Y., Fahdi, F. K., & Fradianto, I. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Gizi Seimbang Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Dengan Balita Usia 6-24 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Karya Mulya Kota Pontianak. *Tanjungpura Journal of Nursing Practice and Education*, 2(1). <https://doi.org/10.26418/tjnpe.v2i1.42015>
- Bappenas, K. P. (2018). Penguatan pelayanan kesehatan dasar di puskesmas. Jakarta Pusat: Direktorat Kesehatan Dan Gizi Masyarakat Kedepuitan Pembangunan Manusia, Masyarakat Dan Kebudayaan Kementerian PPN/Bappenas
- Dewi, H., Hartaty, N., & Mulyati, D. (2021). Pengetahuan Ibu Terkait Status Gizi Balita Di Gampong Pante Gajah. *Idea Nursing Journal*, XII(2),32-36.
- Kemenkes RI, K. R. I. (2018a). Cegah stunting dengan perbaikan pola makan, pola asuh dan sanitasi. Kementerian Republik Indonesia.
- Kemenkes RI, K. R. I. (2022). Buku saku hasil studi status gizi indonesia (SSGI). Kementerian Republik Indonesia.
- Kemenkes. (2018). Buletin Jendela Data Dan Informasi Kesehatan. Jakarta: Pusdatin Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan, R.I., (2018). Buletin Stunting Di Indonesia. Jakarta. Indonesia. Di unduh dari website <http://www.depkes.go.id/> diakses pada tanggal 5 Mei 2023

- Natoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan (Edisi Revisi)*. Rineka Cipta.
- Pusparina, I., & Suciati, S. (2022). Hubungan Pendidikan Ibu Dan Pola Asuh Pemberian Makan Dengan Status Gizi Balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 10(2), 87-92. <https://doi.org/10.54004/jikis.v10i2.87>
- Rasmaniar, R., Nurlaela, E., Kasmawati, K., & Nurbaya, N. (2022). Pelatihan Menyusun Menu Gizi Seimbang pada Ibu Balita Stunting di Desa Bajoe, Konawe. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 131-138. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v3i2.808>
- Salman, Y., Santi, N. R. W., & Libri, O. (2020). Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan dan Perilaku Ibu Tentang Gizi Seimbang Balita. *Jurnal Kesehatan Indonesia (The Indonesian Journal of Health)*, X(3), 122-127
- World Health Organization. (2023). UNICEF: world bank percentage of children who were stunted in leading countries worldwide as of 2022. WHO Statistika.
- WHO. (2021). Malnutrition, <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/malnutrition> diakses pada 20 April 2023.
- Wigati, A., Sari, F. Y. K., & Suwanto, T. (2022). Pentingnya Edukasi Gizi Seimbang Untuk Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 4(2), 155-162.
- Zalfani, H. A., Khoirunnisa, R. T., Annisa, A. N., Indriawati, N., Salsabila, A. S., & Cintia, F. F. (2022). Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita melalui Penyuluhan Gizi & Kesehatan di Posyandu Delima Singopuran Kartasura untuk Pencegahan Gizi Kurang dan Stunting. *Proceeding National Confrence on Heakth Science*, 333-336.