

**MENGUKIR PERUBAHAN POSITIF DARI PENGETAHUAN DAN
SIKAP IBU BALITA MELALUI PENYULUHAN GIZI**
*Carving Positive Change from the Knowledge and Attitude of Mothers
of Toddlers through Nutrition Counseling*

NOVITA BR GINTING MUNTHE¹, ISKANDAR MARKUS SEMBIRING²

^{1,2}INSTITUT KESEHATAN MEDISTRA LUBUK PAKAM
Jl. Sudirman No.38 Lubuk Pakam
Email: novitagintingmunthe89@gmail.com

DOI: [10.35451/jkk.v6i2.2139](https://doi.org/10.35451/jkk.v6i2.2139)

Abstrak

Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) merupakan pangan dan minuman yang diberikan kepada bayi yang telah mencapai usia 6 bulan ke atas untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya. Sehingga, MP-ASI hanya diperkenalkan pada bayi setelah mencapai usia 6 bulan atau lebih. MP-ASI ini mewakili tahap transisi dari pemberian ASI ke makanan keluarga secara bertahap, baik dari segi jenis maupun frekuensi pemberiannya, jumlah porsi, dan bentuk makanan yang sesuai dengan usia dan kapasitas pencernaan bayi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi dampak penyuluhan tentang MP-ASI terhadap pengetahuan dan sikap ibu dari balita berusia 0-24 bulan di Klinik Nurtiana Ginting pada bulan Desember 2023 – Maret 2024. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimental dengan rancangan pre-eksperimental yang disebut sebagai desain *one group pretest posttest*. Dalam pendekatan ini, sebelum dilakukan penyuluhan, responden diminta untuk mengisi kuesioner sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) penyuluhan. Selanjutnya, peneliti membandingkan hasil *pretest* dengan *posttest*. Sampel penelitian terdiri dari 38 ibu yang memiliki balita berusia 0-24 bulan. Analisis data bivariat menggunakan *uji wilcoxon* karena data tidak berdistribusi normal. Awalnya, hanya 5 responden (13%) yang memiliki pengetahuan yang baik. Namun, setelah dilakukan penyuluhan, jumlah responden yang memiliki pengetahuan baik meningkat menjadi 34 orang (89%). Sikap ibu sebelum penyuluhan menunjukkan bahwa 11 responden (29%) memiliki sikap yang baik, sedangkan setelah penyuluhan, jumlah responden dengan sikap baik meningkat menjadi 32 orang (84%). Hasil analisis bivariat dengan *uji wilcoxon* menunjukkan *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang mengindikasikan penolakan hipotesis nol (H_0) dan penerimaan hipotesis alternatif (H_a). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dalam pengetahuan dan sikap ibu balita setelah penyuluhan. Temuan ini menunjukkan bahwa penyuluhan gizi efektif dalam mengukir perubahan positif dalam pengetahuan dan sikap ibu balita. Implikasi dari penelitian ini adalah perlunya program penyuluhan gizi yang lebih luas dan terfokus untuk mendukung kesehatan dan gizi anak balita.

Kata kunci: Balita, pengetahuan, sikap.

Abstract

Complementary Feeding is food and drinks given to babies who have reached the age of 6 months and above to fulfill their nutritional needs. Therefore Complementary Feeding is only introduced to babies after they reach the age of 6 months or older. Complementary Feeding represents the transitional stage from breastfeeding to family foods gradually, both in terms of types and frequency of provision, portion sizes, and the form of food that is suitable for the age and digestive capacity of the baby. The purpose of this study is to identify the impact of counseling on MP-ASI on the knowledge and attitudes of mothers of toddlers aged 0-24 months at Nurtiana Ginting Clinic from December 2023 to March 2024. This research method uses an experimental approach with a pre-experimental design known as the one-group pretest-posttest design. In this approach, before counseling, respondents were asked to fill out questionnaires before (pretest) and after (posttest) counseling. Subsequently, the researcher compared the results of the pretest with the posttest. The research sample consisted of 38 mothers who had toddlers aged 0-24 months. Bivariate data analysis used the Wilcoxon test because the data were not normally distributed. Initially, only 5 respondents (13%) had good knowledge. However, after counseling, the number of respondents with good knowledge increased to 34 people (89%). The attitudes of mothers before counseling showed that 11 respondents (29%) had good attitudes, while after counseling, the number of respondents with good attitudes increased to 32 people (84%). The results of bivariate analysis using the Wilcoxon test showed a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating the rejection of the null hypothesis (H_0) and acceptance of the alternative hypothesis (H_a). Thus, it can be concluded that there is a significant influence on the knowledge and attitudes of mothers of toddlers after counseling. These findings indicate that nutrition counseling is effective in carving positive changes in the knowledge and attitudes of mothers of toddlers. The implication of this research is the need for broader and more focused nutrition counseling programs to support the health and nutrition of toddlers.

Keywords: *Toddlers, knowledge, attitude.*

1. PENDAHULUAN

Penduduk di Indonesia masih banyak yang terkena stunting. Hasil penelitian kesehatan dasar (Riskesdas) yang dilaksanakan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Litbangkes) pada tahun 2018, angka stunting di Indonesia pada tahun 2022 masih mencapai 21,6% (Calista, 2022). Menurut (MoH, 2018), walaupun prevalensi stunting di Indonesia mengalami penurunan dari 24% pada tahun 2021 menjadi 21,6% pada tahun 2022, angka tersebut tetap dianggap tinggi menurut standar *World Health Organization* (WHO), yang menetapkan

ambang batasnya kurang dari 20%. Anak-anak yang mengalami stunting memiliki tubuh yang lebih pendek atau lebih kecil dibandingkan dengan anak-anak sebaya mereka. Hal ini disebabkan oleh tinggi atau panjang tubuh yang berada di bawah dua standar deviasi dari rata-rata pertumbuhan yang ditetapkan oleh WHO (Fitriahadi et al., 2023).

Ketidakseimbangan nutrisi merupakan faktor utama yang menyebabkan stunting, sebuah kondisi pertumbuhan fisik yang dicirikan oleh perlambatan laju pertumbuhan. Faktor-faktor yang menyebabkan stunting pada

anak bisa terjadi selama kehamilan, persalinan, masa menyusui, atau setelah melahirkan, seperti pemberian MPASI yang tidak memberikan nutrisi yang cukup untuk balita (Sentana, Hrp, and Hasan, 2018).

Pertumbuhan dan perkembangan anak balita merupakan fase kritis dalam . Salah satu upaya yang dilakukan untuk memastikan asupan gizi yang memadai pada balita adalah dengan memperkenalkan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI). MP-ASI merupakan, langkah penting dalam proses transisi dari pemberian ASI eksklusif menuju konsumsi makanan keluarga secara bertahap (Aulia, Suryani, and Solechah, 2023).

Namun, efektivitas penerapan MP-ASI tidak hanya ditentukan oleh jenis dan kuantitas makanan yang diberikan, tetapi juga oleh pengetahuan dan sikap ibu sebagai caregiver utama terhadap anak balitanya. Pengetahuan yang cukup tentang gizi serta sikap yang positif terhadap praktik pemberian makanan dapat berdampak signifikan pada keberhasilan penerapan MP-ASI dan kesehatan anak secara keseluruhan (Puji Rosidayani, 2022).

Penyuluhan gizi menjadi salah satu strategi yang penting dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu balita terkait MP-ASI. Penyuluhan gizi dapat memberikan informasi yang tepat dan mendalam tentang pentingnya gizi seimbang, pilihan makanan yang tepat, serta cara pemberian makanan yang benar dan aman bagi balita.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi dampak penyuluhan gizi terhadap pengetahuan dan sikap ibu balita. Dengan memfokuskan pada ibu sebagai agen perubahan utama dalam praktik pemberian makanan kepada anak, penelitian ini berupaya untuk mengetahui sejauh mana penyuluhan

pembentukan fondasi kesehatan yang kuat untuk masa depan mereka. Pada masa ini, asupan gizi yang cukup dan berkualitas memainkan peran yang sangat penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal (Elly Susilawati, Yanti, and Siska Helina, 2022)

gizi dapat mengukir perubahan positif dalam pengetahuan dan sikap ibu balita. Melalui pemahaman yang lebih baik tentang faktor-faktor yang memengaruhi praktik pemberian makanan pada balita, diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam upaya meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan anak balita secara keseluruhan (Sari and Harianis 2022).

2. METODE

Penelitian ini menerapkan metode eksperimental dengan desain pre-eksperimen menggunakan desain satu kelompok *pretest-posttest*. Ini berarti sebelum penyuluhan dilakukan, responden mengisi kuesioner (*pretest*), dan setelah penyuluhan selesai, responden mengisi kuesioner *posttest*. Setelah itu, peneliti membandingkan hasil dari *pretest* dengan *posttest*. Lokasi penelitian di Klinik Nurtiana Ginting yang dilaksanakan bulan Desember 2023 – Maret 2024. Populasi dalam penelitian adalah semua ibu yang memiliki balita berusia 0-24 bulan. Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus *Lameshow* dengan total 38 responden. Pengumpulan data melalui wawancara/berdiskusi tentang hal yang berhubungan dengan penelitian dengan responden dan menggunakan kuesioner *pretest* dan *posttest* untuk mengidentifikasi tingkah pengetahuan ibu terkait dengan pemberian MPASI pada balita dengan usia 0-24 bulan.

Variabel independent adalah penyuluhan tentang MP-ASI dan dependent adalah tingkat pengetahuan

dan sikap ibu balita usia 0 – 24 bulan. Uji statistik yang digunakan yaitu uji *Wilcoxon* (data tidak berdistribusi normal), yang diolah dengan sistem komputersari menggunakan SPSS.

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari Komisi Etik Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam dengan nomor surat persetujuan etik: 005.D/KEP-MLP/II/2024.

3. HASIL

Hasil dari penelitian ini dapat dilihat pada tabel 1 dan 2, yaitu:

Tabel 1. Pengaruh Penyuluhan Makanan Pendamping ASI Terhadap Pengetahuan Ibu Balita 0-24 Bulan

Penyuluhan	Pengetahuan						Total		<i>p-Value</i>
	Baik		Cukup		Kurang				
	n	%	n	%	n	%	n	%	
<i>Pretest</i>	5	13	18	47	15	39	38	100	0,000
<i>Posttest</i>	34	89	4	11	0	0	38	100	

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) sebelum diberikan penyuluhan mayoritas berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 18 responden (47%), sedangkan setelah diberikan

penyuluhan, pengetahuan ibu mayoritas kategori baik sebanyak 34 responden (89%), dengan *p-value* adalah 0,000 (Ada pengaruh penyuluhan MP – ASI yang signifikan terhadap pengetahuan ibu balita 0 – 24 Bulan.

Tabel 2. Pengaruh Penyuluhan Makanan Pendamping ASI Terhadap Sikap Ibu Balita 0-24 Bulan

Penyuluhan	Sikap								<i>p-Value</i>
	Baik		Cukup		Kurang		Total		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
<i>Pretest</i>	11	29	19	50	8	21	38	100	0,000
<i>Posttest</i>	32	84	6	16	0	0	38	100	

Tabel 2 menunjukkan bahwa sikap ibu tentang pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) sebelum diberikan penyuluhan mayoritas berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 19 responden (50%), sedangkan setelah diberikan penyuluhan, sikap ibu mayoritas menjadi baik sebanyak 32 responden (84%), dengan *p-value* adalah 0,000 (Ada pengaruh penyuluhan MP – ASI yang signifikan terhadap perubahan sikap ibu balita 0-24 Bulan).

4. PEMBAHASAN

4.1 Pengaruh Penyuluhan MP-ASI Terhadap Pengetahuan Ibu Balita 0-24 Bulan

Penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan gizi efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita. Sebelum penyuluhan, sebanyak 39% ibu dikategorikan memiliki pengetahuan kurang, namun setelah penyuluhan, terjadi peningkatan jumlah ibu dengan kategori baik hingga mencapai 89%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa setelah penyuluhan tentang makanan pendamping ASI (MP-ASI) dilakukan, jumlah ibu dengan pengetahuan baik mengalami peningkatan sebesar 50%.

Menurut (Baroroh, 2022), Pengetahuan merupakan produk dari kapasitas untuk mengingat isi yang sudah dipelajari sebelumnya. Ini melibatkan kemampuan untuk mengingat kembali informasi tertentu dari bahan yang telah dipelajari atau konsep yang telah diterima. Memahami dan meresapi informasi sebelumnya

merupakan fondasi utama bagi pembentukan pengetahuan yang lebih mendalam dan berkelanjutan.

Menurut (Wulandari, Aizah, and Wati 2022), Faktor – faktor yang memengaruhi efektivitas penyuluhan kesehatan mencakup seleksi metode, alat bantu/pengajaran, dan jumlah audiens yang dituju. Karenanya, hasil penyuluhan sangat tergantung pada ketiga faktor ini. Secara keseluruhan, penyuluhan adalah upaya yang berkelanjutan untuk memberikan dukungan kepada individu agar mereka dapat memahami dan memperkuat kemampuan sendiri, dengan tujuan menghasilkan perubahan perilaku yang positif pada tingkat individu, keluarga, dan masyarakat, untuk meningkatkan kesehatan secara optimal.

Hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian (Al Kasanah and Galaresa, 2022), menunjukkan bahwa mayoritas ibu memiliki pengetahuan cukup (50,7%) tentang pemberian MP-ASI, dan ada hubungan antara pengetahuan dan pelaksanaan dalam pemberian MP-ASI yang tepat waktu. Demikian pula, penelitian oleh (Lestiarini and Sulistyorini, 2020) juga menunjukkan bahwa mayoritas ibu memiliki pengetahuan yang cukup tentang makanan pendamping ASI (68,8%), dan terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan ibu tentang makanan pendamping ASI dengan perubahan berat badan balita.

Hasil penelitian oleh (Satri, 2020) menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik tentang MP-ASI dan pemberian MP-ASI yang tepat

waktu berjumlah 8 responden, responden dengan pengetahuan cukup berjumlah 14 responden, sementara responden dengan pengetahuan kurang dan pemberian MP-ASI yang tidak tepat berjumlah 18 responden.

Peneliti berasumsi bahwa pemberian MP-ASI dipengaruhi oleh beberapa faktor, termasuk pengetahuan, pekerjaan, dan pendidikan. Ibu yang memiliki pengetahuan tinggi cenderung memberikan MP-ASI lebih baik pada bayi mereka. Tingkat pendidikan seorang ibu menunjukkan seberapa baik ibu dapat menerima informasi dan pengetahuan mengenai pemberian MP-ASI. Namun, ibu dengan pendidikan rendah juga dapat memberikan MP-ASI yang baik jika mereka secara aktif mengikuti penyuluhan tentang hal tersebut. Banyak anggota masyarakat meyakini bahwa memberikan sesuatu MP-ASI pada tahap awal dapat membantu memenuhi kebutuhan nutrisi bayi.

4.2 Pengaruh Penyuluhan MP-ASI Terhadap Sikap Ibu Balita 0-24 Bulan

Selain pengetahuan, penyuluhan gizi juga berdampak positif pada sikap ibu balita. Sebelum penyuluhan. Sebelum penyuluhan, sebanyak 21% ibu dikategorikan memiliki sikap kurang, namun setelah penyuluhan, terjadi peningkatan jumlah ibu dengan kategori sikap baik hingga mencapai 84%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa setelah diberikan penyuluhan tentang pemberian MP-ASI, Ada peningkatan sebesar 63% dalam jumlah ibu yang menunjukkan sikap yang baik.

Secara keseluruhan, sikap dapat didefinisikan sebagai kecenderungan individu untuk bereaksi terhadap stimulus atau objek dengan respon yang bisa diprediksi. Sikap pada dasarnya merupakan predisposisi terhadap perilaku tertentu dan mencerminkan

faktor internal individu yang bisa mempengaruhi atau merangsang perilaku tersebut. Ciri-ciri sikap termasuk tidak bawaan, terkait dengan objek sikap, fokus pada satu objek atau sekelompok objek, berlangsung dalam jangka waktu tertentu, dan mengandung faktor emosi dan motivasi (Setiyajati, 2014).

Hasil penelitian (Mulyani et al., 2022) menunjukkan Terdapat perbedaan yang signifikan dalam sikap ibu sebelum dan setelah menerima penyuluhan. Sebelum penyuluhan, sebanyak 55,1% ibu memiliki sikap yang tidak mendukung, namun setelah penyuluhan, jumlah ibu dengan sikap mendukung meningkat menjadi 77,8%.

Peneliti mengasumsikan bahwa sikap adalah evaluasi atau respons emosional terhadap suatu objek. Sikap seseorang terhadap suatu objek dapat diinterpretasikan dari evaluasi emosionalnya terhadap objek tersebut, yang bisa mencakup perasaan senang-tidak senang, memiliki-tidak memiliki, positif-negatif, favorit-tidak favorit.

Hasil penelitian ini memiliki implikasi penting dalam upaya meningkatkan kesehatan balita. Penyuluhan gizi menjadi strategi yang efektif dalam mengubah pengetahuan dan sikap ibu, yang pada gilirannya dapat berdampak positif pada praktik gizi sehari-hari dan kesehatan anak. Oleh karena itu, disarankan untuk terus menggelar program penyuluhan gizi yang terarah dan terukur, serta melibatkan berbagai pihak, termasuk tenaga kesehatan dan lembaga masyarakat, dalam mendukung peningkatan kesehatan balita melalui perubahan perilaku ibu.

5. KESIMPULAN

Penyuluhan gizi memiliki peranan yang sangat signifikan dalam membentuk perubahan positif pada pengetahuan dan sikap ibu terhadap balita. Dengan peningkatan

pengetahuan yang lebih baik dan sikap yang lebih mendukung, ibu dapat menjadi agen perubahan yang efektif dalam menyediakan asupan gizi yang mencukupi dan seimbang untuk anak-anak mereka. Oleh karena itu, investasi pada penyuluhan gizi menjadi kunci dalam upaya meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan anak di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Kasanah, Adhin, and Achmad Vindo Galaresa. (2022). "Penyuluhan 1000 Hari Pertama Kehidupan Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Ibu Hamil." *Masyarakat Mandiri dan Berdaya* 1(1): 38-44.
- Aulia, Rabiatul, Nany Suryani, and Siti Aisyah Solechah. (2023). "Daya Terima Dan Nilai Gizi MP-ASI Berbahan Pangan Lokal Sebagai Upaya Mencegah Stunting Anak Baduta." *Jurnal Kesehatan*: 234-46.
- Baroroh, Ida. (2022). "Peningkatan Pengetahuan Tentang Pemenuhan Gizi Remaja Dan Edukasi Pencegahan Stunting." *Jurnal ABDIMAS-HIP Pengabdian Kepada Masyarakat* 3(2): 60-64.
- Calista, Vania Petrina. (2022). "Pengaruh Karakteristik Rumah Tangga Dan Peran Kontekstual Karakteristik Wilayah Sebagai Faktor Risiko Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Indonesia (Analisis Data Riskesdas 2018)."
- Elly Susilawati, Elly, Yanti Yanti, and Siska Siska Helina. (2022). "Bidan, ASI Eksklusif, Dan Stunting Peran Bidan Sebagai Garda Terdepan Pendukung Keberhasilan ASI Eksklusif Pada Ibu Menyusui Sebagai Langkah Pencegahan Stunting."
- Fitriahadi, Enny et al. (2023). "Meningkatkan Pengetahuan Dan Kesadaran Tentang Stunting Sebagai Upaya Pencegahan Terjadinya Stunting." *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia* 2(4): 411-16.
- Lestiarini, Santi, and Yuly Sulistyorini. (2020). "Perilaku Ibu Pada Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) Di Kelurahan Pegirian." *Jurnal Promkes* 8(1): 1.
- MoH, Indonesia. (2018). "Situasi Balita Pendek (Stunting) Di Indonesia Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI." *Jakarta: Kemenkes RI*.
- Mulyani, Nunung Sri, Eva Fitriyaningsih, Agus Hendra Al Rahmad, and Abdul Hadi. (2022). "Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Untuk Pencegahan Stunting Di Kabupaten Aceh Besar." *Jurnal PADE: Pengabdian & Edukasi* 4(1): 28-33.
- Puji Rosidayani, Riche. (2022). "HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN, SIKAP DAN PERILAKU IBU DALAM MEMPERSIAPKAN MP-ASI DENGAN KEJADIAN STUNTING (Studi Kasus Di Kecamatan Rowosari, Kendal)."
- Sari, Nurul Indah, and Sandra Harianis. (2022). "Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Pada Balita." *Maternal & Neonatal Health Journal* 3(2): 57-64.
- Satri, Rambu Karaji. (2020). "Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Ketepatan Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Pada Bayi Usia 6-24 Bulan Di Dusun Sanansari Bantul Yogyakarta."
- Sentana, Lyana Firsta, Juraida Roito Hrp, and Zuchrah Hasan. (2018). "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 12-24 Bulan Di Kelurahan Kampung Tengah Kecamatan Sukajadi Pekanbaru." *Jurnal Ibu dan Anak* 6(1): 1-9.
- Setiyajati, Ari. (2014). "Pengaruh Pengetahuan Dan Sikap Perawat

Terhadap Penerapan Standar
Keselamatan Pasien Di Instalasi
Perawatan Intensif RSUD Dr.
Moewardi.”

Wulandari, Arum, Siti Aizah, and Susi
Erna Wati. (2022). “Efektifitas
Penyuluhan Terhadap Peningkatan
Pengetahuan Ibu Tentang Stunting
Di Posyandu Rambutan Desa Kedak
Kecamatan Semen Kabupaten
Kediri.”