

Peran Kebijakan Promosi Kesehatan dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Tentang Gizi Seimbang

The Role of Health Promotion Policy in Increasing Public Awareness of Balanced Nutrition

Diky Wanda Siregar^{1*}, Rotua Sumihar Sitorus², Ika Nursaputri³

^{1,2,3}Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Magister, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam

Email: dikywanda@gmail.com

Abstrak

Latar belakang: Kesehatan masyarakat merupakan salah satu indikator keberhasilan pembangunan nasional dan menjadi prioritas utama dalam proses pembangunan yang berkelanjutan. Di Indonesia, promosi kesehatan di tingkat puskesmas merupakan ujung tombak dalam pelaksanaan kegiatan edukasi dan kampanye tentang pentingnya gizi seimbang. Berbagai kegiatan promosi kesehatan telah dilakukan, mulai dari penyuluhan, penyebaran leaflet, hingga penggunaan media audiovisual. Meskipun demikian, hasil survei awal menunjukkan bahwa tingkat pemahaman dan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya gizi seimbang masih rendah. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran kebijakan promosi kesehatan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang gizi seimbang di Puskesmas Gambir Baru Kabupaten Asahan. **Metode penelitian** yang digunakan adalah metode kualitatif bersifat deskriptif. Informan yang digunakan yaitu Kepala puskesmas, Pegawai puskesmas, Kader Gizi, Bidan desa, dan Ibu Rumah Tangga. Peran kebijakan promosi kesehatan di Puskesmas Gambir Baru Kabupaten Asahan sudah berjalan baik melalui tiga pendekatan utama, yaitu advokasi, kemitraan, dan pemberdayaan masyarakat. **Hasil Penelitian:** Melalui advokasi, Puskesmas berhasil mendorong dukungan dari pemerintah desa, PKK, dan tokoh masyarakat dalam bentuk kebijakan lokal seperti penyediaan anggaran kegiatan gizi dan pelatihan kader. Kemitraan yang terjalin antara Puskesmas, PKK, dan kader gizi menciptakan sinergi dalam pelaksanaan edukasi dan promosi gizi seimbang, sehingga pesan kesehatan dapat tersampaikan lebih luas meskipun tenaga kesehatan terbatas. Sementara itu, pemberdayaan masyarakat turut memperkuat pengetahuan dan rasa tanggung jawab warga terhadap pentingnya gizi seimbang. **Kesimpulan:** Peran promosi kesehatan melalui advokasi, kemitraan, dan pemberdayaan di Puskesmas Gambir Baru sudah baik dalam meningkatkan kesadaran gizi, namun perlu penguatan advokasi, kapasitas kader, partisipasi masyarakat, serta penelitian lanjutan untuk mendukung keberlanjutan program.

Kata Kunci: Kebijakan Promosi Kesehatan; Kesadaran Masyarakat; Gizi Seimbang; Puskesmas

Abstract

Background: Public health is one of the key indicators of national development success and a top priority in sustainable development. In Indonesia, health promotion at the primary healthcare (puskesmas) level serves as the frontline in delivering education and campaigns on the importance of balanced nutrition. Various health promotion activities have been carried out, including counseling, distribution of leaflets, and the use of audiovisual media. However, preliminary survey results indicate that the level of public understanding and awareness of balanced nutrition remains low. **Objective:** This study aims to examine the role of health promotion policies in increasing community awareness of balanced nutrition at Puskesmas Gambir Baru, Asahan Regency. **Method:** This research used a descriptive qualitative approach. Informants included the head of the puskesmas, puskesmas staff, nutrition cadres, village midwives, and housewives. **Results:** Health promotion policies at Puskesmas Gambir Baru have been implemented well through three main approaches: advocacy, partnership, and community empowerment. Through advocacy, the puskesmas successfully encouraged support from village governments, PKK, and community leaders in the form of local policies such as budget allocation for nutrition activities and cadre training. Partnerships among the puskesmas, PKK, and nutrition cadres created synergy in delivering education and promoting balanced nutrition, allowing health messages to reach a wider audience despite limited health personnel. Meanwhile, community empowerment strengthened knowledge and fostered a sense of responsibility among residents regarding the importance of balanced nutrition. **Conclusion:** The role of health promotion through advocacy, partnership, and community empowerment at Puskesmas Gambir Baru has been effective in increasing nutrition awareness; however, further strengthening of advocacy, cadre capacity, community participation, and additional research is needed to ensure program sustainability.

Keywords: Health Promotion Policy; Community Awareness; Balanced Nutrition; Health Center.

*Corresponding Author: Diky Wanda Siregar, Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam, Deli Serdang, Indonesia

E-mail : d.linna.suswardany@ums.ac.id

Doi : [10.35451/zg3fjc38](https://doi.org/10.35451/zg3fjc38)

Received : March 01, 2026. Accepted: April 02, 2026. Published: April 30, 2026

Copyright (c) 2026 : Diky Wanda Siregar. Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International

1. PENDAHULUAN

Kesehatan masyarakat merupakan salah satu indikator keberhasilan pembangunan nasional dan menjadi prioritas utama dalam proses pembangunan yang berkelanjutan. Menurut penelitian sebelumnya [1] dalam Penyuluhan dan Promosi Kesehatan, promosi kesehatan merupakan proses strategis yang bertujuan memandirikan, memampukan, dan memberdayakan masyarakat agar mampu meningkatkan tingkat kesehatan diri dan lingkungannya secara mandiri [2]. Promosi kesehatan tidak hanya sekadar menyampaikan informasi, melainkan juga mengubah perilaku masyarakat melalui pendekatan yang dapat merangsang pikiran, perasaan, dan kemauan mereka, sehingga terjadi perubahan yang berkelanjutan dalam pengetahuan, sikap, dan tindakan [3]. Dalam rangka mencapai tujuan tersebut, kebijakan promosi kesehatan memegang peran penting sebagai landasan formal yang mengarahkan kegiatan dan strategi yang akan dilaksanakan [4]. Berbagai regulasi, seperti Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 41 Tahun 2019, menegaskan bahwa promosi kesehatan harus menjadi salah satu bagian penting dari program pembangunan kesehatan nasional dan daerah. Kebijakan ini memberikan arahan dan dukungan untuk memperkuat berbagai kegiatan edukasi, penyuluhan, serta pemberdayaan masyarakat agar mampu memahami dan menjalankan pola hidup sehat, termasuk pentingnya konsumsi gizi seimbang [5].

Meskipun sudah banyak kebijakan yang dirancang dan dilaksanakan, keberhasilannya masih belum maksimal. Dalam Ilmu Perilaku Kesehatan menekankan bahwa keberhasilan promosi kesehatan sangat bergantung pada efektivitas penerapan kebijakan tersebut di lapangan [6]. Kebijakan harus didukung oleh struktur organisasi yang kuat, sumber daya manusia yang kompeten, serta komunikasi yang efektif agar mampu menjangkau seluruh lapisan masyarakat dan mengatasi hambatan budaya, tingkat pendidikan, maupun persepsi masyarakat terhadap program kesehatan yang ada [7].

Di Indonesia, promosi kesehatan di tingkat puskesmas merupakan ujung tombak dalam pelaksanaan kegiatan edukasi dan kampanye tentang pentingnya gizi seimbang. Penelitian dalam Kajian Pembangunan Kesehatan Indonesia menyatakan bahwa keberhasilan pelaksanaan program promosi sangat dipengaruhi oleh kualitas kebijakan yang didukung, termasuk pelatihan, media yang digunakan, serta pengawasan secara berkelanjutan [8]. Namun demikian, kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa meskipun berbagai upaya telah dilakukan, hasil yang dicapai belum menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan perilaku masyarakat terkait gizi seimbang [9]. Banyak masyarakat yang menganggap bahwa mereka telah melakukan yang terbaik untuk memenuhi kebutuhan gizi keluarga, padahal pengetahuan mereka tentang gizi yang seimbang masih cukup rendah. Kondisi ini menjadi salah satu faktor penyebab masih tingginya angka gizi buruk dan stunting di Indonesia, termasuk di Kabupaten Asahan. Beberapa studi menemukan bahwa meskipun informasi gizi sudah disampaikan melalui penyuluhan, sebagian besar masyarakat masih memiliki pemahaman yang rendah mengenai prinsip gizi seimbang [10].

Penelitian Riskesdas 2021 menunjukkan konsumsi sayur dan buah masyarakat Indonesia masih sangat rendah (kurang dari 10% penduduk memenuhi anjuran 5 porsi per hari). Hal ini menandakan bahwa penyuluhan saja belum cukup, dan perlu pendekatan kebijakan promosi kesehatan yang lebih komprehensif. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa advokasi di tingkat puskesmas sering terkendala oleh kurangnya dukungan dari pemangku kepentingan (kepala desa, kecamatan, maupun DPRD), sehingga alokasi dana untuk promosi gizi masih rendah. Misalnya, studi di beberapa kabupaten di Sumatera menemukan kegiatan advokasi jarang menghasilkan kebijakan tertulis atau peningkatan anggaran khusus gizi [11]. Di Provinsi Sumatera Utara sendiri, angka stunting pada tahun 2022 menunjukkan angka sebesar 21,1%, mengalami penurunan dari 42,5% pada tahun 2013. Meskipun terdapat penurunan yang signifikan, angka tersebut masih lebih tinggi dari rata-rata nasional yang sebesar 21,6%. Seperti yang diungkapkan [13] tantangan besar tetap ada dalam meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang dan melakukan pencegahan malnutrisi secara menyeluruh. Masalah ini diperburuk oleh gaya hidup modern yang cenderung mengonsumsi makanan cepat saji dan junk food yang kurang bergizi, serta kurangnya pemahaman mengenai nilai gizi dari makanan yang mereka konsumsi [12].

Di Puskesmas Gambir Baru, Kabupaten Asahan, berbagai kegiatan promosi kesehatan telah dilakukan, mulai dari penyuluhan, penyebaran leaflet, hingga penggunaan media audiovisual. Meskipun demikian, hasil survei awal menunjukkan bahwa tingkat pemahaman dan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya gizi seimbang masih sangat rendah. Banyak masyarakat merasa bahwa mereka sudah memberikan gizi yang cukup, padahal kenyataannya mereka kurang memahami prinsip dasar diet sehat dan pola makan bergizi. Bahkan, kondisi balita dengan gizi buruk dan stunting masih cukup tinggi di wilayah ini, dan sebagian besar masyarakat mengaku kurang mendapatkan informasi yang memadai ataupun merasa sudah memberikan apa yang diperlukan tanpa adanya pengetahuan yang cukup.

Situasi ini menunjukkan bahwa keberhasilan kebijakan promosi kesehatan sangat dipengaruhi oleh bagaimana pelaksanaan di lapangan. Jika kebijakan tersebut tidak didukung oleh strategi komunikasi yang tepat, sosialisasi yang menyeluruh, serta partisipasi aktif masyarakat, maka dampaknya tidak akan optimal dan hasilnya akan terbatas. Oleh karena itu, penting untuk melakukan kajian mendalam guna menilai sejauh mana peran kebijakan promosi kesehatan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang, khususnya di Puskesmas Gambir Baru, Kabupaten Asahan. Penelitian ini akan mengkaji bentuk dan implementasi kebijakan promosi kesehatan yang sudah dilakukan, tingkat efektivitasnya dalam meningkatkan pengetahuan dan perubahan sikap masyarakat, serta faktor-faktor apa saja yang menjadi penghambat dan pendukung keberhasilan pelaksanaan kebijakan tersebut.

Dalam konteks ini, keberhasilan promosi kesehatan sangat bergantung pada efektivitas kebijakan yang telah dirancang dan dilaksanakan. Kebijakan yang optimal harus mampu menjangkau seluruh lapisan masyarakat, menyesuaikan dengan kondisi sosial budaya dan tingkat pemahaman mereka. Penelitian ini juga akan membahas berbagai bentuk kebijakan yang telah diterapkan di Puskesmas Gambir Baru, seperti program edukasi melalui media audiovisual, penyuluhan kelas keluarga, dan kampanye kesehatan, serta bagaimana respons masyarakat terhadap kegiatan tersebut. Selain itu, penting untuk meninjau faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan kebijakan, termasuk peran petugas kesehatan, ketersediaan bahan edukasi, partisipasi masyarakat, dan dukungan dari pemerintah daerah. Dari berbagai penelitian sebelumnya, [12], menunjukkan bahwa promosi kesehatan melalui media audiovisual dan kegiatan penyuluhan secara langsung mampu meningkatkan pengetahuan dan perilaku masyarakat. Akan tetapi, keberhasilannya sangat tergantung pada tingkat efektivitas pelaksanaan kebijakan dan strategi komunikasi yang digunakan.

Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan terhadap petugas promosi kesehatan puskesmas gambir baru diketahui bahwa telah dilaksanakan kebijakan promosi kesehatan terkait peningkatan kesadaran masyarakat tentang gizi seimbang yaitu advokasi, kemitraan dan pemberdayaan masyarakat yang tertuang di dalam program kegiatan promosi kesehatan puskesmas gambir baru. Kebijakan promosi kesehatan (advokasi) merupakan upaya sistematis untuk mempengaruhi para pengambil keputusan, baik ditingkat lokal maupun lebih tinggi agar mendukung dan mengadopsi kebijakan yang berpihak pada kesehatan masyarakat [13]. Adapun yang sudah dilakukan di puskesmas yaitu melaksanakan advokasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) kepada pemangku kebijakan tingkat kecamatan dan tingkat kelurahan namun masih memiliki kendala seperti masih banyaknya anggota keluarga yang tidak melakukan aktivitas fisik setiap hari sesuai dengan GERMAS, kemudian advokasi cegah stunting pada anak remaja putri di sekolah-sekolah namun masih adanya kendala banyak siswi atau remaja putri yang tidak minum tablet tambah darah yang diberikan di sekolah [14].

Kebijakan promosi kesehatan (kemitraan) yang sudah dilakukan di puskesmas gambir baru yaitu bermitra dengan Saka Bakti Husada (SBH), Bhabinkamtibmas, Babinsa, dan PKK Kelurahan dalam hal peningkatan cakupan kegiatan puskesmas seperti penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) seperti cuci tangan pakai sabun, Penyuluhan tentang Pedoman Gizi Seimbang yaitu “Isi Piringku” yang bukan hanya mengatur jenis makanan dan minuman yang seharusnya dikonsumsi setiap kali makan, melainkan pedoman ini memberikan informasi terkait porsi yang sebaiknya dikonsumsi agar bisa memenuhi kebutuhan gizi dalam satu hari [15]. Namun masih didapatkan kendala dalam kebijakan promosi kesehatan (kemitraan) yaitu waktu yang sering berbenturan, kurangnya partisipasi aktif masyarakat. Peran promosi kesehatan dalam meningkatkan

kesadaran masyarakat tentang gizi seimbang tidak hanya ditentukan oleh keberadaan kegiatan edukasi atau program penyuluhan semata, tetapi sangat dipengaruhi oleh implementasi kebijakan promosi kesehatan yang menjadi dasar pelaksanaannya. Kebijakan promosi kesehatan berfungsi sebagai kerangka normatif yang mengatur arah, strategi, sumber daya, serta mekanisme pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama, termasuk puskesmas [16].

Dalam konteks Puskesmas Gambir Baru, implementasi kebijakan promosi kesehatan menjadi aspek krusial untuk memastikan bahwa upaya peningkatan kesadaran gizi seimbang dilaksanakan secara sistematis, terintegrasi, dan berkelanjutan. Kebijakan tersebut mencakup aspek perencanaan, pelaksanaan, koordinasi lintas sektor, serta monitoring dan evaluasi kegiatan promosi kesehatan yang dilaksanakan oleh tenaga kesehatan. Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan dengan wawancara kepada 7 orang diketahui bahwa 6 dari 7 orang belum menerapkan pola makan gizi seimbang seperti mengonsumsi makanan beragam, mengurangi garam dan gula bahkan ada yang jarang mengonsumsi sayur dan buah. Oleh karena itu, berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk mengetahui peran kebijakan promosi kesehatan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang gizi seimbang di Puskesmas Gambir Baru Kabupaten Asahan.

2. METODE

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan fenomenologi. Data dikumpulkan melalui wawancara terpusat secara tatap muka untuk menggali makna dan pengalaman subjektif para pelaksana dan sasaran kebijakan terkait peran kebijakan promosi kesehatan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang gizi seimbang di Puskesmas Gambir Baru Kabupaten Asahan tahun 2025.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Gambir Baru, Kecamatan Kota Kisaran Timur, Kabupaten Asahan pada April - Agustus 2025, dengan pengambilan data dilakukan pada April 2025.

Informan Penelitian

Penentuan informan menggunakan teknik *snowball sampling*, yaitu pemilihan sampel yang berkembang dari jumlah kecil menjadi lebih besar berdasarkan rekomendasi informan sebelumnya (Sugiyono, 2018). Jumlah informan dalam penelitian ini sebanyak 7 orang, terdiri dari 2 ibu rumah tangga sebagai informan utama, serta informan pendukung yaitu 2 bidan desa, 2 pegawai puskesmas (Promkes dan Gizi), dan 1 kader gizi aktif di wilayah Puskesmas.

Metode Pengumpulan data

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk memperoleh data yang mendalam dan spesifik melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi (Sugiyono, 2018). Wawancara dilakukan kepada seluruh informan untuk menggali informasi terkait peran kebijakan promosi kesehatan, observasi dilakukan dengan mengamati penerapan pola makan gizi seimbang oleh ibu rumah tangga, dan dokumentasi digunakan sebagai pelengkap melalui telaah dokumen dari Puskesmas Gambir Baru. Instrumen utama penelitian adalah peneliti sebagai human instrument, dengan alat bantu berupa pedoman wawancara, lembar observasi, dan catatan lapangan. Wawancara yang digunakan bersifat kombinasi terstruktur dan tidak terstruktur agar data lebih fleksibel dan mendalam. Untuk menjamin keabsahan data, penelitian ini menerapkan triangulasi sumber, teknik, dan waktu dengan membandingkan informasi dari berbagai informan serta memadukan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi.

Pengolahan Data

Ketika data terkumpul, dilakukan pengolahan melalui beberapa tahap, yaitu: editing, yaitu memeriksa kelengkapan, kejelasan, dan relevansi data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi; classifying, yaitu mengelompokkan data berdasarkan tema atau kesamaan informasi agar mudah dipahami (Martha & Kresno,

2016); verifying, yaitu memeriksa kembali keabsahan data untuk menjamin validitas; dan concluding, yaitu menarik kesimpulan berdasarkan hasil proses sebelumnya..

3. HASIL

Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Secara administratif, Puskesmas Gambir Baru terletak di Jalan Gambir Baru, Kecamatan Kisaran Timur, Kabupaten Asahan, Provinsi Sumatera Utara, Kode Pos 21221. Wilayah kerjanya berada dalam lingkup administratif Kabupaten Asahan dan berbatasan dengan Kecamatan Meranti di sebelah utara, Kecamatan Air Joman di sebelah selatan, Kecamatan Kisaran Timur di sebelah timur, serta Kecamatan Kisaran Barat di sebelah barat.

Karakteristik Informan

Informan penelitian terdiri dari satu informan utama dan enam informan triangulasi. Informan utama (IF1) adalah Kepala Puskesmas Gambir Baru, laki-laki, berusia 40 tahun dengan pengalaman kerja 7 tahun, yang memiliki pemahaman mendalam terkait kebijakan dan pelaksanaan promosi kesehatan. Informan triangulasi (IF2–IF7) meliputi satu pegawai puskesmas, satu kader gizi, dua bidan desa, serta dua ibu rumah tangga sebagai penerima manfaat program. Sebagian besar informan memiliki pengalaman kerja sekitar 10 tahun, sehingga dinilai kompeten dalam memberikan informasi terkait pelaksanaan promosi kesehatan dan peningkatan kesadaran gizi seimbang. Seluruh informan telah memenuhi kriteria penelitian dan menandatangani *informed consent*.

Peran Kebijakan Promosi Kesehatan (advokasi) Dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Tentang Gizi Seimbang di Puskesmas Gambir Baru Kabupaten Asahan

Hasil wawancara menunjukkan bahwa pelaksanaan advokasi promosi kesehatan gizi seimbang di Puskesmas Gambir Baru dilakukan melalui koordinasi lintas sektor, kegiatan posyandu, kelas ibu hamil, demo masak, serta penyuluhan menggunakan media seperti poster, leaflet, banner, dan media sosial. Isu advokasi didasarkan pada hasil pemantauan status gizi balita dan ibu hamil. Masyarakat umumnya memberikan respons positif dan cukup aktif terlibat, meskipun masih terdapat hambatan seperti keterbatasan waktu, faktor ekonomi, kebiasaan makan turun-temurun, serta kurangnya dukungan keluarga. Upaya mengatasi hambatan dilakukan melalui edukasi berbasis bahan pangan lokal, kegiatan yang lebih menarik, serta pelibatan tokoh masyarakat dan keluarga. Keberhasilan advokasi diukur dari meningkatnya partisipasi masyarakat, perbaikan status gizi balita dan ibu hamil, serta penurunan kasus gizi kurang dan stunting.

Tabel 1. Matriks Hasil Wawancara Mendalam pada Peran Kebijakan Promosi Kesehatan (advokasi) Dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Tentang Gizi Seimbang

Topik	Kode	Kesimpulan Wawancara
Strategi Advokasi Kebijakan Promosi Kesehatan	IF1, IF2, IF3, IF4, IF5	Advokasi kebijakan promosi kesehatan dilaksanakan melalui pendekatan lintas sektor dengan melibatkan kecamatan, kelurahan, perangkat desa, PKK, tokoh masyarakat, kader, dan bidan desa. Advokasi difokuskan pada penguatan komitmen stakeholder dalam mendukung program gizi seimbang melalui posyandu, kelas ibu hamil, sekolah sehat, dan pertemuan desa.
Media dan Metode Advokasi	IF1, IF2, IF3, IF4, IF5	Advokasi dilakukan melalui komunikasi langsung dalam pertemuan lintas sektor dan kegiatan masyarakat, serta didukung media promosi kesehatan seperti leaflet, poster, banner, lembar balik, video edukatif, spanduk, papan informasi desa, media sosial Puskesmas, dan grup WhatsApp posyandu.
Keterlibatan Masyarakat dalam Advokasi	IF1, IF2, IF3, IF4, IF5, IF6, IF7	Masyarakat, khususnya ibu hamil, ibu balita, dan kader, terlibat aktif dalam kegiatan advokasi melalui posyandu, kelas ibu hamil, kegiatan PKK, demo masak, dan

arisan ibu-ibu. Keterlibatan meningkat ketika kegiatan bersifat interaktif dan aplikatif.

Peran Kebijakan Promosi Kesehatan (Kemitraan) dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Tentang Gizi Seimbang di Puskesmas Gambir Baru Kabupaten Asahan

Hasil wawancara menunjukkan bahwa kemitraan dalam pelaksanaan promosi kesehatan gizi seimbang di Puskesmas Gambir Baru melibatkan berbagai pihak seperti PKK, sekolah, perangkat desa, kader posyandu, tokoh masyarakat, dan karang taruna. Bentuk kerja sama meliputi penyuluhan gizi, pembinaan posyandu, program sekolah sehat, demo masak, serta kampanye makan sehat. Mitra dipilih berdasarkan peran, pengaruh, dan komitmen mereka dalam mendukung kegiatan kesehatan. Koordinasi dilakukan melalui pertemuan lintas sektor, rapat desa, serta komunikasi melalui grup WhatsApp dan media sosial. Kemitraan ini dinilai efektif karena memperluas jangkauan informasi, mempercepat penyampaian pesan gizi, serta meningkatkan partisipasi dan kedekatan masyarakat dengan Puskesmas.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa kemitraan antara Puskesmas, PKK, sekolah, posyandu, perangkat desa, dan tokoh masyarakat berperan penting dalam memperluas jangkauan dan efektivitas promosi gizi seimbang. Kerja sama ini membuat pesan gizi lebih mudah diterima karena disampaikan oleh pihak yang dekat dengan masyarakat, serta meningkatkan partisipasi dalam kegiatan seperti posyandu, kelas ibu hamil, demo masak, dan program sekolah sehat. Tantangan utama meliputi konsistensi komitmen mitra, keterbatasan waktu dan sumber daya, serta perbedaan prioritas. Untuk mengatasinya, dilakukan koordinasi rutin, komunikasi aktif, dan pelibatan tokoh masyarakat. Secara keseluruhan, kemitraan ini berdampak positif terhadap keberlanjutan program dan peningkatan kesadaran gizi masyarakat, meskipun masih perlu penguatan koordinasi dan komitmen antar mitra.

Tabel 2. Matriks Hasil Wawancara Mendalam pada Peran Kebijakan Promosi Kesehatan (Kemitraan) dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Tentang Gizi Seimbang di Puskesmas Gambir Baru Kabupaten Asahan

Topik	Kode	Kesimpulan Wawancara
Bentuk dalam Kesehatan Promosi Kesehatan	Kemitraan IF1, IF2, IF3, IF4, IF5	Puskesmas Gambir Baru menjalin kemitraan lintas sektor dengan PKK, sekolah, perangkat desa, posyandu, karang taruna, dan tokoh masyarakat. Bentuk kerja sama meliputi penyuluhan gizi, pembinaan posyandu, program UKS dan kantin sehat, kampanye makan sehat, pelatihan kader, serta sosialisasi stunting.
Mekanisme Antar Mitra	Koordinasi IF1, IF2, IF3, IF4, IF5	Koordinasi kemitraan dilakukan melalui pertemuan lintas sektor secara rutin (bulanan hingga triwulanan), rapat desa, surat edaran resmi Puskesmas, laporan kader, serta komunikasi cepat melalui grup WhatsApp dan media sosial untuk menindaklanjuti kegiatan di lapangan.
Peran Mitra dalam Pelaksanaan Program	dalam IF1, IF2, IF3, IF4, IF5, IF6, IF7	Mitra berperan aktif sebagai pelaksana dan pendukung promosi kesehatan, antara lain PKK dalam penyuluhan gizi keluarga, sekolah dalam edukasi gizi anak melalui UKS, kader dan posyandu dalam pemantauan tumbuh kembang, serta tokoh masyarakat dalam penguatan pesan gizi seimbang.
Dampak terhadap Seimbang Promosi Gizi	Kemitraan IF1, IF2, IF3, IF4, IF5, IF6, IF7	Kemitraan lintas sektor meningkatkan jangkauan dan efektivitas promosi kesehatan, memperkuat penerimaan pesan gizi seimbang, meningkatkan partisipasi masyarakat, serta mempererat hubungan antara masyarakat dan Puskesmas dalam upaya peningkatan kesadaran gizi.

Peran Kebijakan Promosi Kesehatan (Pemberdayaan Masyarakat) dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang gizi seimbang di Puskesmas Gambir Baru Kabupaten Asahan

Hasil wawancara menunjukkan bahwa pemberdayaan masyarakat menjadi strategi utama promosi gizi seimbang di Puskesmas Gambir Baru. Kegiatan meliputi pelatihan kader posyandu, kelas ibu hamil dan balita, demo masak, penanaman sayur, serta pembentukan rumah tangga sadar gizi. Masyarakat dilibatkan sejak tahap perencanaan hingga pelaksanaan melalui diskusi kelompok, praktik langsung, kunjungan rumah, dan *peer learning*. Pendekatan partisipatif ini membuat masyarakat merasa dihargai, lebih percaya diri, dan mampu menerapkan pola makan bergizi secara mandiri di rumah. Secara umum, pemberdayaan meningkatkan pengetahuan, partisipasi, dan perubahan perilaku makan keluarga.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa pemberdayaan masyarakat di Puskesmas Gambir Baru efektif meningkatkan kesadaran dan praktik gizi seimbang. Kegiatan meliputi pelatihan kader, pembentukan rumah tangga sadar gizi, demo masak berbahan lokal, penanaman sayur, serta kelas ibu hamil dan balita, dengan pelibatan masyarakat sejak perencanaan hingga pelaksanaan. Dampaknya terlihat pada peningkatan pengetahuan, partisipasi posyandu, perubahan pola makan keluarga, dan perbaikan status gizi ibu serta balita. Keberhasilan diukur melalui pre-post test, kehadiran kegiatan, dan data pemantauan gizi rutin. Tantangan yang dihadapi antara lain keterbatasan waktu, faktor ekonomi, dan konsistensi perilaku, yang diatasi melalui pendekatan kolaboratif, kegiatan fleksibel, dan dukungan kemitraan lintas sektor. Secara sementara, pemberdayaan masyarakat menjadi strategi paling berpengaruh dalam meningkatkan kesadaran gizi seimbang di tingkat keluarga.

Tabel 3. Matriks Hasil Wawancara Mendalam pada Peran Kebijakan Promosi Kesehatan (Pemberdayaan Masyarakat) dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang gizi seimbang

Topik	Kode	Kesimpulan Wawancara
Bentuk Pemberdayaan Masyarakat	IF1, IF2, IF3, IF4, IF5	Pemberdayaan masyarakat dilakukan melalui pelatihan kader posyandu dan PKK, pembentukan rumah tangga sadar gizi, kelas ibu hamil dan balita, penyuluhan interaktif, serta kegiatan praktik seperti demo masak dan pemanfaatan pekarangan.
Keterlibatan Masyarakat dalam Perencanaan	IF1, IF2, IF3, IF5, IF6, IF7	Masyarakat dilibatkan sejak tahap perencanaan dengan cara mengidentifikasi masalah gizi di wilayahnya, menentukan tema penyuluhan, serta memberi masukan terkait menu dan kegiatan yang sesuai dengan kondisi sosial ekonomi setempat.
Partisipasi dan Respon Masyarakat	IF3, IF4, IF6, IF7	Masyarakat menunjukkan partisipasi aktif dengan terlibat langsung dalam praktik memasak, penanaman sayur, lomba menu sehat, dan diskusi kelompok. Pendekatan praktik langsung membuat masyarakat lebih antusias dan termotivasi.
Dampak Pemberdayaan terhadap Kesadaran Gizi	IF1, IF2, IF4, IF5, IF6, IF7	Pemberdayaan meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kepercayaan diri, dan kemandirian masyarakat dalam menerapkan pola makan gizi seimbang, yang tercermin dari perubahan perilaku makan keluarga dan meningkatnya

4. PEMBAHASAN

Karakteristik Informan

Pemilihan informan dalam penelitian ini disesuaikan dengan tujuan untuk menggali secara mendalam peran kebijakan promosi kesehatan dalam meningkatkan kesadaran gizi seimbang di wilayah kerja Puskesmas Gambir Baru. Komposisi informan yang terdiri dari satu informan utama (Kepala Puskesmas) dan enam informan triangulasi (tenaga kesehatan, kader gizi, bidan desa, dan ibu rumah tangga) memungkinkan diperolehnya perspektif yang komprehensif dari sisi pengambil kebijakan, pelaksana program, hingga masyarakat penerima manfaat. Informan utama memberikan gambaran kebijakan secara manajerial dan strategis, sementara informan triangulasi memperkaya data terkait pelaksanaan teknis, pemberdayaan masyarakat, serta dampak program terhadap perubahan pengetahuan dan perilaku [17]. Secara keseluruhan, karakteristik informan telah merepresentasikan aktor kunci dalam pelaksanaan promosi kesehatan dan memperkuat validitas temuan penelitian.

Peran Kebijakan Promosi Kesehatan (advokasi) Dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Tentang Gizi Seimbang di Puskesmas Gambir Baru Kabupaten Asahan

Berdasarkan hasil wawancara dengan seluruh informan (IF1–IF7), pelaksanaan kebijakan promosi kesehatan di Puskesmas Gambir Baru melalui advokasi, kemitraan, dan pemberdayaan masyarakat menunjukkan dampak positif dalam meningkatkan kesadaran gizi seimbang [18]. Advokasi dilakukan melalui pertemuan lintas sektor, posyandu, kelas ibu hamil, demo masak, serta pemanfaatan media cetak dan digital, yang terbukti meningkatkan partisipasi dan respons masyarakat [19]. Kemitraan dengan PKK, sekolah, perangkat desa, dan tokoh masyarakat memperluas jangkauan program serta menumbuhkan rasa memiliki di tingkat komunitas. Pemberdayaan masyarakat terlihat dari keterlibatan aktif kader dan ibu rumah tangga dalam perencanaan, pelaksanaan, hingga penerapan pola makan bergizi di rumah tangga [20].

Meskipun demikian, masih terdapat hambatan seperti keterbatasan waktu, faktor ekonomi, kebiasaan makan turun-temurun, serta kurangnya dukungan sebagian mitra [21]. Strategi yang diterapkan meliputi pemanfaatan bahan pangan lokal yang terjangkau, pelatihan kader, pendekatan fleksibel berbasis kegiatan masyarakat, serta komunikasi melalui media sosial. Keberhasilan program diukur melalui peningkatan partisipasi, kenaikan pengetahuan berdasarkan pre–post test, perubahan perilaku konsumsi, serta perbaikan status gizi ibu dan balita [22]. Hasil ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa advokasi, edukasi berbasis komunitas, dan kemitraan lintas sektor efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan praktik gizi seimbang secara berkelanjutan.

Peran Kebijakan Promosi Kesehatan (Kemitraan) dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Tentang Gizi Seimbang di Puskesmas Gambir Baru Kabupaten Asahan

Hasil wawancara di wilayah kerja Puskesmas Gambir Baru menunjukkan bahwa kemitraan lintas sektor antara Puskesmas, PKK, sekolah, perangkat desa, dan tokoh masyarakat berperan signifikan dalam memperluas jangkauan serta efektivitas promosi gizi seimbang [23]. Kemitraan dilaksanakan melalui rapat lintas sektor, pertemuan desa, dan komunikasi digital, sehingga pesan gizi lebih cepat diterima dan menumbuhkan rasa kepemilikan masyarakat terhadap program [24]. Pemberdayaan masyarakat juga berdampak positif, ditandai dengan meningkatnya partisipasi posyandu, praktik penyusunan menu seimbang, penanaman sayur pekarangan, serta perubahan perilaku konsumsi rumah tangga. Meskipun terdapat hambatan seperti keterbatasan waktu, faktor ekonomi, kebiasaan lama, dan konsistensi mitra, strategi kolaboratif dan pendekatan fleksibel mampu menjaga keberlanjutan kegiatan.

Hasil ini selaras dengan berbagai penelitian yang menegaskan bahwa kemitraan multistakeholder dan pemberdayaan berbasis komunitas efektif meningkatkan pengetahuan dan praktik gizi seimbang [25]. Platform komunitas seperti posyandu dan kelompok ibu terbukti mendukung keberlanjutan intervensi gizi. Dengan demikian, keberhasilan promosi gizi di Puskesmas Gambir Baru menunjukkan bahwa sinergi lintas sektor dan peningkatan kapasitas masyarakat merupakan kunci utama dalam membangun perubahan perilaku yang berkelanjutan.

Peran Kebijakan Promosi Kesehatan (Pemberdayaan Masyarakat) dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang gizi seimbang di Puskesmas Gambir Baru Kabupaten Asahan

Hasil wawancara menunjukkan bahwa pemberdayaan masyarakat di Puskesmas Gambir Baru berfokus pada peningkatan pengetahuan dan keterampilan agar masyarakat mandiri menerapkan gizi seimbang. Kegiatan meliputi pelatihan kader, pembentukan rumah tangga sadar gizi, demo masak berbahan lokal, penanaman sayur, serta kelas ibu hamil dan balita, dengan pelibatan aktif masyarakat sejak tahap perencanaan [25]. Pernyataan IF7 menegaskan bahwa tantangan utama terletak pada konsistensi partisipasi masyarakat, namun kolaborasi antara Puskesmas dan PKK mampu meningkatkan antusiasme melalui pendekatan partisipatif dan kontekstual. Kemitraan ini memperkuat rasa memiliki (ownership) dan keberlanjutan program, sejalan dengan konsep *community-based health promotion* dan pendekatan lintas sektor (HiAP).

Program pemberdayaan memberikan dampak positif berupa peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku konsumsi keluarga, peningkatan partisipasi posyandu, serta perbaikan status gizi ibu dan balita. Keberhasilan diukur melalui hasil pre–post test, data pemantauan gizi rutin, dan indikator partisipasi masyarakat [24]. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa pelatihan kader, edukasi berbasis praktik, dan kemitraan lintas sektor efektif meningkatkan praktik gizi seimbang. Meskipun masih terdapat hambatan seperti faktor ekonomi, keterbatasan waktu, dan konsistensi perilaku, strategi kolaboratif dan fleksibel terbukti

mendukung keberlanjutan program serta membangun kesadaran gizi masyarakat secara bertahap dan holistic [25].

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, peran kebijakan promosi kesehatan di Puskesmas Gambir Baru dalam meningkatkan kesadaran gizi seimbang telah berjalan dengan baik melalui pendekatan advokasi, kemitraan, dan pemberdayaan masyarakat. Advokasi kepada pemerintah desa, PKK, dan tokoh masyarakat berhasil membangun dukungan kebijakan lokal serta meningkatkan partisipasi masyarakat dalam kegiatan edukasi gizi. Kemitraan yang sinergis antara Puskesmas, PKK, dan kader kesehatan memperkuat keberlanjutan program serta memperluas penyebaran informasi dan perubahan perilaku makan sehat. Sementara itu, pemberdayaan masyarakat melalui pelatihan dan keterlibatan aktif warga tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga menumbuhkan rasa memiliki terhadap program gizi. Meskipun demikian, upaya peningkatan kesadaran dan konsistensi penerapan gizi seimbang di masyarakat masih perlu terus diperkuat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan puji dan syukur ke hadirat Tuhan yang maha esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada Puskesmas Gambir Baru dan Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam yang sudah mewadahi peneliti sehingga dapat menghasilkan publikasi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Afrioza, S., & Baidillah, I. Hubungan tingkat kepuasan pasien terhadap pelayanan kesehatan di Puskesmas Sepatan. *Journal of Nursing Practice and Education*, 2021, 1(2), 169–180.
- [2] Aisyiah, A., Nurani, I., & Asanah, N. (2023). Pengaruh Promosi Kesehatan melalui Media Video Edukasi terhadap Pengetahuan dan Perilaku Gizi Seimbang pada Keluarga dengan Anak Usia Sekolah. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1), 221–226.
- [3] Amalia, J. O., & Putri, T. A. Edukasi Gizi Seimbang Pada Anak-Anak Di Desa Bawuran, Kecamatan Pleret, Kabupaten Bantul. *Jurnal Pasopati*, 2022, 4(1).
- [4] Ernawati, A. (2022). Media promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang stunting. *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan dan IPTEK*, 18(2), 139–152.
- [5] Humairoh. (2023). Edukasi Cegah Stunting Dengan Pemenuhan Gizi Seimbang Pada Balita Dengan Media Leaflet. *Jurnal ABDIMAS Indonesia*, 1(3).
- [6] Iqbal, W., et al. (2022). Efektifitas Media Booklet dan Brosur terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Pasangan Usia Subur tentang Program Keluarga Berencana. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 9(1), 15–22.
- [7] La Ode Reskiaddin. (2022). Promosi kesehatan dan ilmu perilaku. *Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 43.
- [8] Nasution, R., Sinaga, E., & Harahap, H. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Edukasi "Gizi Seimbang" Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Hutabalang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nian Tana*, 1(4), 116–124.
- [9] Yusnia, N., Herlyana, A., & Azzahra, S. (2025). Edukasi Gizi Seimbang pada Bayi dan Balita untuk Pencegahan Stunting di RW 08 Desa Babakan Kecamatan Ciseeng. *Compromise Journal: Community Professional Service Journal*, 3(2).
- [10] Nur, B. (2022). Strategi Promosi Kesehatan Dalam Pengendalian Penggunaan Antibiotik Secara Bebas Pada Balita Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) di Puskesmas Bontomarannu Kabupaten Takalar. *PhD Thesis*, Politeknik STIA LAN Makassar.
- [11] Nurfitriani, J., & Kurniasari, R. (2023). Edukasi gizi menggunakan media video animasi dan poster terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada remaja. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(3), 503–506.
- [12] Nurhayati, S., & Taufik, R. (2024). Kolaborasi lintas sektor dalam implementasi program intervensi gizi masyarakat di Sulawesi Selatan. *Jurnal Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat*, Universitas Muhammadiyah Palu.

- [13] Nuryati, E. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Derajat Kesehatan Masyarakat. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 2022, 75.
- [14] Rahman, A., & Lestari, H. (2023). Pemberdayaan masyarakat dalam edukasi gizi untuk ibu hamil dan menyusui di Kota Makassar. *South Journal of Public Health Studies*, UIN Alauddin Makassar.
- [15] Nasution, R., Sinaga, E., & Harahap, H. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Edukasi “Gizi Seimbang” Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Hutabalang Tahun 2023. *JPMNT Jurnal Pengabdian Masyarakat NIAN TANA*, 1(4).
- [16] Rusdi, F. Y., Helmizar, H., & Rahmy, H. A. (2021). Pengaruh edukasi gizi menggunakan instagram terhadap perubahan perilaku gizi seimbang untuk pencegahan anemia pada remaja putri di SMAN 2 Padang. *Journal of Nutrition College*, 10(1), 31–38.
- [17] Sagala, C. O., & Noerfitri, N. (2021). Hubungan pola makan dan pengetahuan gizi seimbang dengan gizi lebih mahasiswa STIKes Mitra Keluarga. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 13(1), 22–27.
- [18] Syuldairi, R., & Febrina, R. (2021). Kemitraan berbasis pemberdayaan masyarakat dalam pengembangan wisata mangrove di Desa Bokor, Kecamatan Rangsang Barat, Kabupaten Kepulauan Meranti. *Journal of Governance Innovation*, 3(2), 130–153.
- [19] Wahid, D., & Romadani, D. (2021). Analisis Indeks Kepuasan Masyarakat dari Pelayanan Puskesmas Lubuk Landai Kabupaten Bungo. *Jurnal Manajemen Sains*, 1(1).
- [20] 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.
- [21] Siregar, Y. A., et al. (2024). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Diet Gizi Seimbang Pada Remaja di SMP Negeri 11 Medan Tahun 2022. *JIPMOR: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Humaniora*, 2(1), 6–12.
- [22] Yuningsih, R., & Kurniasari, R. (2022). Pengaruh edukasi gizi melalui media bergambar dan permainan terhadap pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar (studi literature review). *Heartly*, 10(1), 1–7.
- [23] Yusran, R., Nanda, A., Amalda, A., Luthvia, R., & Fadlan, R. (2023). Upaya Pemenuhan Kesadaran Masyarakat dan Pemenuhan Gizi Seimbang untuk Mencegah Peningkatan Angka Stunting di Nagari Pariangan. *Inovasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 131–140.
- [24] Munir, Z., et al. (2024). Efektivitas Program Edukasi Gizi Seimbang Dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Praktik Gizi Seimbang Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 12(2).
- [25] Zainuri, A., Cikusin, Y., & Abidin, A. Z. (2023). Implementasi Strategi Pemberdayaan Masyarakat Bidang Kesehatan dalam Upaya Pencegahan Stunting di Desa Sumbersekar Kecamatan Dau Kabupaten Malang. *Respon Publik*, 17(5), 41–49.