

Pengaruh Program Edukasi Posyandu Terhadap Pengetahuan Orang Tua Balita Tentang Pentingnya Pemberian MPASI Yang Tepat Dan Seimbang

Fatur M Ahmad HSB¹, Humairah Medina Liza Lubis², Nanda Sari Nuralita³

¹ Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Jalan Gedung Arca No. 53 Medan 20217, Indonesia

² Departemen Patologi Anatomi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Jalan Gedung Arca No. 53 Medan 20217, Indonesia

³ Departemen Psikiatri, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Jalan Gedung Arca No. 53 Medan 20217, Indonesia

Email Korespondensi : faturahmad27@gmail.com

Abstrak : Stunting adalah gangguan pertumbuhan yang dialami anak akibat kekurangan nutrisi dalam waktu yang cukup lama, yang dimulai sejak masa kandungan hingga usia dua tahun. Masalah ini menjadi tantangan utama kesehatan masyarakat di Indonesia, dengan prevalensi yang tinggi dapat mengakibatkan pertumbuhan dan perkembangan kognitif anak terganggu. Dalam mencegah peningkatan kasus stunting perlu dilakukan edukasi gizi yang terfokus pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), periode kritis yang mencakup masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Posyandu berperan sebagai fasilitas kesehatan berbasis masyarakat yang memberikan penyuluhan tentang pentingnya ASI eksklusif, MPASI bergizi, serta pola makan seimbang bagi ibu dan anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi apakah program edukasi Posyandu dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang nutrisi yang berperan penting dalam pencegahan stunting sesuai dengan tujuannya atau tidak. Penelitian ini menggunakan metode eksperimental dengan rancangan yang melibatkan pengukuran sebelum dan setelah perlakuan diberikan. Responden penelitian adalah 30 ibu balita di Desa Jati Mulia, penelitian juga menggunakan teknik *purposive sampling*. Data akan dikumpulkan melalui kuesioner sebelum dan sesudah pelaksanaan edukasi gizi. Hasil dari penelitian ini memperlihatkan adanya peningkatan yang meningkat dalam skor yang telah dihitung pada pengetahuan ibu, dari 9,67 pada *pre-test* menjadi 18,00 pada *post-test* ($p < 0,001$). Program edukasi di Posyandu terbukti efektif meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang pentingnya nutrisi selama 1.000 HPK. Program edukasi gizi di Posyandu Desa Jati Mulia memberikan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan pemahaman ibu balita mengenai nutrisi. Program ini dapat diadopsi sebagai model intervensi untuk mendukung upaya pencegahan *stunting* secara lebih luas.

Kata kunci: Stunting, edukasi gizi, posyandu, 1000 hari pertama kehidupan, pengetahuan ibu.

PENDAHULUAN

Masalah gizi pada balita tetap menjadi tantangan utama kesehatan

masyarakat di berbagai negara. Di banyak negara berkembang, masalah gizi terutama disebabkan oleh kekurangan asupan zat gizi

yang mengakibatkan defisiensi nutrisi seperti kekurangan energi, protein, zat besi, iodium, dan mineral mikro lainnya. Pada dasarnya, pertumbuhan dan perkembangan balita sangat bergantung pada kecukupan gizi, khususnya selama periode emas kehidupan atau *golden age*, yaitu 1.000 hari pertama kehidupan. Pada masa ini, asupan nutrisi yang seimbang dan memadai sangat penting untuk mendukung perkembangan fisik, mental, dan kognitif anak secara optimal.^{1,10}

Berdasarkan laporan dari Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2023 jumlah anak usia dini di Indonesia diperkirakan mencapai 30,2 juta, yang setara dengan 10,91% dari total populasi. Sementara itu, data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2022 menunjukkan bahwa prevalensi stunting pada balita di Indonesia berada pada angka 21,6%. Angka ini mengalami penurunan sebesar 2,8% dibandingkan tahun sebelumnya yang mencapai 24,4%. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), suatu negara dianggap menghadapi masalah stunting kronis jika prevalensinya mencapai 20% atau lebih. Di Indonesia, sebagian besar kasus stunting ditemukan pada anak-anak berusia 3-4 tahun.^{2,11}

Pengetahuan dan sikap ibu memegang peranan penting dalam pemberian MPASI yang tepat. Pengetahuan yang baik memungkinkan ibu untuk mendukung kesehatan dan status gizi anak.¹²

Dengan meningkatkan pengetahuan melalui edukasi, ibu dapat mengimplementasikan pola asuh gizi yang lebih baik, termasuk pemberian MPASI

yang bergizi seimbang, aman, dan sesuai dengan usia anak. Sayangnya, masih banyak ibu yang belum memiliki informasi memadai terkait pentingnya MPASI, dampak stunting, serta cara penyusunan menu makanan yang benar. Sebagai contoh, pemberian MPASI sebelum usia 6 bulan sering kali dilakukan dengan jenis makanan yang kurang beragam dan rendah kandungan gizi, yang berkontribusi pada gangguan pertumbuhan dan risiko infeksi.^{3,13}

Posyandu sebagai unit layanan kesehatan masyarakat di tingkat desa memiliki peran strategis dalam memberikan edukasi kepada orang tua, terutama ibu balita. Program edukasi yang diselenggarakan di Posyandu bertujuan meningkatkan pemahaman orang tua tentang cara penyusunan MPASI yang sesuai dengan kebutuhan gizi anak. Namun, efektivitas program edukasi ini dalam meningkatkan pengetahuan orang tua belum sepenuhnya dipahami dan perlu dikaji lebih lanjut.^{4,14}

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh program edukasi Posyandu terhadap tingkat pengetahuan orang tua balita mengenai pentingnya pemberian MPASI yang tepat dan seimbang. Dengan memahami dampak program ini, diharapkan dapat memberikan rekomendasi untuk meningkatkan kualitas edukasi di Posyandu, sehingga pola asuh gizi anak di masyarakat menjadi lebih baik.

METODE

Sampel penelitian diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti. Teknik ini dikenal

juga sebagai *judgmental sampling*, adalah metode pengambilan sampel di mana peneliti secara sengaja memilih individu, kelompok, atau kasus yang memiliki karakteristik atau data yang dianggap relevan atau penting bagi tujuan penelitian tertentu.

Kriteria Inklusi

- Ibu balita berusia 20–35 tahun.
- Berdomisili di Desa Jati Mulia, Kecamatan Nibung Hangus, Kabupaten Batu Bara.
- Aktif menghadiri kegiatan edukasi gizi di Posyandu.
- Memiliki tingkat pendidikan minimal SD.
- Bersedia menjadi responden penelitian dengan menandatangani lembar *informed consent*.

Kriteria Eksklusi

- Tidak hadir dalam semua sesi edukasi gizi di Posyandu.
- Ibu dengan kondisi kesehatan fisik atau mental yang tidak memungkinkan untuk mengikuti penelitian.
- Ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif atau MPASI yang sesuai dengan materi edukasi.

HASIL

Tabel 1 Distribusi Rata-Rata Pengetahuan Ibu Sebelum dan Setelah Mengikuti kegiatan Edukasi Gizi di Posyandu Desa Jatimulia, Kecamatan Nibung Hangus, Kabupaten Batubara Tahun 2024

Tingkat Pengetahuan	Mean	Median	Min-Max	Std.Dev
Pre-Test	9,67	9,50	7-13	1,605
Post-Test	18,00	18,00	15-20	1,462

Berdasarkan Tabel 1, distribusi rata-rata tingkat pengetahuan ibu sebelum dan setelah mengikuti kegiatan edukasi gizi di Posyandu Desa Jatimulia, Kecamatan

Nibung Hangus, Kabupaten Batubara pada tahun 2024 menunjukkan peningkatan yang signifikan. Berdasarkan tabel di atas, diperoleh bahwa nilai rata-rata total skor PreTest responden adalah 9.67, dengan nilai median sebesar 9.50 dan standar deviasi sebesar 1,605. Rentang nilai total skor PreTest berkisar antara 7 hingga 13, yang menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, tingkat pemahaman responden masih relatif rendah dan terdapat variasi dalam kemampuan awal mereka.

Sementara itu, hasil Post Test menunjukkan peningkatan yang signifikan pada total skor responden setelah diberikan edukasi. Nilai rata-rata total skor post test adalah 18.00, dengan nilai median sebesar 18.00 dan standar deviasi sebesar 1,462. Rentang nilai total skor PostTest berkisar antara 15 hingga 20, yang menunjukkan bahwa seluruh responden memperoleh nilai maksimal tanpa adanya variasi.

Dari hasil ini, terlihat bahwa edukasi yang diberikan sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan responden. Sebelum edukasi, terdapat perbedaan kemampuan di antara responden, tetapi setelah edukasi, semua responden mencapai skor maksimal secara seragam. Peningkatan dari nilai minimum dan maksimum PreTest (7-13) menjadi PostTest (15-20) mengindikasikan bahwa semua responden memahami materi yang diberikan dengan baik, sehingga tingkat pengetahuan mereka meningkat secara signifikan dan merata. Hal ini menunjukkan bahwa program edukasi tidak hanya meningkatkan pemahaman, tetapi juga berhasil menyamakan tingkat pengetahuan di antara para responden.

Tabel 2 Dampak Pemberian Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu di Posyandu Desa

Jatimulia, Kecamatan Nibung Hangus, Kabupaten
Batubara Tahun 2024

Tingkat Pengetahuan	Mean	N	Correlation	Sig.
Pre-Test	9,67	30	0,323	<0,001
Post-Test	18,00	30		

Hasil analisis uji statistik menggunakan Paired T-Test menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar $<0,001$, yang berarti lebih kecil dari $\alpha (0,05)$. Dengan demikian, hipotesis nol ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu sebelum dan setelah intervensi edukasi gizi di Posyandu. Peningkatan rata-rata skor dari 9,67 pada pre-test menjadi 18,00 pada post-test mengindikasikan bahwa edukasi gizi memiliki dampak yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita tentang nutrisi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan, yang penting untuk pencegahan stunting.

PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan responden berusia 20-35 tahun, yang merupakan kelompok usia produktif dengan perhatian besar terhadap kesehatan anak selama 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Mayoritas responden memiliki pendidikan terakhir SMP (50%), diikuti SD dan perguruan tinggi masing-masing 20%, serta SMA 10%. Sebagian besar responden adalah ibu rumah tangga (60%), sementara 40% lainnya bekerja di sektor formal atau informal. Tingkat pendidikan dan pekerjaan ini memengaruhi penerimaan dan implementasi informasi edukasi gizi yang diberikan.^{5,6}

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan ibu setelah edukasi gizi di

Posyandu. Skor rata-rata pengetahuan meningkat dari 9,67 pada pre-test menjadi 18,00 pada post-test, dengan nilai $p < 0,001$. Sebelum edukasi, mayoritas responden memiliki pengetahuan yang rendah dengan variasi yang cukup besar, namun setelah edukasi, hampir semua responden mencapai tingkat pemahaman yang merata dengan skor maksimal.^{7,8}

KESIMPULAN

Keberhasilan program ini didukung oleh penyampaian materi yang dirancang agar mudah dipahami, relevan dengan kebutuhan lokal, dan mencakup informasi penting seperti ASI eksklusif, MPASI bergizi, serta pemenuhan gizi seimbang selama 1.000 HPK. Dengan hasil ini, edukasi gizi di Posyandu terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita terkait nutrisi dan mencegah stunting. Program serupa diharapkan dapat diterapkan di daerah lain untuk memperluas upaya pencegahan stunting secara nasional.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sundari S, Khayati YN. Analisis Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dengan Status Gizi Balita. *Indones J Midwifery*. 2020;3(1):17-22. doi:10.35473/ijm.v3i1.343
2. Rahayu ES. Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Desa Baregbeg Kabupaten Ciamis Tahun 2020. *J Midwifery Public Heal*. 2020;2(2):6.
3. Susanti L. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan. *J Delima Harapan*. 2021;8(2):46-52. doi:10.31935/delima.v8i2.136

4. Sa'danoer, I. M., & Tyas, D. A. (2023). Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Tentang Stunting Dengan Upaya Perbaikan Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 20-26.
5. Louis SL, Mirania AN, Yuniarti E. Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Anak Balita. *Matern Neonatal Heal J*. 2022;3(1):7-11.
6. Rosita AD. Hubungan Pemberian MP-ASI dan Tingkat Pendidikan terhadap Kejadian Stunting pada Balita: Literature Review. *J Penelit Perawat Prof*. 2021;3(2):407-412.
7. Wardani EM. Penyuluhan Dan Pemberian Makanan Tambahan. 2023;3(2):219-226.
8. Trinanda R. Pentingnya Intervensi Orang Tua dalam Mencegah Stunting pada Anak. *J Pendidik Luar Sekol*. 2023;7(1)(7):2023-2087.
9. Mardihani PW, Husain F. Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Pada Anak Balita Di Wilayah Pesisir Desa SekuroKecamatan Mlonggo Kabupaten Jepara. *Solidarity*. 2021;10(2):219-230.
10. Nasriyah N, Ediyono S. Dampak Kurangnya Nutrisi Pada Ibu Hamil Terhadap Risiko Stunting Pada Bayi Yang Dilahirkan. *J Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*. 2023;14(1):161-170. doi:10.26751/jikk.v14i1.1627
11. 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.
12. Kadafi A, Pratama BD, Christiana R, et al. Upaya Pencegahan Stunting Dengan Edukasi Pentingnya Asi, Mipasi Dan Makanan Bergizi. *Abdimas*. 2023;4(1):41-48.
13. Rahmuniyati, M. E., Alfanan, A., & Hallo, F. P. (2024). Upaya Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Melalui Edukasi 1000 Hpk Dan Pilar Stbm. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(3), 5800-5805.
14. Vinci AS, Bachtiar A, Parahita IG. Efektivitas Edukasi Mengenai Pencegahan Stunting Kepada Kader: Systematic Literature Review. *J Endur*.