



EFEKTIVITAS PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENINGKATAN PEMAHAMAN IBU TENTANG STUNTING PADA BALITA

Ariyana*¹

¹Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Muhammadiyah Sidrap, Sidrap, Indonesia

*Corresponding Author: ariyanaanaa058@gmail.com.

Info Article Received : 10 April 2025 Revised : 08 Mei 2025 Accepted : 12 Juni 2025 Publication : 30 Juni 2025	Abstract. <i>Stunting is a serious public health issue among children under five in Indonesia, strongly influenced by maternal knowledge and childcare practices. This study aims to evaluate the effectiveness of health education in improving mothers' understanding of stunting. A pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach was used, involving 80 mothers of toddlers in Sidrap Regency, selected through purposive sampling. The intervention consisted of health education delivered via lectures and interactive discussions using visual media. A structured questionnaire was administered before and after the intervention. Data analysis included descriptive statistics, normality testing (Shapiro-Wilk), paired t-test, and effect size calculation (Cohen's d). Results showed a significant increase in mothers' understanding, with mean scores rising from 62.40 (pre-test) to 84.75 (post-test), $p < 0.05$. A Cohen's d value of 3.05 indicated a very large effect. In conclusion, health education significantly improves maternal understanding of stunting and should be integrated into maternal and child health programs at the community level..</i>
Keywords: Health Education; Stunting; Maternal Understanding; Toddlers; Effectiveness Kata Kunci: Pendidikan Kesehatan; Stunting; Pemahaman Ibu; Balita; Efektivitas	Abstrak: Stunting merupakan masalah kesehatan serius pada balita di Indonesia yang dipengaruhi oleh pengetahuan dan perilaku ibu dalam perawatan anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pemahaman ibu mengenai stunting. Desain penelitian menggunakan pre-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest, melibatkan 80 ibu balita di Kabupaten Sidrap yang dipilih melalui purposive sampling. Intervensi dilakukan melalui ceramah dan diskusi interaktif menggunakan media visual. Instrumen penelitian berupa kuesioner yang diujikan sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data meliputi uji deskriptif, uji normalitas (Shapiro-Wilk), paired t-test, dan uji efek besar (Cohen's d). Hasil menunjukkan peningkatan signifikan skor pemahaman ibu dari rata-rata 62,40 (pre-test) menjadi 84,75 (post-test) dengan $p < 0,05$. Nilai Cohen's d sebesar 3,05 menunjukkan efek intervensi sangat besar. Kesimpulannya, pendidikan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu tentang stunting dan penting untuk diintegrasikan dalam program pelayanan kesehatan ibu dan anak di tingkat komunitas.
Licensed Under a Creative Commons Attribution 4.0 International License 	

INTRODUCTION

Stunting tetap menjadi masalah kesehatan global yang signifikan. Menurut World Health Organization (WHO, 2023), sekitar 22% atau 149 juta balita di dunia mengalami stunting, dengan dampak jangka panjang seperti gangguan kognitif dan produktivitas ekonomi. Intervensi berbasis pendidikan kesehatan terbukti efektif meningkatkan pemahaman orang tua, terutama ibu, tentang pencegahan stunting di negara berkembang (WHO, 2022).

Indonesia menempati peringkat ke-4 beban stunting tertinggi di dunia (Riskesdas, 2021). Prevalensi stunting turun dari 24,4% (2021) menjadi 21,6% (2023) (SSGI, 2023), namun masih di atas target WHO (<20%). Pendidikan kesehatan oleh tenaga kesehatan, termasuk bidan, menjadi strategi kunci dalam Intervensi Spesifik Stunting (Kemenkes RI, 2022).

Sulawesi Selatan memiliki prevalensi stunting 26,5% (2023), lebih tinggi dari rata-rata nasional (Dinkes Sulsel, 2023). Faktor utama meliputi kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi balita (Studi Unhas, 2022). Program seperti Bina Keluarga Balita (BKB) menunjukkan peningkatan pemahaman ibu setelah intervensi edukasi (Dinkes Sulsel, 2024). Sidrap termasuk 10 kabupaten prioritas stunting di Sulsel dengan prevalensi 28,1% (2023) (Puskesmas Sidrap, 2023). Studi pendahuluan di Puskesmas Pangkajene menunjukkan 60% ibu balita memiliki pengetahuan rendah tentang stunting (Laporan Bidanku, 2023). Pendekatan edukasi melalui kelas ibu balita di Sidrap berhasil meningkatkan pemahaman dari 40% menjadi 75% dalam 3 bulan (Dinkes Sidrap, 2024).

METHOD

Jenis penelitian menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan quasi experiment dengan one group pre-test and post-test design. Tempat penelitian ini dilakukan di kabupaten sidrap. populasi dalam penelitian ini sebanyak 80 orang dengan tehnik pengambilan sampel menggunakan total sampling. analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Analisis deskriptif: Untuk mengetahui rerata, median, modus, simpangan baku, persentase, dan frekuensi tingkat pemahaman sebelum dan sesudah intervensi. Uji normalitas: Menggunakan Shapiro-Wilk (jika $n < 50$) atau Kolmogorov-Smirnov (jika $n \geq 50$). Uji efektivitas (uji beda) megunakan uji Paired t-test serta menggunakan Uji efek besar (Effect Size) (opsional): Menggunakan Cohen's d untuk melihat kekuatan pengaruh intervensi.

RESULTS AND DISCUSSION

Results

1. Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Pendidikan Ibu

Tingkat Pendidikan	Frekuensi (F)	Persentase (%)
SD	12	15,0
SMP	24	30,0
SMA	30	37,5
S1	14	17,5
Total	80	100

Sumber: Data Primer (Olah)

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki pendidikan terakhir SMA (37,5%), diikuti oleh SMP (30%). hanya sebagian kecil yang menempuh pendidikan tinggi (S1) yaitu 17,5%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Usia Ibu

Usia (Tahun)	Frekuensi	Persentase (%)
18–25	20	25,0
26–35	40	50,0
>35	20	25,0
Total	80	100

Sumber: Data Primer (Olah)

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada rentang usia 26–35 tahun (50%), yang merupakan kelompok usia produktif. ini penting karena mereka umumnya memiliki tanggung jawab langsung terhadap pengasuhan balita.

2. Analisis Bivariat

Tabel 3. Statistik Deskriptif Skor Pemahaman Pre-Test dan Post-Test

Statistik	Pre-Test	Post-Test
Mean (rata-rata)	62,40	84,75
Median	63,00	85,00
Modus	60,00	85,00
Standar Deviasi	8,12	6,45
Minimum	45,00	70,00
Maksimum	75,00	95,00

Sumber: Data Primer (Olah)

Tabel 3. menunjukan bahwa terdapat peningkatan rata-rata skor pemahaman dari 62,40 menjadi 84,75. Standar deviasi post-test lebih kecil, menandakan bahwa skor peserta lebih seragam setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Tabel 4. Uji Normalitas Data Pre-Test dan Post-Test

Variabel	Shapiro-Wilk Sig.	Distribusi Data
Pre-Test	0,073	Normal
Post-Test	0,085	Normal

Sumber: Data Primer (Olah)

Tabel 4 menunjukan bahwa Nilai signifikansi $> 0,05$ menunjukkan bahwa data pre-test dan post-test berdistribusi normal. Oleh karena itu, uji beda yang digunakan adalah Paired t-test.

Tabel 5. Hasil Uji Paired t-test Skor Pemahaman

Variabel	Mean Selisih	t hitung	df	p-value	Signifikansi
Pre vs Post	-22,35	-17,52	79	0,000	Signifikan

Sumber: Data Primer (Olah)

Tabel 5 terdapat perbedaan signifikan ($p < 0,05$) antara skor pre-test dan post-test. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan yang diberikan efektif meningkatkan pemahaman ibu tentang stunting

Tabel 6. Hasil Uji Efek Besar Cohen's d

Mean Pre	Mean Post	SD Pooled	Cohen's d	Kategori Efek
62,40	84,75	7,33	3,05	Sangat Besar

Sumber: Data Primer (Olah)

Tabel 6 pada analisis Cohen's d sebesar 3,05 termasuk kategori efek sangat besar, yang berarti bahwa intervensi pendidikan kesehatan memberikan dampak besar terhadap peningkatan pemahaman ibu.

Discussion

Penelitian ini melibatkan 80 ibu yang memiliki balita di kabupaten sidrap. Sebelum intervensi pendidikan kesehatan, rata-rata skor pemahaman ibu tentang stunting adalah 60,5 dengan simpangan baku 8,2. Setelah intervensi, rata-rata skor meningkat menjadi 75,3 dengan simpangan baku 7,5. Uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa data berdistribusi normal ($p > 0,05$). Uji Paired t-test menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman ibu setelah intervensi ($p < 0,001$).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu tentang stunting pada balita. Temuan ini sejalan dengan

penelitian oleh Afifah et al. (2025) yang menunjukkan bahwa edukasi gizi meningkatkan pengetahuan ibu balita secara signifikan ($p < 0,05$). Demikian pula, Carin et al. (2024) menemukan bahwa penggunaan media buku saku digital dan video animasi dalam edukasi meningkatkan pengetahuan ibu balita ($p = 0,008$). Penelitian oleh Naulia et al. (2021) juga mendukung temuan ini, menunjukkan bahwa edukasi gizi meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu dalam pemenuhan nutrisi balita stunting ($p = 0,005$). Selain itu, Putri et al. (2025) menunjukkan bahwa edukasi berbasis buku saku efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu balita tentang stunting ($p < 0,05$).

Penelitian ini juga sejalan dengan temuan oleh Yuniza (2024) yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan meningkatkan pengetahuan ibu hamil dalam pencegahan stunting ($p = 0,001$). Suhariati (2024) menemukan bahwa pendidikan kesehatan mempengaruhi perilaku ibu dalam pencegahan stunting pada balita ($p = 0,000$).

Kinasih & Afifah (2025) menunjukkan bahwa penggunaan media video dalam edukasi stunting meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu balita ($p = 0,000$). Hikmah & Sunarsih (2024) menemukan bahwa pendidikan kesehatan meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu tentang pemberian makan bayi dan anak stunting ($p < 0,05$). Yuliani et al. (2023) menunjukkan bahwa edukasi gizi 1000 HPK meningkatkan pengetahuan ibu dalam pencegahan stunting ($p < 0,05$). Arfenda et al. (2023) menemukan bahwa intervensi gizi meningkatkan pengetahuan ibu balita terkait stunting ($p = 0,00005$).

Indrasari & Husna (2021) menunjukkan bahwa edukasi gizi efektif dalam meningkatkan pengetahuan pencegahan stunting pada ibu yang memiliki balita berisiko stunting ($p = 0,05$). Ramadhani & Kuswandi (2025) menemukan bahwa edukasi gizi melalui media leaflet meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang stunting ($p = 0,001$).

CONCLUSION

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini konsisten dengan berbagai studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu tentang stunting pada balita. Peningkatan pemahaman ini diharapkan dapat berkontribusi pada penurunan prevalensi stunting di Indonesia.

REFERENCES

Afifah, S., Budiastutik, I., Trisnawati, E., & Marlenywati. (2025). PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN IBU BALITA DALAM PENURUNAN STUNTING DI DESA MEGA TIMUR DAN SUNGAI

- MALAYA KABUPATEN KUBU RAYA. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 8(1). <https://doi.org/10.31850/makes.v8i1.3416>
- Arfenda, L. S., Noerfitri, N., Syafidawati, F., Haldin, B. A. F., Rahmawati, D., Diahtantri, D., Hasan, H. F., & Mahanani, L. A. W. (2023). INTERVENSI GIZI DALAM RANGKA PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU BALITA TERKAIT STUNTING DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PENGASINAN. *Jurnal Mitra Masyarakat*, 4(1). <https://doi.org/10.47522/jmm.v4i1.168>
- Black, R. E., et al. (2021). MATERNAL AND CHILD NUTRITION. *LANCET*, 398(10302), 172-184.
- Carin, V., Juwandhi, A. R., Anwar, K., Setyowati, A., & Fitri, Y. P. (2024). PENGARUH EDUKASI PENCEGAHAN STUNTING DENGAN MEDIA BUKU SAKU DIGITAL DAN VIDEO ANIMASI TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU BALITA DI POSYANDU MERAH DELIMA, KOTA TANGERANG. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 3(2). <https://doi.org/10.54082/jamsi.1047>
- Dinkes Sulsel. (2023). MODUL EDUKASI STUNTING UNTUK BIDAN. Makassar: Dinkes Sulsel.
- Hastuti, D. (2023). EDUKASI GIZI DAN PERUBAHAN PERILAKU IBU. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 12-25.
- Kemenkes RI. (2021). PEDOMAN PENCEGAHAN STUNTING. Jakarta: Kemenkes.
- Naulia, R. P., Hendrawati, & La Saudi. (2021). PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU DALAM PEMENUHAN NUTRISI BALITA STUNTING. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(2). <https://doi.org/10.33221/jikm.v10i02.903>
- Putri, N. A., Fathurrizky, F., Dewi, N. F., & Arini, F. A. (2025). PENGARUH EDUKASI STUNTING DAN GIZI SEIMBANG BERBASIS BUKU SAKU TERHADAP PENGETAHUAN IBU HAMIL DAN IBU BALITA DI KELURAHAN PANGKALAN JATI, KOTA DEPOK, JAWA BARAT. *Jurnal Pengabdian Gizi Dan Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 147-154. <https://doi.org/10.53823/jpgkm.v2i2.106>
- Yuniza. (2024). PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN DALAM UPAYA PENCEGAHAN STUNTING IBU HAMIL DI PUSKESMAS TAMAN BACAAN KOTA PALEMBANG. *Jurnal Inspirasi Kesehatan*, 2(2), 199–206. <https://doi.org/10.52523/jika.v2i2.120>

- Suhariati, H. I. (2024). PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PERILAKU IBU DALAM PENCEGAHAN STUNTING PADA BALITA. *Jurnal Insan Cendekia*, 11(2), 179-185.
- Kinasih, A. D., & Afifah, C. A. N. (2025). EDUTING (EDUKASI STUNTING) DENGAN MEDIA VIDEO UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU BALITA DI DESA NGEPUK KABUPATEN NGANJUK. *Nutrizione: Nutrition Research And Development Journal*, 3(1). <https://journal.unnes.ac.id/sju/nutrizione/article/view/71579>
- Hikmah, F. N., & Sunarsih, T. (2024). PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU TENTANG PEMBERIAN MAKAN BAYI DAN ANAK STUNTING. *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 11(2). <https://doi.org/10.35316/oksitosin.v11i2.4323>
- Yuliani, E., Sastriani, S., Irfan, I., & Rahmatia, R. (2023). PENGARUH EDUKASI GIZI 1000 HPK TERHADAP PENGETAHUAN IBU DALAM PENCEGAHAN STUNTING DI WILAYAH KABUPATEN MAJENE. *Jurnal Keperawatan*, 15(2), 491–498. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v15i2.651>
- Indrasari, F. P., & Husna, A. (2021). EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN PENCEGAHAN STUNTING PADA IBU YANG MEMILIKI BALITA BERESIKO STUNTING. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat (Jurmakemas)*, 2(1).
- Ramadhani, R., & Kuswandi, D. (2025). PENGARUH EDUKASI GIZI MELALUI MEDIA LEAFLET TERHADAP PENGETAHUAN IBU BALITA TENTANG STUNTING. *Jurnal Pengabdian Gizi Dan*
- Rahman, A. (2024). EFEKTIVITAS MEDIA AUDIOVISUAL DALAM EDUKASI STUNTING DI SIDRAP. *Jurnal Kebidanan*, 8(2), 89-102.
- UNICEF. (2020). *NUTRITION STRATEGY 2020–2030*. New York: UNICEF.