

SKRIPSI

**EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI DI POSYANDU TERHADAP
PENGETAHUAN IBU BALITA TENTANG NUTRISI
PADA 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN
UNTUK PENCEGAHAN STUNTING**



OLEH :

AMIRA FAZHIRA

2108260076

**FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
SUMATERA UTARA
MEDAN**

2024

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertandatangan dibawah ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan benar

Nama : AMIRA FAZHIRA

NPM : 2108260076

Judul Skripsi : EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI DI POSYANDU TERHADAP
PENGETAHUAN IBU BALITA TENTANG NUTRISI PADA
1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN UNTUK PENCEGAHAN
STUNTING

Demikianlah pernyataan ini saya perbuat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 24 Januari 2025



(Amira Fazhira)

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI, PENELITIAN &
PENGEMBANGAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
SUMATERA UTARA



FAKULTAS KEDOKTERAN
Jalan Gedung Arca No. 53 Medan 20217 Telp. (061) 7350163 – 7333162 Ext.
20 Fax. (061) 7363488
Website : fk@umsu.ac.id



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Amira Fazhira

NPM : 2108260076

Judul : EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI DI POSYANDU TERHADAP
PENGETAHUAN IBU BALITA TENTANG NUTRISI PADA 1000 HARI PERTAMA
KEHIDUPAN UNTUK PENCEGAHAN STUNTING

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai
bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana kedokteran
Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

DEWAN PENGUJI

Pembimbing,

(Assoc. Prof. Dr. dr. Humairah Medina Liza Lubis, M.Ked (PA) Sp. PA)

Mengetahui,



(dr. Siti Khasanah Siregar, Sp.THT-KL, Subsp.Rino(K))
NIDN: 0106098201

Ketua Program Studi
Pendidikan Dokter
FK UMSU

(dr. Desi Isnayanti, M.Pd.Ked)
NIDN: 0112098605

Ditetapkan di : Medan,
Tanggal : 14 Januari 2025

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Subhanahu wa Ta'ala, atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Efektivitas Edukasi Gizi di Posyandu terhadap Pengetahuan Ibu Balita tentang Nutrisi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan untuk Pencegahan Stunting”. Salawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad Shallallahu 'alaihi wa sallam, keluarga, sahabat, dan seluruh umatnya hingga akhir zaman.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi di Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Penyelesaian skripsi ini tidak lepas dari dukungan, bantuan, dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan tulus penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. dr. Siti Masliana Siregar, Sp.THT-KL (K)., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, yang telah memberikan dukungan dan arahan selama penulis menempuh pendidikan.
2. dr. Desi Isnayanti, M.Pd.Ked., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, atas bimbingan dan arahnya dalam mendukung proses penyelesaian skripsi ini.
3. Assoc. Prof. Dr. dr. Humairah Medina Liza Lubis, M.Ked (PA) Sp. PA, selaku dosen pembimbing 1, atas ilmu, bimbingan, dan masukan yang sangat berharga selama penulisan skripsi ini.
4. Bunda dan Buya saya tercinta, yang dengan kasih sayang, doa, dan dukungan tanpa henti telah menjadi sumber kekuatan saya selama menyelesaikan studi ini.
5. Fatur M. Ahmad Hasibuan, yang senantiasa menjadi *support system* terbaik bagi saya dalam memberikan semangat, dukungan moril, dan motivasi yang luar biasa selama perjalanan akademik saya.

Dengan ini, diproyeksikan bahwa skripsi ini dapat memberikan dampak positif dan kontribusi yang berarti bagi kemajuan dunia akademik dan pengembangan ilmu kedokteran serta masyarakat. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan untuk menyempurnakan karya ini di masa depan.

Demikianlah kata pengantar ini saya sampaikan. Dengan penuh harap dan doa, saya menyampaikan kata pengantar ini, semoga Allah SWT senantiasa memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita semua. Hanya kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala segala usaha dan ikhtiar ini dikembalikan.

Medan, 24 Januari 2025

Penulis,



(Amira Fazhira)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara,
saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Amira Fazhira
NPM : 2108260076
Fakultas : Pendidikan Dokter

Demi pengembangan ilmu Keterampilan intelektual, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas skripsi saya yang berjudul: "EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI DI POSYANDU TERHADAP PENGETAHUAN IBU BALITA TENTANG NUTRISI PADA 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN UNTUK PENCEGAHAN STUNTING". Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan
Pada tanggal : 25 Januari 2025

Yang Menyatakan,



(Amira Fazhira)

ABSTRAK

Pendahuluan: Stunting adalah kejadian dengan krisis medik yang bersifat global serta dapat memperburuk keadaan suatu Negara terutama di Indonesia yang kerap dialami oleh balita berusia genap 2 tahun. Fase 1000 Hari Pertama Kehidupan yang diawali dengan masa fertilisasi hingga anak berusia genap mencapai 2 tahun, namun ketidakcukupan nutrisi kronis menyebabkan stunting. Untuk mencegah stunting, posyandu adalah tempat penting untuk memberi tahu ibu balita tentang nutrisi seimbang. Program ini mengajarkan ASI eksklusif, pemberian MPASI bergizi, dan pentingnya gizi seimbang untuk 1000 HPK.

Metode: Penelitian tersebut menggunakan jenis desain eksperimen dengan tahapan *pre-test* (sebelum dilakukan intervensi) dan *post-test* (setelah dilakukan intervensi) dengan tujuan mengidentifikasi seberapa efektif pemaparan edukasi gizi yang diberikan di Posyandu Desa Jati Mulia. Metode *purposive sampling* digunakan untuk memilih tiga puluh ibu balita. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang digunakan untuk menilai pengetahuan sebelum dan setelah pendidikan. **Hasil:** Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pada skor pengetahuan ibu rata-rata, yang meningkat dari 9,73 pada *pre-test* (sebelum intervensi) menjadi 17,70 pada *post-test* (setelah intervensi), dengan nilai $p < 0,001$. Selama 1000 HPK, edukasi gizi terbukti mampu meningkatkan pemahaman ibu tentang nutrisi, yang berperan penting dalam mencegah stunting.

Kesimpulan: Selama 1000 HPK, edukasi gizi di Posyandu Desa Jati Mulia diinterpretasikan dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai nutrisi dan asupan sesuai kadar gizi yang dibutuhkan balita. Program ini dapat digunakan sebagai model intervensi untuk mencegah angka kejadian stunting secara global.

Keywords : Stunting, Pendidikan Gizi, Posyandu, 1000 Hari Pertama Kehidupan, Pemahaman Ibu balita

ABSTRACT

Introduction: Stunting is an event with a global medical crisis and can worsen the condition of a country, especially in Indonesia, which is often experienced by toddlers aged exactly 2 years. During of 1000 First Days of Life which starts from the phase of fertilization until the children reaches the age of exactly 2 years, chronic nutritional inadequacy causes stunting. To prevent stunting, the integrated health post is an important place to inform mothers of toddlers about balanced nutrition. This program teaches exclusive breastfeeding, providing nutritious complementary foods, and the importance of balanced nutrition for 1000 days.

Method: The study used an experimental design type with pre-test (before giving intervention) and post-test (after giving intervention) stages to identify how effective the nutritional education exposure was given at the Integrated Healthcare of Jati Mulia Village. The purposive sampling method was choosed to select thirty mothers of toddlers. Data were collected through a questionnaire used to assess knowledge before and after education.

Results: The results showed a significant increase in the average maternal knowledge score, which increased from 9.73 in the pre-test (before intervention) to 17.70 in the post-test (after intervention), with a p value <0.001. During of 1000 first HPK, nutrition education was proven to be able to improve mothers' understanding of nutrition, which plays an important roleplay to preventing stunting phenomenon. **Conclusion:** During the first 1000 days, nutrition education in integrated heathlcare of Jati Mulia Village was interpreted to be able to improve mothers' knowledge of nutrition and intake according to the nutritional levels needed by toddlers. This program can be used as an intervention model to prevent stunting cases globally.

Keywords : Stunting, Nutrition Education, Integrated Healthcare, 1000 Days of Life, Understanding of mothers of toddlers.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	2
KATA PENGANTAR.....	3
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI.....	5
ABSTRAK	6
BAB I PENDAHULUAN.....	2
1.1 Latar Belakang	2
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Konsep 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK).....	5
2.2 Konsep Stunting	6
2.2.1 Definisi Stunting	6
2.2.2 Etiologi Stunting.....	6
2.2.3 Dampak Stunting	7
2.3 Program Edukasi Gizi Dalam Mencegah Stunting.....	7
2.5 Kerangka Teori.....	8
2.5 Kerangka Konsep.....	8
2.6 Hipotesis Penelitian	9
BAB III METODE PENELITIAN	10
3.1 Defenisi Operasional	10
3.2 Jenis Penelitian	10
3.3 Tempat Dan Waktu Penelitian	10
3.3.1 Tempat Penelitian.....	10
3.4 Populasi Dan Sampel Penelitian	11
3.4.1 Populasi Penelitian	11
3.4.2 Sampel Penelitian	11
3.4.3 Kriteria Inklusi.....	11

3.4.4 Kriteria Eksklusi	12
3.4.5 Besar Sampel	12
3.5 Teknik Pengumpulan Data	12
3.6 Pengolaan Dan Analisi Data	12
3.7 Alur Penelitian	14
BAB IV HASIL PEMBAHASAN	15
4.1 Hasil Penelitian.....	15
4.2 Analisis Univariat.....	16
4.3 Analisis Bivariat	18
4.4 Pembahasan	18
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	21
5.1 Kesimpulan	21
5.2 Saran.....	21
DAFTAR PUSTAKA.....	22
LAMPIRAN.....	24
LAMPIRAN 1.....	24
LAMPIRAN 2.....	27
LAMPIRAN 3.....	28
LAMPIRAN 4.....	29
LAMPIRAN 5.....	31
LAMPIRAN 6.....	33
LAMPIRAN 7.....	34

DAFTAR TABEL

TABEL 1. Defenisi Operasional	10
TABEL 2. Waktu Penelitian	11
TABEL 3. Karakteristik Partisipan.....	16
TABEL 4. Distribusi Rata Rata Pengetahuan Ibu	17
TABEL 5. Dampak Pemberian Edukasi Gizi	18

DAFTAR GAMBAR

GAMBAR 1. Peta Kecamatan Nibung Hangus, Desa Jati Mulia	15
GAMBAR 2. Dokumentasi.....	33

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang

Krisis medis utama yang kerap terjadi pada balita di Negara Indonesia adalah stunting yang dinilai mampu memengaruhi kualitas hidup anak-anak dalam jangka panjang. Stunting merupakan proses stagnansi pertumbuhan dan perkembangan balita yang diakibatkan oleh ketidakcukupan nutrisi jangka panjang menjelang 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang diawali dengan fase fertilisasi hingga balita genap berusia dua tahun. Sepanjang masa tumbuh kembang secara fisik dan otak anak, asupan gizi seimbang dan tepat diperlukan. Ketidakcukupan nutrisi dapat mengganggu tumbuh kembang balita yang berisiko pada ketidakmampuan dari segi kognitif, kesehatan, dan kemampuan belajar mereka di masa depan.¹

Menurut data yang telah diobservasi oleh *World Health Organization* (WHO), Negara Indonesia menjadi kluster yang menempati posisi ketiga untuk jumlah balita penderita stunting dengan persentase klimaks di Asia Tenggara. Di Indonesia, tercatat jumlah balita stunting mencapai 36,4% sejak tahun 2005 hingga penghujung tahun 2017. Menurut Riskesdas 2007, itu sedikit menurun dengan kisaran hasil akhir 35,6% pada 2010, tetapi kembali mengalami kenaikan persentase menjadi 37,2% di penghujung tahun 2013. Menurut Pemantauan Status Gizi (PSG) 2015, angka ini turun menjadi 29%, tetapi naik lagi menjadi 29,6% pada 2017. Secara global, stunting terjadi pada 22,2% balita pada tahun 2017, telah mengalami penyusutan dari 32,6% pada akhir tahun 2000. Sebesar 55% dan 39% dari semua kasus stunting di dunia telah terjadi di Asia dan Afrika. Sebagian besar 83,6 juta balita yang terdiagnosis stunting di Benua Asia ditaksir berawal dari Asia Selatan dengan persentase 58,7%, dan frekuensi kejadian stunting sedikit terjadi di Asia Tengah sekitar 0,9%.²

Program edukasi ini banyak dilakukan di Posyandu, sebagai sarana pelayanan penyuluhan medis dengan sasaran ibu hamil, ibu menyusui, hingga balita. Posyandu memiliki peran strategis karena merupakan lembaga yang mudah diakses oleh masyarakat di tingkat desa atau kelurahan. Melalui kegiatan edukasi gizi yang terstruktur, diharapkan ibu dapat memahami dengan baik makna esensial dalam

konsumsi asupan yang bernilai gizi dan seimbang sebagai promotor pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal.³

Di sisi lain, meskipun Posyandu memiliki potensi besar dalam menyampaikan informasi tentang gizi, efektivitas program edukasi gizi ini dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita dan mengubah pola makan mereka masih perlu dievaluasi lebih lanjut. Beberapa faktor yang mungkin memengaruhi efektivitas edukasi gizi di Posyandu antara lain tingkat keterlibatan ibu dalam kegiatan Posyandu, pemahaman yang dimiliki oleh ibu tentang materi yang disampaikan, serta dukungan dari lingkungan sosial dan ekonomi yang dapat memengaruhi kemampuan ibu untuk menerapkan pola makan yang sehat di rumah.⁴

Menurut beberapa penelitian, meskipun ibu diberi informasi tentang nutrisi makanan, tidak semua informasi tersebut diterapkan pada pola makan sehari-hari anak mereka. Hal ini dapat dicetuskan oleh beberapa promotor penyebab, diantaranya yakni defisit pemahaman ibu balita, masalah keuangan, atau kurangnya dukungan untuk melakukan perubahan di rumah.⁵ Akibatnya, penelitian ini menjadi urgensi untuk dilakukan mengingat angka kejadian stunting semakin meluas dan berguna untuk mengetahui efektifitas edukasi gizi yang telah diberikan di Posyandu dinilai mampu meningkatkan pranalar ibu balita mengenai nutrisi pada 1000 HPK.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah edukasi gizi yang dilakukan di posyandu efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita terkait kecukupan gizi ataupun nutrisi pada 1000 HPK?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan ibu balita terkait nutrisi pada 1000 HPK sebelum dan setelah dilaksanakan edukasi gizi di posyandu.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Mengidentifikasi perubahan tingkat pemahaman ibu balita tentang pentingnya nutrisi pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sebelum dan setelah mendapatkan edukasi gizi di posyandu.

- b. Mengevaluasi peran program edukasi gizi di posyandu sebagai strategi meningkatkan pengetahuan ibu balita untuk mencegah risiko stunting pada anak.
- c. Menganalisis faktor-faktor yang berkontribusi terhadap keberhasilan atau kegagalan program edukasi gizi di Posyandu.

1.4 **Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini adalah :

- a. Bagi peneliti, dapat memberikan keilmuan dan memperkaya penelitian ilmiah mengenai hubungan antara edukasi gizi dan pengetahuan ibu balita tentang nutrisi selama 1000 HPK.
- b. Bagi masyarakat, khususnya ibu balita, dapat memberikan informasi yang bermanfaat tentang esensialitas kecukupan gizi dan nutrisi yang optimal selama 1000 HPK untuk meningkatkan kualitas hidup.
- c. Bagi instansi terkait, dapat menjadi kontribusi akademis yang berguna dalam pengembangan kurikulum atau program penelitian yang terkait dengan kesehatan masyarakat dan pencegahan stunting.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)

1000 HPK mengacu pada rentang waktu penting dalam perkembangan balita yang dimulai pada fase fertilisasi hingga balita genap berumur dua tahun. Selama periode ini, tubuh dan otak anak berkembang dengan sangat cepat, sehingga asupan gizi yang tepat dan cukup sangat penting untuk mendukung perkembangan ini. Ketidacukupan gizi dapat memberikan prognosis buruk terhadap perkembangan fisik dan otak balita yang dapat berlanjut hingga dewasa.⁶

Asupan gizi ibu sangat penting selama fase pertama kehamilan karena nutrisi yang dia makan akan langsung memengaruhi perkembangan janin di dalam rahim. Gizi yang seimbang dan cukup selama masa kehamilan membantu perkembangan otak, organ, dan sistem tubuh janin. Prognosis buruk terhadap kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, serta kondisi gizi buruk pada bayi dengan intensitas lebih tinggi jika ibu kekurangan gizi, terutama kekurangan mikronutrien seperti kalsium, zat besi, dan asam folat.⁷

Pada masa 1000 HPK, pemberian Air Susu Ibu secara eksklusif dan intensif dalam jangka waktu enam bulan pertama sejak bayi dilahirkan merupakan hal yang penting. Air Susu Ibu yang diberikan secara eksklusif dapat mendukung perkembangan otak dan sistem kekebalan tubuh bayi. ASI juga menjadi sumber gizi utama dengan kandungan nutrisi kompleks yang telah disesuaikan dengan tumbuh dan berkembang bayi secara optimal, serta memberikan perlindungan terhadap infeksi melalui antibodi yang ada dalam ASI.⁸

Seiring berjalannya waktu maka untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi yang meningkat seiring pertumbuhannya setelah enam bulan, kecukupan nutrisi dapat dilanjutkan dengan pemberian MPASI yang sesuai takar dan kadarnya. Pada masa 1000 HPK, anak-anak mengalami fase perkembangan yang sangat cepat, dan kekurangan gizi dapat memengaruhi banyak aspek kehidupan mereka di masa depan. Dampak jangka panjang yang paling umum dari kekurangan gizi adalah stunting, yang merupakan kondisi stagnansi pertumbuhan dan perkembangan bayi yang dicetuskan oleh

ketidakcukupan nutrisi mikro dan makro secara kronik. Stunting dapat menghambat pertumbuhan fisik anak, menyebabkan masalah dengan perkembangan otak, dan memengaruhi kemampuan mereka untuk belajar di masa depan. Anak-anak dengan stunting juga lebih rentan terhadap berbagai penyakit, memiliki produktivitas yang lebih rendah saat dewasa, dan memiliki risiko yang lebih tinggi untuk gangguan kesehatan lainnya.⁹

Dalam konteks global, pemenuhan gizi pada 1000 HPK dianggap sebagai investasi yang esensial untuk pembentukan kuantitas dan pemilihan kualitas sumber daya manusia bermutu di masa mendatang, terutama di Negara Indonesia yang berfokus pada peningkatan kesadaran dan edukasi gizi selama periode 1000 HPK melalui berbagai program intervensi, seperti penyuluhan gizi kepada ibu hamil dan menyusui, pemberian makanan bergizi kepada balita, serta pemantauan pertumbuhan anak secara berkala. Tujuan akhirnya adalah untuk memberi kepastian bahwasannya setiap balita akan memperoleh gizi dan nutrisi yang cukup selama 1000 HPK agar mereka tumbuh menjadi orang yang sehat dan produktif.¹⁰

2.2 Konsep Stunting

2.2.1 Definisi Stunting

Keadaan stunting merupakan kegagalan tumbuh dan kembangnya balita yang diakibatkan oleh ketidakcukupan nutrisi yang berkelanjutan, terutama selama 1000 HPK. Balita yang menderita stunting dianggap mempunyai proporsional tinggi badan yang lebih minimum dibandingkan balita seusianya, dan kondisi ini mencerminkan kekurangan gizi yang kronis, terutama terhadap protein dan mikronutrien penting. Stunting kerap menjadi indikator dari ketidakseimbangan gizi yang terjadi dalam jangka panjang dan dapat berdampak pada kualitas hidup anak di masa depan, baik dari sisi fisik maupun kognitif.¹¹

2.2.2 Etiologi Stunting

Stunting dipicu oleh berbagai faktor, dengan salah satu penyebab utamanya adalah kurangnya asupan makanan (*food intake*). Makanan berfungsi sebagai sumber gizi yang sangat penting bagi tubuh. Ketidakcukupan asupan makanan dapat mengakibatkan kurangnya nutrisi yang diterima balita, sehingga mengganggu proses pertumbuhan dan perkembangan. Kekurangan nutrisi juga dapat menurunkan imunitas anak sehingga

membuat mereka menjadi predisposisi yang rentan terhadap penyakit infeksi dan kronis. Ketidakcukupan nutrisi juga dapat mengganggu kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas atau peran sosialnya di masa mendatang. Selain asupan makanan, faktor lain yang berkontribusi terhadap stunting termasuk pemberian Air Susu Ibu non eksklusif, kualitas dan MPASI yang kurang tepat porsi dan kandungannya pada usia enam bulan hingga dua tahun, kurangnya pengetahuan mengenai kejadian stunting dan keadaan lingkungan dengan sanitasi buruk, dan dicetuska oleh faktor dari ibu dan anak itu sendiri. Di samping itu, kebiasaan atau budaya masyarakat yang berkaitan dengan kesehatan dan pengelolaan penyakit pada balita juga memainkan peran yang penting.¹²

2.2.3 Dampak Stunting

Berikut beberapa efek samping terkait defisiensi gizi pada 1000 HPK, yakni :

1. Bayi dilahirkan dengan kondisi berat badan lahir rendah, kurus, kecil, dan sistem imunitas minimum.
2. Terjadi masalah pembentukan organ secara matang yang berakibat pada penyakit kronis seperti gagal ginjal, penyakit jantung bawaan (PJB), diabetes mellitus tipe dua, kejadian stroke, hipertensi, hingga neoplasma (kanker).
3. Hambatan tumbuh kembang balita secara kognitif dan IQ minimum yang dapat mengakibatkan defek terhadap produktivitas di usia dewasa.¹³

2.3 Program Edukasi Gizi dalam Mencegah Stunting

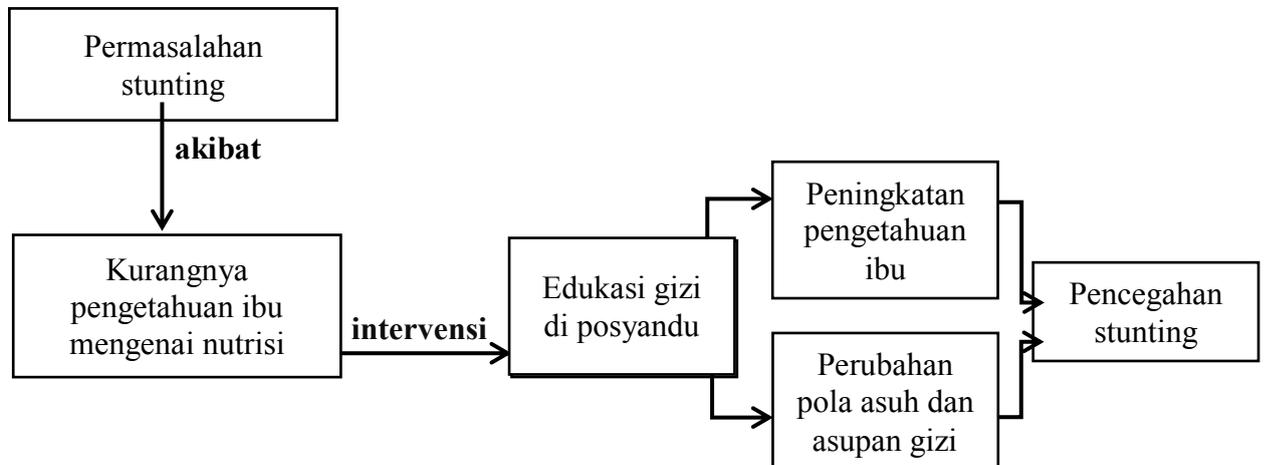
Program edukasi gizi berperan dalam usaha pencegahan stunting, terkhusus pada masa 1000 Hari Pertama Kehidupan. Program edukasi gizi biasanya diselenggarakan melalui berbagai kegiatan, baik secara individu maupun kelompok, melibatkan tenaga kesehatan, seperti bidan, dokter, dan ahli gizi, yang memberikan informasi terkait pola makan yang baik, pemberian ASI eksklusif, serta teknik dalam pemberian asupan MPASI yang bergizi sesuai dengan usia balita dan tahapan perkembangannya. Selain itu, program ini sering kali dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan, seminar, atau pelatihan bagi ibu hamil, ibu menyusui, dan keluarga, baik di fasilitas kesehatan seperti posyandu maupun dalam kegiatan masyarakat.¹⁴

Salah satu upaya penting dalam edukasi gizi adalah meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya nutrisi Air Susu Ibu secara eksklusif pada periode enam bulan pertama sejak bayi dilahirkan. Kandungan dalam ASI memberikan nutrisi essensial

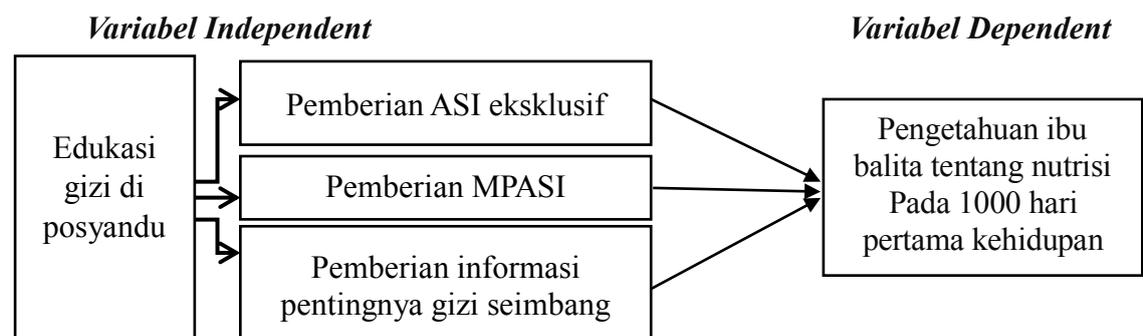
yang berguna bagi bayi pada tahap awal kehidupan dan memberikan perlindungan terhadap penyakit, oleh sebab itu edukasi tentang keunggulan ASI eksklusif menjadi penting untuk mencegah stunting pada bayi dan balita. Pemberian MPASI yang sesuai pasca enam bulan juga perlu mendapatkan perhatian khusus, dengan menekankan pemenuhan kebutuhan energi, protein, dan mikronutrien yang diperlukan untuk mendukung pertumbuhan anak.¹⁵

Selain itu, edukasi mengenai pentingnya kebersihan dan sanitasi juga menjadi penggerak pencegahan stunting, karena kondisi lingkungan seperti buruknya kebersihan air dan sanitasi dapat memperburuk status gizi anak dan meningkatkan risiko infeksi yang memperparah stunting. Program pendidikan gizi yang menyeluruh mencakup pemberian informasi tentang pentingnya mencuci tangan, menjaga kebersihan lingkungan, serta penggunaan air bersih, dan pendidikan gizi juga mencakup penyampaian informasi mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan dan pemantauan pertumbuhan secara rutin.¹⁷

2.4 Kerangka Teori



2.5 Kerangka Konsep



2.6 Hipotesis Penelitian

H_0 : Tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam pengetahuan ibu balita tentang nutrisi pada 1000 HPK sebelum dan setelah edukasi gizi di posyandu.

H_1 : Terdapat perbedaan yang signifikan dalam pengetahuan ibu balita tentang nutrisi pada 1000 HPK sebelum dan setelah edukasi gizi di posyandu.

Pengumpulan Data				
Penyusunan Data				
Analisa Data				
Hasil Laporan				

3.4 Populasi Dan Sampel Penelitian

3.4.1 Populasi Penelitian

Populasi target penelitian ini mencakup seluruh ibu balita yang bertempat tinggal di sekitar wilayah Posyandu Desa Jati Mulia yang menjadi sasaran program intervensi stunting. Populasi terjangkau penelitian ini mencakup ibu balita yang menghadiri kegiatan edukasi gizi di Posyandu Desa Jati Mulia.

3.4.2 Sampel Penelitian

Sampel penelitian dipilih secara *purposive sampling*, yakni prosedur pemilihan sampel berdasarkan hasil pemilihan secara acak terhadap suatu individu ataupun kelompok yang memiliki ciri terkait sesuai data yang dianggap sesuai dan relevan terhadap tujuan penelitian.

3.4.3 Kriteria Inklusi :

- Ibu balita berusia 20–35 tahun.
- Bermukim di wilayah Desa Jati Mulia, Kecamatan Nibung Hangus.
- Aktif menghadiri edukasi gizi di Posyandu.
- Memiliki tingkat pendidikan minimal SD.
- Menyatakan ketersediaan menjadi responden melalui penandatanganan lembar *informed consent*.

3.4.4 Kriteria Eksklusi :

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

3.4.5 Besar Sampel

Metode perhitungan sampel yang digunakan yakni menggunakan rumus lemeshow :

$$n = \frac{Z^2 \times P \times (1-P)}{d^2}$$

Dimana:

- n = ukuran sampel yang dibutuhkan
- Z = 1.96 (nilai untuk tingkat kepercayaan 95%)
- P = 0.5 (jika tidak diketahui prevalensi)
- d = margin kesalahan yang kita tentukan, yaitu 0.18 atau 18%

$$n = \frac{(1,96)^2 \times 0,5 \times (1-0,5)}{(0,18)^2}$$

$$n = 29,65$$

sehingga, ukuran sampel yang dibutuhkan adalah 30 orang.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Instrumen penelitian berikut menggunakan kuesioner yang bertujuan untuk menilai pengetahuan dan sikap warga mengenai gizi dan kebersihan, observasi langsung dengan tujuan memantau implementasi program, wawancara mendalam dengan kader, dan dokumentasi foto kegiatan, data pemantauan pertumbuhan, dan evaluasi program.

3.6 Pengolahan dan Analisis Data

3.6.1 Pengolahan Data

Data sekunder diperoleh melalui hasil observasi dan selanjutnya akan dilakukan analisis kembali dengan lembar observasi.

A. Coding:

Kategori-kategori data yang dikumpulkan dapat ditunjukkan atau dikodekan oleh peneliti untuk mengklarifikasinya.

B. Data Entry:

Setelah data hasil pengukuran selesai dikodekan, data dimasukkan ke komputer.

C. Cleaning:

Peneliti melakukan perbaikan atau koreksi setelah memeriksa kemungkinan kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya.

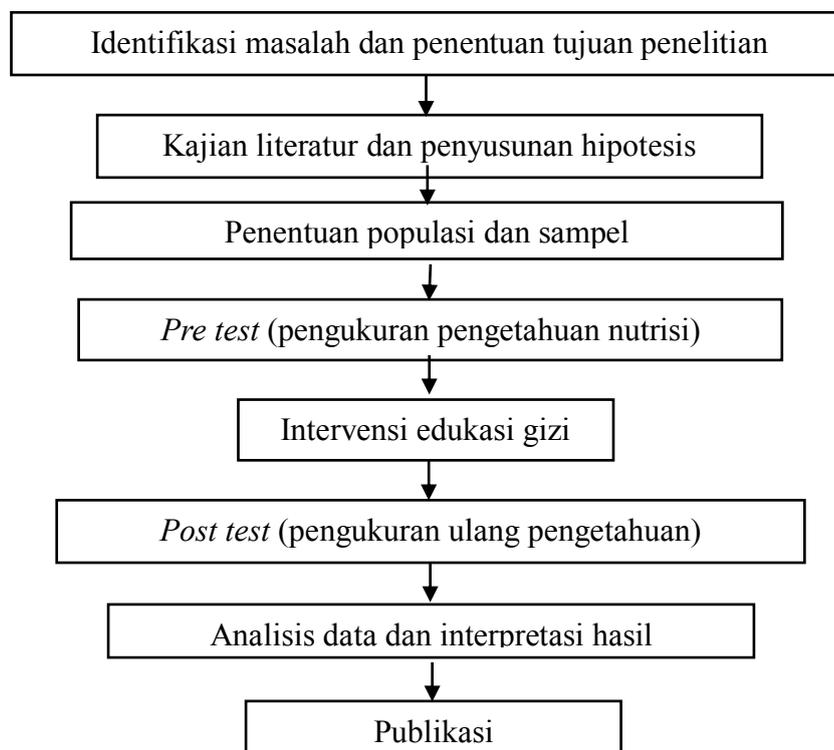
D. Analysis:

Analisis dapat dilakukan dengan memeriksa persentase yang terkumpul dan menyajikan mereka dalam tabel distribusi frekuensi. Kemudian, hasil penelitian dibahas.

3.6.2 Analisis Data

Penelitian yang telah dilakukan terkait pengaruh program edukasi Posyandu terhadap pengetahuan ibu balita tentang nutrisi pada 1000 HPK untuk pencegahan stunting telag melalui tahapan analisis data menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam tingkat pengetahuan setelah intervensi edukasi. Uji statistik melalui aplikasi SPSS yang digunakan yakni *paired t-test*, di mana perolehan hasil *pre-test* (sebelum dan *post-test* dibandingkan untuk menentukan perbedaan signifikan. Skor rata-rata pengetahuan orang tua sebelum program edukasi (*pre-test*) dikategorikan menjadi skor "kurang" hingga "cukup", sedangkan pasca program edukasi (*post-test*), skor rata-rata meningkat ke kategori "cukup" hingga "baik". Hasil uji statistik *paired t-test* (*T-test dependent*) menunjukkan hasil *p-value* $< 0,05$ dengan interpretasi terdapat pengaruh secara signifikan dari program edukasi posyandu terhadap tingkat pengetahuan orang tua. Ini mendukung hipotesis alternatif (H_1), yaitu bahwa program edukasi Posyandu memiliki pengaruh signifikan dalam meningkatkan pengetahuan orang tua tentang nutrisi pada 1000 HPK. Program edukasi posyandu akan dinilai terbukti efektif sebagai intervensi dalam upaya mencegah masalah gizi balita seperti stunting.

3.7 Alur Penelitian



BAB IV HASIL PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Umum Terkait Lokasi Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan di Desa Jati Mulia, Kecamatan Nibung Hangus, Kabupaten Batu Bara, Provinsi Sumatera Utara. Mayoritas penduduk Desa Jati Mulia bekerja sebagai petani, dengan pendapatan tidak tetap yang memengaruhi kemampuan mereka dalam menyediakan makanan bergizi. Strata pendidikan mayoritas penduduk yakni lulusan Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP). Posyandu yang ada di desa ini berfungsi sebagai pusat layanan kesehatan dan edukasi gizi yang dipromotor oleh tenaga kesehatan terampil yang memberikan edukasi mengenai pentingnya pola nutrisi seimbang. Desa ini dipilih karena tingginya angka stunting yang menjadi masalah kesehatan masyarakat. Berdasarkan survei awal, 32 dari 393 balita di desa ini mengalami stunting, yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi mikro dan makro. Posyandu di desa ini berperan penting dalam memberikan edukasi gizi kepada ibu balita dengan fokus pada 1000 HPK sebagai periode yang esensial dalam pencegahan stunting. Program edukasi gizi di Posyandu meliputi penyuluhan tentang ASI eksklusif, pembuatan MPASI yang bergizi, serta pentingnya gizi seimbang selama 1.000 HPK. Program ini dinilai berkontribusi dalam peningkatan pola pikir dan pengetahuan ibu balita tentang nutrisi preventif kejadian stunting.



Gambar 4.1 Peta Kecamatan Nibung Hangus, Desa Jatimulia

4.2 Analisis Univariat

4.2.1 Karakteristik Responden

Responden penelitian mencakup ibu balita yang berpartisipasi dalam program edukasi gizi di Posyandu. Karakteristik mereka mencakup usia, tingkat pendidikan, dan pekerjaan, yang dirangkum dalam tabel berikut:

Tabel 4.1 Karakteristik Berdasarkan Usia, Pendidikan, dan Pekerjaan Responden yang Berpartisipasi pada Edukasi Gizi di Desa Jatimulia, Kecamatan Nibung Hangus, Kabupaten Batubara Tahun 2024

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Usia		
< 20 Tahun	6	20%
20-35 Tahun	19	63,3%
>35 Tahun	5	16,7%
Total	30	100%
Pendidikan		
SD	9	30%
SMP	13	43,3%
SMA	3	10%
Perguruan Tinggi	5	16,7%
Total	30	100%
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	17	56,7%
Pekerja	13	43,3%
Total	30	100%

Dari Tabel 4.1 dapat dilihat bahwa mayoritas responden berada pada rentang usia 20-35 tahun dengan jumlah 19 orang (63,3%). Responden yang berusia di bawah 20 tahun sebanyak 6 orang (20%), sedangkan yang berusia di atas 35 tahun sebanyak 5 orang (16,7%). Dari segi pendidikan, sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan terakhir SMP sebanyak 13 orang (43,3%), diikuti oleh responden dengan pendidikan SD sebanyak 9 orang (30%). Sementara itu, responden dengan pendidikan terakhir perguruan tinggi sebanyak 5 orang (16,7%) dan SMA sebanyak 3 orang (10%). Berdasarkan pekerjaan, estimasi dominan responden merupakan ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 17 orang (56,7%), sedangkan 13 orang lainnya (43,3%) bekerja di sektor formal maupun informal. Hal ini memberikan gambaran umum mengenai karakteristik demografi responden yang terlibat dalam kegiatan edukasi gizi di

Posyandu.

4.2.2 Tingkat Pengetahuan Ibu Sebelum Dan Setelah Edukasi Gizi

Distribusi Rata-Rata Pengetahuan Ibu Sebelum dan Setelah Mengikuti kegiatan Edukasi Gizi di Posyandu Desa Jatimulia, Kecamatan Nibung Hangus, Kabupaten Batubara dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.2 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	9,73	10,00	7-13	1,552
Post-Test	17,70	18,00	14-20	2,087

Berdasarkan Tabel 4.2, 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.

Pada Pre-Test, nilai rata-rata total skor responden adalah 9,73, dengan nilai median sebesar 10,00 dan standar deviasi 1,552. 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. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden memiliki pemahaman yang lebih terbatas terhadap materi yang diajarkan.

Sementara itu, pada Post-Test, hasil menunjukkan peningkatan yang signifikan pada total skor responden setelah diberikan edukasi. Nilai rata-rata total skor meningkat menjadi 17,70, dengan nilai median sebesar 18,00 dan standar deviasi 2,087. Rentang nilai total skor PostTest berkisar antara 14 hingga 20, yang menunjukkan bahwa seluruh responden memperoleh nilai yang lebih tinggi, dengan sebagian besar mencapai skor maksimal. Pada tahap ini, terdapat penurunan variasi kemampuan di antara responden, yang sebelumnya cukup beragam.

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, seluruh responden mencapai skor maksimal atau mendekati skor maksimal secara seragam. Peningkatan dari nilai

minimum dan maksimum PreTest (7-13) menjadi PostTest (14-20) 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.

4.3 Analisis Bivariat

4.3.1 Hasil Uji *Paired t-Test*

Dampak pemberian edukasi gizi terhadap pengetahuan ibu di Posyandu Desa Jatimulia, Kecamatan Nibung Hangu, Kabupaten Batubara dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.3 Dampak Pemberian Edukasi Gizi terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu di Posyandu Desa Jatimulia, Kecamatan Nibung Hangu, Kabupaten Batubara Tahun 2024

Tingkat Pengetahuan	Mean	N	Correlation	Sig.
Pre-Test	9,73	30	0,613	<0,001
Post-Test	17,70	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 9,73 pada pre-test menjadi 17,70 pada post-test mengindikasikan bahwa edukasi gizi memiliki dampak yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita tentang nutrisi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yang penting untuk pencegahan stunting. Selain itu, hasil korelasi sebesar 0,613 menunjukkan adanya hubungan yang cukup kuat antara tingkat pengetahuan sebelum dan setelah edukasi gizi, yang menegaskan efektivitas intervensi tersebut dalam meningkatkan pemahaman ibu terkait nutrisi.

4.4 Pembahasan

Berdasarkan Tabel 4.1, penelitian ini melibatkan responden dengan rentang usia 20-35 tahun sebanyak 19 orang (63,3%), yang merupakan kelompok usia produktif dan diharapkan memiliki perhatian besar terhadap kesehatan anak-anak mereka, terutama

pada masa 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Responden dengan usia di bawah 20 tahun sebanyak 6 orang (20%), sedangkan yang berusia di atas 35 tahun sebanyak 5 orang (16,7%). Dari segi pendidikan, mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan terakhir SMP sebanyak 13 orang (43,3%), diikuti oleh SD sebanyak 9 orang (30%). Responden dengan tingkat pendidikan SMA sebanyak 3 orang (10%) dan perguruan tinggi sebanyak 5 orang (16,7%). Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pendidikan responden cukup beragam, tetapi sebagian besar masih tergolong pada pendidikan dasar. Dari segi pekerjaan, mayoritas responden adalah ibu rumah tangga sebanyak 17 orang (56,7%), sedangkan 13 orang lainnya (43,3%) bekerja baik di sektor formal maupun informal. Kombinasi antara tingkat pendidikan dan pekerjaan ini dapat memengaruhi penerimaan dan implementasi informasi edukasi gizi yang diberikan.

Tabel 4.2 menggambarkan perubahan signifikan dalam tingkat pengetahuan ibu balita setelah diberikan edukasi gizi di Posyandu. Sebelum edukasi, rata-rata skor pre-test responden adalah 9,73, dengan nilai median 10,00 dan rentang skor antara 7 hingga 13. Standar deviasi sebesar 1,552 menunjukkan adanya variasi dalam tingkat pengetahuan awal responden. Sebagian besar responden berada pada kategori "kurang" dalam hal pengetahuan tentang nutrisi selama 1000 HPK. Hal ini menegaskan pentingnya program edukasi gizi sebagai upaya untuk meningkatkan kesadaran ibu mengenai pentingnya nutrisi seimbang bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Setelah diberikan edukasi, terjadi peningkatan signifikan pada skor post-test. Rata-rata skor meningkat menjadi 17,70, dengan nilai median 18,00 dan rentang skor yang lebih luas, yaitu 14 hingga 20. Standar deviasi sebesar 2,087 mencerminkan bahwa meskipun terjadi peningkatan pengetahuan, terdapat sedikit variasi antarresponden dalam pemahaman mereka. Perbedaan signifikan antara skor pre-test dan post-test menunjukkan efektivitas edukasi gizi dalam meningkatkan pemahaman ibu balita terkait pentingnya nutrisi selama periode 1000 HPK.

Analisis statistik pada Tabel 4.3 menggunakan uji paired t-test menunjukkan nilai signifikansi $<0,001$, yang jauh lebih kecil dari tingkat alpha 0,05. Hal ini mengindikasikan adanya perbedaan yang sangat signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi. Korelasi sebesar 0,613 menunjukkan adanya hubungan yang cukup kuat antara program edukasi gizi dengan peningkatan pengetahuan ibu

balita. Dengan demikian, hasil ini mendukung hipotesis penelitian bahwa edukasi gizi di Posyandu secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang nutrisi selama 1000 HPK.

Efektivitas edukasi gizi ini dapat dijelaskan melalui pendekatan yang dilakukan selama program. Penyuluhan di Posyandu dirancang untuk memberikan informasi yang mudah dipahami, relevan dengan kebutuhan sehari-hari, dan berbasis pada praktik lokal yang memungkinkan responden untuk mengimplementasikan apa yang telah mereka pelajari. Program ini juga menekankan pentingnya pemberian ASI eksklusif, pembuatan MPASI bergizi, dan pemenuhan gizi seimbang selama periode kritis 1000 HPK. Peningkatan rata-rata skor dari pre-test ke post-test juga menunjukkan bahwa program edukasi gizi tidak hanya meningkatkan pengetahuan tetapi juga meratakan tingkat pemahaman di antara responden, terlepas dari latar belakang pendidikan atau pekerjaan mereka. Hal ini mengindikasikan bahwa materi yang disampaikan selama edukasi telah dirancang secara inklusif dan efektif menjangkau berbagai lapisan masyarakat.

Secara keseluruhan, program edukasi gizi di Posyandu Desa Jati Mulia terbukti berhasil dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita terkait nutrisi selama 1000 HPK. Dengan hasil ini, program serupa diharapkan dapat direplikasi di daerah lain untuk mendukung upaya pencegahan stunting secara lebih luas. Selain itu, keberhasilan program ini juga menyoroti pentingnya peran tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi yang berkualitas serta dukungan masyarakat untuk memastikan implementasi materi edukasi di kehidupan sehari-hari.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa :

5.1.1 Peningkatan Pemahaman

Edukasi gizi di Posyandu secara signifikan meningkatkan tingkat pemahaman ibu balita tentang pentingnya nutrisi dalam 1.000 HPK. Sebelum diberikan edukasi, pemahaman ibu masih terbatas, namun setelah edukasi terjadi peningkatan yang signifikan.

5.1.2 Efektivitas Program Edukasi Gizi

Program edukasi gizi terbukti sebagai strategi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita untuk pencegahan stunting. Penyuluhan yang interaktif dan berbasis kebutuhan lokal memudahkan ibu dalam memahami dan menerapkan informasi yang diberikan.

5.1.3 Faktor Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Program

- Faktor pendukung:

Tingkat pendidikan ibu, usia, status pekerjaan, keterlibatan tenaga kesehatan, ketersediaan sarana edukasi, serta dukungan keluarga dan lingkungan.

- Faktor penghambat:

Keterbatasan waktu ibu untuk mengikuti edukasi, rendahnya minat belajar, serta faktor sosial ekonomi memengaruhi akses terhadap informasi.

5.2 Saran

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang dapat diperbaiki dalam studi selanjutnya, yakni cakupan sampel masih terbatas, sehingga perlu diperluas agar lebih representatif. Jangka waktu penelitian yang singkat juga belum mampu menilai efektivitas edukasi dalam jangka panjang. Selain itu, faktor sosial ekonomi belum dieksplorasi secara mendalam, dan metode edukasi masih terbatas pada penyuluhan di Posyandu. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan cakupan lebih luas, observasi jangka panjang, serta metode edukasi yang lebih inovatif seperti media digital atau pendekatan berbasis komunitas.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sumartini E. Dampak Stunting Terhadap Kemampuan Kognitif Anak. *Pros Semin Nas Kesehat "Peran Tenaga Kesehat Dalam Menurunkan Kejadian Stunting" Tahun 2020 Impact*. Published online 2020:127-134.
2. Rusliani N, Hidayani WR, Sulistyoningsih H. Literature Review: Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Bul Ilmu Kebidanan dan Keperawatan*. 2022;1(01):32-40. doi:10.56741/bikk.v1i01.39
3. SS, Al Faiqoh Z. Peran Kader Posyandu dalam Pemantauan Status Gizi Balita : Literature Review. *J Heal Educ Lit*. 2022;5(1):19-25. doi:10.31605/j-healt.v5i1.1573
4. 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
5. 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.
6. 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
7. 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.
8. 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. doi:10.37010/mnhj.v3i1.498
9. 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.
10. Wardani EM. Penyuluhan Dan Pemberian Makanan Tambahan. 2023;3(2):219-226.

11. Trinanda R. Pentingnya Intervensi Orang Tua dalam Mencegah Stunting pada Anak. *J Pendidik Luar Sekol.* 2023;7(1)(7):2023-2087. doi:10.21831/diklus.v7i1.50469
12. 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.
13. 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
14. 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.
15. Kadafi A, Pratama BD, Christiana R, et al. Upaya Pencegahan Stunting Dengan Edukasi Pentingnya Asi, Mpasi Dan Makanan Bergizi. *Abdimas.* 2023;4(1):41-48.
16. 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.
17. Vinci AS, Bachtiar A, Parahita IG. Efektivitas Edukasi Mengenai Pencegahan Stunting Kepada Kader: Systematic Literature Review. *J Endur.* 2022;7(1):66-73. doi:10.22216/jen.v7i1.822

LAMPIRAN

Lampiran 1

KUESIONER TINGKAT PENGETAHUAN IBU

Nama Ibu :

Usia :

Alamat :

Agama :

Pendidikan Terakhir :

Pekerjaan :

A. Kuesioner Pilihan Ganda

NO	PERTANYAAN	PILIHAN GANDA
1	Apa yang dimaksud dengan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)	a. Masa kehamilan hingga bayi usia 6 bulan b. Masa sejak konsepsi hingga anak usia 2 tahun c. Masa sejak kelahiran hingga usia 3 tahun d. Masa balita hingga usia sekolah
2	Mengapa 1000 HPK dianggap penting untuk mencegah stunting?	a. Masa ini menentukan kecerdasan anak b. Pertumbuhan otak dan fisik optimal terjadi di periode ini c. Nutrisi pada masa ini tidak memengaruhi stunting d. Semua jawaban di atas salah
3	Apa tujuan utama edukasi gizi di Posyandu?	a. Meningkatkan pengetahuan ibu tentang makanan tambahan b. Mencegah anak dari penyakit infeksi c. Memberikan informasi tentang nutrisi untuk tumbuh kembang anak d. Menyediakan imunisasi gratis
4	Nutrisi apa yang paling penting pada 1000 HPK?	a. Protein dan vitamin D b. Karbohidrat dan lemak c. Protein, zat besi, dan asam folat d. Gula dan garam
5	Apa saja dampak stunting terhadap anak?	a. Anak menjadi lebih aktif b. Tinggi badan normal tetapi berat badan rendah c. Pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif terhambat

		d. Tidak ada dampak jangka panjang
6	Bagaimana cara memastikan bayi mendapatkan nutrisi optimal selama 6 bulan pertama?	<ul style="list-style-type: none"> a. Memberikan susu formula secara rutin b. Memberikan ASI eksklusif c. Memberikan makanan tambahan sejak lahir d. Memberikan air putih setiap hari
7	Apa peran Posyandu dalam pencegahan stunting?	<ul style="list-style-type: none"> a. Memantau tumbuh kembang anak secara rutin b. Membagikan makanan tambahan secara cuma-cuma c. Memberikan imunisasi anak secara gratis d. Semua jawaban benar
8	Faktor apa yang paling memengaruhi keberhasilan edukasi gizi?	<ul style="list-style-type: none"> a. Pemahaman ibu terhadap informasi yang diberikan b. Ketersediaan makanan sehat di rumah c. Ketersediaan fasilitas kesehatan d. Semua jawaban benar
9	Apa tanda-tanda stunting pada anak usia di bawah 2 tahun?	<ul style="list-style-type: none"> a. Berat badan anak menurun drastis b. Tinggi badan anak lebih pendek dibandingkan usianya c. Anak sering sakit demam d. Anak menjadi lebih hiperaktif
10	Bagaimana cara mengevaluasi pengetahuan ibu setelah edukasi gizi?	<ul style="list-style-type: none"> a. Dengan wawancara langsung b. Dengan mengamati pola pemberian makan anak c. Dengan mengisi kuesioner d. Semua jawaban benar

B. Kuesioner Pernyataan Benar Salah

NO	PERNYATAAN	BENAR	SALAH
1	1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) mencakup periode sejak konsepsi hingga anak berusia 2 tahun.		
2	Edukasi gizi di Posyandu tidak berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi anak.		
3	Stunting hanya memengaruhi tinggi badan anak, tanpa memengaruhi perkembangan otaknya.		
4	Memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama adalah salah satu langkah penting untuk mencegah stunting.		
5	Edukasi gizi di Posyandu membantu ibu memahami pentingnya pemberian makanan tambahan bergizi setelah 6 bulan pertama.		
6	Kurangnya asupan protein selama 1000 HPK dapat meningkatkan risiko stunting pada anak.		
7	Pertumbuhan anak yang terhambat akibat stunting tidak dapat diperbaiki setelah usia 2 tahun.		
8	Salah satu tujuan Posyandu adalah untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan anak secara berkala.		
9	Edukasi gizi hanya diberikan kepada ibu hamil dan tidak relevan untuk ibu dengan balita.		
10	Stunting dapat dicegah dengan kombinasi edukasi gizi, pola makan yang sehat, dan sanitasi yang baik.		

Lampiran 2***INFORMED CONSENT (LEMBAR PERSETUJUAN)***

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Usia :

Alamat :

Menyatakan bersedia menjadi responden pada penelitian:

Nama : Amira Fazhira

NPM : 2108260076

Instansi : Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Judul : EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI DI POSYANDU TERHADAP
PENGETAHUAN IBU BALITA TENTANG NUTRISI PADA
1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN UNTUK PENCEGAHAN
STUNTING

Demikian surat pernyataan ini saya sampaikan untuk dapat dipergunakan dengan sebaik
baiknya.

Medan, Agustus 2024

()

Lampiran 3

TABEL IDENTITAS IBU

No	Inisial	Umur			Pendidikan				Pekerjaan		
		<20	20-35	>35	SD	SMP	SMA	PT	Wiraswasta	Guru	IRT
1	KI	√						√			√
2	AL		√		√						√
3	TN		√					√		√	
4	NR			√				√			√
5	SH		√			√			√		
6	SR		√		√						√
7	SA	√				√				√	
8	NA		√					√			√
9	AJ		√			√			√		
10	AE	√				√			√		
11	BA		√		√						√
12	CF			√				√		√	
13	RA	√						√			√
14	TY		√					√	√		
15	HS		√			√					√
16	FR			√	√					√	
17	EJ			√		√					√
18	AC		√					√		√	
19	KY		√			√					√
20	GN	√				√				√	
21	MG		√		√						√
22	HW		√			√			√		
23	GT		√			√			√		
24	BS			√		√			√		
25	VJ		√		√						√
26	YD		√		√						√
27	SW		√		√						√
28	IP	√			√						√
29	LW		√			√					√
30	SJ		√			√					√
TOTAL		6	19	5	9	13	3	5	7	6	17

Lampiran 4**Persentase Pengetahuan Ibu Sebelum dan Setelah Pemberian Edukasi****A. Kuesioner Pilihan Ganda**

No	Inisial	Skor <i>Pre-test</i>	Skor <i>Post-test</i>
1	KI	4	9
2	AL	5	9
3	TN	3	7
4	NR	6	10
5	SH	7	10
6	SR	5	9
7	SA	4	8
8	NA	6	10
9	AJ	3	7
10	AE	5	9
11	BA	4	8
12	CF	7	10
13	RA	6	10
14	TY	5	9
15	HS	4	8
16	FR	7	10
17	EJ	6	10
18	AC	3	7
19	KY	5	9
20	GN	4	8
21	MG	6	10
22	HW	7	10
23	GT	7	10
24	BS	5	9
25	VJ	4	8
26	YD	6	10
27	SW	3	7
28	IP	5	9
29	LW	4	8
30	SJ	6	10

B. Kuesioner Pernyataan Benar Salah

No	Inisial	Skor <i>Pre-test</i>	Skor <i>Post-test</i>
1	KI	5	9
2	AL	4	9
3	TN	4	8
4	NR	4	10
5	SH	6	10
6	SR	6	9
7	SA	6	8
8	NA	6	10
9	AJ	4	8
10	AE	4	9
11	BA	4	8
12	CF	5	10
13	RA	4	10
14	TY	5	9
15	HS	4	8
16	FR	4	10
17	EJ	5	10
18	AC	6	8
19	KY	6	9
20	GN	4	8
21	MG	4	10
22	HW	5	10
23	GT	4	10
24	BS	4	9
25	VJ	5	8
26	YD	5	10
27	SW	5	8
28	IP	4	9
29	LW	4	8
30	SJ	4	10

Lampiran 5

ANALISIS UNIVARIAT

usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<20 tahun	6	20.0	20.0	20.0
	20-35 tahun	19	63.3	63.3	83.3
	>35 tahun	5	16.7	16.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	9	30.0	30.0	30.0
	SMP	13	43.3	43.3	73.3
	SMA	3	10.0	10.0	83.3
	Perguruan Tinggi	5	16.7	16.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ibu Rumah Tangga	17	56.7	56.7	56.7
	Pekerja	13	43.3	43.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

PreTest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	kurang	26	86.7	86.7	86.7
	cukup	4	13.3	13.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

PostTest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	cukup	6	20.0	20.0	20.0
	baik	24	80.0	80.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Statistics

		PreTest	PostTest
N	Valid	30	30
	Missing	0	0
Mean		9.73	17.70
Median		10.00	18.00
Mode		9	20
Std. Deviation		1.552	2.087
Minimum		7	14
Maximum		13	20

ANALISIS BIVARIAT

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PreTest	9.73	30	1.552	.283
	PostTest	17.70	30	2.087	.381

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Significance	
				One-Sided p	Two-Sided p
Pair 1	PreTest & PostTest	30	.613	<.001	<.001

Paired Samples Test

		Paired Differences					Significance			
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	One-Sided p	Two-Sided p
					Lower	Upper				
Pair 1	PreTest - PostTest	-7.967	1.671	.305	-8.591	-7.343	-26.115	29	<.001	<.001

Lampiran 6
DOKUMENTASI



Lampiran 7

**EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI DI POSYANDU TERHADAP
PENGETAHUAN IBU BALITA TENTANG NUTRISI
PADA 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN
UNTUK PENCEGAHAN STUNTING**

Amira Fazhira¹, Humairah Medina Liza Lubis², Nanda Sari Nuralita³

Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

E-mail : amirafazhira03@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan : Stunting merupakan masalah kesehatan yang serius di Indonesia, terutama pada anak usia di bawah dua tahun, dengan prevalensi yang tinggi. Stunting disebabkan oleh kekurangan gizi kronis selama 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), periode kritis yang dimulai dari masa konsepsi hingga anak berusia dua tahun. Posyandu berperan penting sebagai pusat edukasi gizi untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang nutrisi seimbang guna mencegah stunting. Program ini melibatkan penyuluhan tentang ASI eksklusif, pemberian MPASI bergizi, serta pentingnya gizi seimbang selama 1000 HPK. **Metode** : Penelitian menggunakan desain eksperimental dengan pendekatan *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur efektivitas edukasi gizi yang dilakukan di Posyandu Desa Jati Mulia. Sampel terdiri dari 30 ibu balita yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner untuk menilai pengetahuan sebelum dan setelah edukasi. **Hasil** : Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada rata-rata skor pengetahuan ibu, dari 9,73 pada *pre-test* menjadi 17,70 pada *post-test*, dengan nilai $p < 0,001$. Edukasi gizi terbukti mampu meningkatkan pemahaman ibu terkait nutrisi selama 1000 HPK, yang berperan penting dalam pencegahan stunting. **Kesimpulan** : Edukasi gizi di Posyandu Desa Jati Mulia efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang nutrisi selama 1000 HPK. Program ini dapat menjadi model intervensi untuk pencegahan stunting secara lebih luas.

Kata kunci: Stunting, Edukasi Gizi, Posyandu, 1000 Hari Pertama Kehidupan, Pengetahuan Ibu.

**EFFECTIVENESS OF NUTRITION EDUCATION AT POSYANDU
ON MOTHERS' KNOWLEDGE OF TODDLERS ABOUT NUTRITION
IN THE FIRST 1000 DAYS OF LIFE FOR STUNTING PREVENTION**

Amira Fazhira¹, Humairah Medina Liza Lubis², Ance Roslina³

Faculty of Medicine, Muhammadiyah University of North Sumatra

E-mail : amirafazhira03@gmail.com

ABSTRACT

Introduction: Stunting is a serious health problem in Indonesia, especially in children under two years of age, with a high prevalence. Stunting is caused by chronic malnutrition during the First 1000 Days of Life (HPK), a critical period starting from conception until the child is two years old. Posyandu plays an important role as a center for nutrition education to improve mothers' knowledge of balanced nutrition to prevent stunting. This program involves counseling on exclusive breastfeeding, providing nutritious complementary foods, and the importance of balanced nutrition during the 1000 HPK. **Method:** The study used an experimental design with a pre-test and post-test approach to measure the effectiveness of nutrition education conducted at Posyandu Jati Mulia Village. The sample consisted of 30 mothers of toddlers selected using a purposive sampling technique. Data were collected using a questionnaire to assess knowledge before and after education. **Results:** The results showed a significant increase in the average score of mothers' knowledge, from 9.73 in the pre-test to 17,70 in the post-test with p value <0.001 . Nutrition education has been proven to improve mothers' understanding of nutrition during the first 1000 HPK, which plays an important role in preventing stunting. **Conclusion:** Nutrition education at the Jati Mulia Village Integrated Health Post (Posyandu) is effective in improving mothers' knowledge of toddlers about nutrition during the first 1000 HPK. This program can be a model of intervention for broader stunting prevention.

Keywords: Stunting, Nutrition Education, Integrated Health Post (Posyandu), First 1000 Days of Life, Mother's Knowledge

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan kesehatan yang serius di Indonesia, dengan dampak jangka panjang yang sangat mempengaruhi kualitas hidup anak-anak. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yang dimulai sejak konsepsi hingga usia dua tahun. Pada masa ini, pertumbuhan fisik dan perkembangan otak anak berlangsung dengan sangat cepat dan membutuhkan asupan gizi yang optimal. Kekurangan gizi pada periode ini dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak, yang pada akhirnya memengaruhi kemampuan kognitif, kesehatan, serta kemampuan belajar mereka di masa depan.¹

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO), Indonesia menempati posisi ketiga dengan prevalensi balita stunting tertinggi di Asia Tenggara. Selama 2005-2017, rata-rata prevalensi stunting balita di Indonesia mencapai

36,4%. Riskesdas 2007 mencatat prevalensi sebesar 36,8%, sedikit menurun menjadi 35,6% pada 2010, namun naik lagi menjadi 37,2% pada 2013. Pemantauan Status Gizi (PSG) 2015 menunjukkan penurunan ke 29%, tetapi angka ini kembali naik menjadi 29,6% pada 2017. Secara global, pada 2017, sekitar 22,2% balita (150,8 juta) mengalami stunting, menurun dari 32,6% pada 2000. Sebagian besar kasus stunting dunia ditemukan di Asia (55%) dan Afrika (39%). Dari total 83,6 juta balita stunting di Asia, mayoritas berasal dari Asia Selatan (58,7%), sedangkan Asia Tengah memiliki proporsi terendah (0,9%).²

Program edukasi ini banyak dilakukan di Posyandu, sebagai sarana pelayanan kesehatan bagi ibu hamil, ibu menyusui, dan balita. Posyandu memiliki peran strategis karena merupakan lembaga yang mudah diakses oleh masyarakat di tingkat desa atau kelurahan. Melalui kegiatan edukasi gizi yang terstruktur, diharapkan ibu dapat memahami dengan baik pentingnya pemberian makanan yang bergizi

seimbang untuk mendukung tumbuh kembang anak yang optimal.³

Di sisi lain, meskipun posyandu memiliki potensi besar dalam menyampaikan informasi tentang gizi, efektivitas program edukasi gizi ini dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita dan mengubah pola makan mereka masih perlu dievaluasi lebih lanjut. Beberapa faktor yang mungkin mempengaruhi efektivitas edukasi gizi di Posyandu antara lain tingkat keterlibatan ibu dalam kegiatan Posyandu, pemahaman yang dimiliki oleh ibu tentang materi yang disampaikan, serta dukungan dari lingkungan sosial dan ekonomi yang dapat memengaruhi kemampuan ibu untuk menerapkan pola makan yang sehat di rumah.⁴

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa meskipun ibu telah mendapatkan informasi mengenai gizi, tidak semua informasi tersebut diterapkan dengan baik dalam pola makan sehari-hari anak. Hal ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor, seperti keterbatasan pemahaman, kendala ekonomi, atau kurangnya dukungan dalam

menerapkan perubahan pola makan di rumah.⁵ Oleh karena itu, penelitian ini sangat penting untuk mengukur sejauh mana edukasi gizi yang diberikan di Posyandu mampu meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai gizi pada 1.000 HPK, serta mengidentifikasi apakah peningkatan pengetahuan tersebut berdampak positif dalam pencegahan stunting. Dengan menilai efektivitas program edukasi gizi di Posyandu, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan rekomendasi yang berguna untuk meningkatkan kualitas program edukasi dan memberikan kontribusi dalam upaya menurunkan angka stunting di Indonesia.

METODE PENELITIAN

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.

Tingkat Pengetahuan	Mean	Median	Min-Max	Std.Dev
Pre-Test	9,73	10,00	7-13	1,552
Post-Test	17,70	18,00	14-20	2,087

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 4.2 Distribusi Rata-Rata Pengetahuan Ibu Sebelum dan Setelah Mengikuti kegiatan Edukasi Gizi di Posyandu Desa Jatimulia, Kecamatan Nibung Hangus, Kabupaten Batubara Tahun 2024

Berdasarkan Tabel 4.2, 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.

Pada Pre-Test, nilai rata-rata total skor responden adalah 9,73, dengan nilai median sebesar 10,00 dan standar deviasi 1,552. 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. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden memiliki pemahaman yang lebih terbatas terhadap materi yang diajarkan.

Sementara itu, pada Post-Test, hasil menunjukkan peningkatan yang signifikan pada total skor responden setelah diberikan edukasi. Nilai rata-rata total skor meningkat menjadi 17,70, dengan nilai median sebesar 18,00 dan standar deviasi 2,087. Rentang nilai total skor PostTest berkisar antara 14 hingga 20, yang menunjukkan bahwa seluruh responden memperoleh nilai yang lebih tinggi, dengan sebagian besar mencapai skor maksimal. Pada tahap ini, terdapat penurunan variasi kemampuan di antara responden, yang sebelumnya cukup beragam.

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, seluruh responden mencapai skor maksimal atau mendekati skor maksimal secara seragam. Peningkatan dari nilai minimum dan maksimum PreTest (7-13) menjadi PostTest (14-20) 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.

Tingkat Pengetahuan	Mean	N	Correlation	Sig.
Pre-Test	9,73	30	0,613	<0,001
Post-Test	17,70	30		

Tabel 4.3 Dampak Pemberian Edukasi Gizi terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu di Posyandu Desa Jatimulia, Kecamatan Nibung Hangu, Kabupaten Batubara Tahun 2024

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 9,73 pada pre-test menjadi 17,70 pada post-test mengindikasikan bahwa edukasi gizi memiliki dampak

yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita tentang nutrisi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yang penting untuk pencegahan stunting. Selain itu, hasil korelasi sebesar 0,613 menunjukkan adanya hubungan yang cukup kuat antara tingkat pengetahuan sebelum dan setelah edukasi gizi, yang menegaskan efektivitas intervensi tersebut dalam meningkatkan pemahaman ibu terkait nutrisi.

PEMBAHASAN

Tabel 4.2 menggambarkan perubahan signifikan dalam tingkat pengetahuan ibu balita setelah diberikan edukasi gizi di Posyandu. Sebelum edukasi, rata-rata skor pre-test responden adalah 9,73, dengan nilai median 10,00 dan rentang skor antara 7 hingga 13. Standar deviasi sebesar 1,552 menunjukkan adanya variasi dalam tingkat pengetahuan awal responden. Sebagian besar responden berada pada kategori "kurang" dalam hal pengetahuan tentang nutrisi selama 1000 HPK. Hal ini menegaskan pentingnya program edukasi gizi sebagai upaya

untuk meningkatkan kesadaran ibu mengenai pentingnya nutrisi seimbang bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Setelah diberikan edukasi, terjadi peningkatan signifikan pada skor post-test. Rata-rata skor meningkat menjadi 17,70, dengan nilai median 18,00 dan rentang skor yang lebih luas, yaitu 14 hingga 20. Standar deviasi sebesar 2,087 mencerminkan bahwa meskipun terjadi peningkatan pengetahuan, terdapat sedikit variasi antarresponden dalam pemahaman mereka. Perbedaan signifikan antara skor pre-test dan post-test menunjukkan efektivitas edukasi gizi dalam meningkatkan pemahaman ibu balita terkait pentingnya nutrisi selama periode 1000 HPK.

Analisis statistik pada Tabel 4.3 menggunakan uji paired t-test menunjukkan nilai signifikansi $<0,001$, yang jauh lebih kecil dari tingkat alpha 0,05. Hal ini mengindikasikan adanya perbedaan yang sangat signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi. Korelasi sebesar 0,613 menunjukkan adanya hubungan yang cukup kuat antara program edukasi

gizi dengan peningkatan pengetahuan ibu balita. Dengan demikian, hasil ini mendukung hipotesis penelitian bahwa edukasi gizi di Posyandu secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang nutrisi selama 1000 HPK.

Efektivitas edukasi gizi ini dapat dijelaskan melalui pendekatan yang dilakukan selama program. Penyuluhan di Posyandu dirancang untuk memberikan informasi yang mudah dipahami, relevan dengan kebutuhan sehari-hari, dan berbasis pada praktik lokal yang memungkinkan responden untuk mengimplementasikan apa yang telah mereka pelajari. Program ini juga menekankan pentingnya pemberian ASI eksklusif, pembuatan MPASI bergizi, dan pemenuhan gizi seimbang selama periode kritis 1000 HPK. Peningkatan rata-rata skor dari pre-test ke post-test juga menunjukkan bahwa program edukasi gizi tidak hanya meningkatkan pengetahuan tetapi juga meratakan tingkat pemahaman di antara responden, terlepas dari latar belakang pendidikan atau pekerjaan mereka. Hal ini

mengindikasikan bahwa materi yang disampaikan selama edukasi telah dirancang secara inklusif dan efektif menjangkau berbagai lapisan masyarakat.

Secara keseluruhan, program edukasi gizi di Posyandu Desa Jati Mulia terbukti berhasil dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita terkait nutrisi selama 1000 HPK. Dengan hasil ini, program serupa diharapkan dapat direplikasi di daerah lain untuk mendukung upaya pencegahan stunting secara lebih luas. Selain itu, keberhasilan program ini juga menyoroti pentingnya peran tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi yang berkualitas serta dukungan masyarakat untuk memastikan implementasi materi edukasi di kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sumartini E. Dampak Stunting Terhadap Kemampuan Kognitif Anak. *Pros Semin Nas Kesehat “Peran Tenaga Kesehat Dalam Menurunkan Kejadian Stunting” Tahun 2020 Impact*. Published online 2020:127-134.

2. Rusliani N, Hidayani WR, Sulistyoningsih H. Literature Review: Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Bul Ilmu Kebidanan dan Keperawatan*. 2022;1(01):32-40. doi:10.56741/bikk.v1i01.39
3. SS, Al Faiqoh Z. Peran Kader Posyandu dalam Pemantauan Status Gizi Balita : Literature Review. *J Heal Educ Lit*. 2022;5(1):19-25. doi:10.31605/j-health.v5i1.1573
4. 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
5. 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.
6. 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
7. 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.
8. 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. doi:10.37010/mnhj.v3i1.498
9. 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.
10. Wardani EM. Penyuluhan Dan Pemberian Makanan Tambahan. 2023;3(2):219-226.
11. Trinanda R. Pentingnya Intervensi Orang Tua dalam Mencegah Stunting pada Anak. *J Pendidik Luar Sekol*.

- 2023;7(1)(7):2023-2087.
doi:10.21831/diklus.v7i1.50469
12. 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.
 13. 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
 14. 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.
 15. Kadafi A, Pratama BD, Christiana R, et al. Upaya Pencegahan Stunting Dengan Edukasi Pentingnya Asi, Mpasi Dan Makanan Bergizi. *Abdimas*. 2023;4(1):41-48.
 16. 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.
 17. Vinci AS, Bachtiar A, Parahita IG. Efektivitas Edukasi Mengenai Pencegahan Stunting Kepada Kader: Systematic Literature Review. *J Endur*. 2022;7(1):66-73.
doi:10.22216/jen.v7i1.822