

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU TENTANG PENGOLAHAN MAKANAN BERGIZI DENGAN UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DI POSKESDES LUMBAN INA INA KECAMATAN PAGARAN KABUPATEN TAPANULI UTARA

Novita Lumban Tobing¹, Verawaty Fitrinelda Silaban^{2*}, Nurabidah Siregar³, Nur Keumala Hasibuan⁴, Novi Hana Kezia Pasaribu⁵, Nurhayati⁶

¹⁻⁶Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia

Email Korespondensi: verawatyfitrineldasilaban@unprimdn.ac.id

Disubmit: 18 Maret 2025

Diterima: 29 April 2025

Diterbitkan: 01 Mei 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i5.20089>

ABSTRACT

Stunting is a condition where children fail to thrive due to chronic malnutrition, recurrent infections, or inadequate stimulation, especially in the first 1,000 days of life. Children who experience stunting have a shorter height than children their age. Stunting can also affect brain development, learning ability, and future productivity. This research aims to find out how mothers' knowledge and attitudes regarding processing nutritious food relate to efforts to prevent stunting. This type of research uses a quantitative descriptive analytical approach with a cross-sectional design. The population in this study were all mothers who had babies under five years (0-59 months) with a total of 96 mothers. The sampling technique in this research used the Slovin Formula which was determined through Purposive Sampling, namely 77 respondents. Data analysis was carried out univariate and bivariate using the chi-square test. The research results obtained p- value =0.000 ($p<0.05$), meaning there is a relationship between maternal knowledge about processing nutritious food and efforts to prevent stunting. P- value = 0.000 ($p<0.05$) which means there is a relationship between the mother's attitude regarding processing nutritious food and efforts to prevent stunting. It is hoped that there will be support from health workers to provide education to mothers of toddlers about the importance of fulfilling nutrition and processing proper nutritious food for toddlers which is useful for increasing knowledge and attitudes as an effort to prevent stunting in toddlers.

Keywords: Knowledge, Attitudes, Processing Nutritious Food, Stunting Prevention.

ABSTRAK

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, atau stimulasi yang tidak memadai, terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan. Anak yang mengalami stunting memiliki tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan anak seusianya. *Stunting* juga dapat memengaruhi perkembangan otak, kemampuan belajar, serta produktivitas di masa depan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan pengetahuan dan sikap ibu tentang pengolahan makanan bergizi dengan upaya pencegahan

stunting. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif analitik dengan desain *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini seluruh ibu yang memiliki bayi di bawah lima tahun (0-59 bulan) dengan jumlah 96 ibu. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan Rumus Slovin yang ditentukan melalui *Purposive Sampling* yaitu sebanyak 77 responden. Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan *uji chi square*. Hasil penelitian *p-value* diperoleh = 0,000 ($p < 0,05$) berarti ada hubungan pengetahuan ibu tentang pengolahan makanan bergizi dengan upaya pencegahan *stunting*. *p-value* = 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan sikap ibu tentang pengolahan makanan bergizi dengan upaya pencegahan *stunting*. Diharapkan adanya dukungan dari tenaga kesehatan untuk memberikan edukasi kepada ibu balita tentang pentingnya pemenuhan gizi dan pengolahan makanan bergizi yang tepat bagi balita yang berguna untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap sebagai upaya pencegahan *stunting* pada balita.

Kata Kunci: Pengetahuan, Sikap, Pengolahan Makanan Bergizi, Pencegahan *Stunting*.

PENDAHULUAN

Nutrisi yang tidak mencukupi selama proses kehamilan dan masa balita akan menyebabkan *stunting*, yaitu suatu kondisi yang mempengaruhi anak-anak berusia kurang dari lima tahun. Anak-anak ini lebih pendek dari teman seusianya karena gangguan ini. Ketika tinggi atau panjang badan anak kurang dari kriteria yang ditetapkan oleh Multicenter Growth Reference Study (MGRS) Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), maka anak tersebut dikategorikan sebagai *stunting* atau sangat pendek (*severely stunted*) (Syamsudin et al., 2022).

Menurut laporan dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 45% kematian pada anak balita disebabkan oleh masalah gizi, termasuk *stunting*. Dalam jangka pendek, *stunting* dapat menghambat perkembangan otak, metabolisme, dan pertumbuhan fisik anak. Anak-anak yang mengalami *stunting* terlihat cukup normal dari luar, tetapi sebenarnya mereka lebih pendek daripada anak-anak lain seusianya. Seiring bertambahnya usia *stunting* dapat menyebabkan penurunan gangguan kognisi, sistem

kekebalan tubuh yang terganggu, dan peningkatan risiko penyakit berat seperti kanker, penyakit jantung, dan stroke dapat terjadi pada balita yang pertumbuhannya terhambat (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

“Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 yang telah menetapkan standar penilaian dimensi fisik untuk menilai pemenuhan nutrisi pada anak. Masalah balita pendek sering kali mencerminkan adanya isu gizi kronis, yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk status kesehatan ibu pada masa kehamilan, serta kesehatan bayi dan balita itu sendiri. Seperti halnya isu gizi lainnya, masalah ini tidak hanya berkaitan dengan kesehatan, tetapi jugadipengaruhi oleh berbagai aspek lain yang berperan secara tidak langsung”. (Kementerian Kesehatan RI, 2016).

Dalam menopang perkembangan fisik dan pertumbuhan balita, sangat penting bagi mereka untuk mengonsumsi makanan berkualitas tinggi. Pertumbuhan dan perkembangan yang cepat menjadi ciri khas dari

masa yang sangat penting bagi anak-anak ini. Bahkan jika mereka mengalami kekurangan gizi sebelumnya, memberikan makanan yang tepat akan membantu mereka merasa lebih baik. Pemahaman yang kuat mengenai pentingnya gizi di tingkat individu, keluarga, dan masyarakat sangat krusial untuk mencapai status gizi yang lebih baik. Mempunyai pengetahuan tentang gizi hanyalah setengah dari perjuangan memahami cara memasak makanan bergizi dan siap menerapkan pengetahuan tersebut setiap hari adalah hal yang sama pentingnya (Pusat Data dan Teknologi Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Tingkat pengetahuan seseorang tentang kebutuhan gizi memiliki pengaruh besar terhadap jenis dan cara pengolahan bahan makanan yang dikonsumsi oleh keluarga. Oleh karena itu, seorang ibu sebaiknya memiliki keterampilan dalam mengolah bahan makanan menjadi berbagai hidangan yang menarik dan menggugah selera. Proses ini dimulai dengan pemilihan bahan makanan yang segar dan berkualitas, serta menciptakan variasi menu yang seimbang, dengan kombinasi buah dan sayur, serta tambahan sumber protein hewani. Selain itu, penerapan teknik pengolahan yang tepat dan pengaturan porsi makanan yang sesuai sangat penting agar nutrisi dalam makanan tetap terjaga (Pusat Data dan Teknologi Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Kondisi di mana pertumbuhan fisik balita terhambat ditetapkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) sebagai *stunting* pada tahun 2020. Pada tahun tersebut, *stunting* menjadi epidemi global yang mempengaruhi sekitar 149,2 juta anak. Di tahun 2022, kejadian *stunting* di Indonesia mencapai 31,8%, menurut data statistik dari

Asian Development Bank. Berdasarkan data dari Deviana (2023), Indonesia menduduki peringkat kesepuluh di Asia Tenggara untuk tingkat *stunting*. Untungnya, pada tahun 2022, angka *stunting* di Indonesia telah turun menjadi 21,6% (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Program Pangan dan Gizi dalam Jangka Menengah disusun berdasarkan “Undang- Undang No. 17 Tahun 2007 yang mengatur Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024. Rencana Aksi Nasional Pangan dan Gizi (RAN-PG) 2016- 2019 memiliki fokus utama pada pengembangan kebijakan strategis di bidang pangan dan gizi. Program ini mencakup berbagai aspek, termasuk ketersediaan pangan, perbaikan gizi masyarakat, serta penguatan lembaga yang ditetapkan langsung untuk menangani upaya pencegahan dan penanggulangan *stunting*” (Badan Ketahanan Pangan Kementerian Pertanian, 2019).

Berlandaskan “Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 23 Tahun 2014 mengenai upaya perbaikan gizi, diamanatkan pentingnya penerapan gizi seimbang baik untuk individu maupun masyarakat. Seluruh keluarga diharapkan mampu mengenali, mencegah, dan mengatasi masalah gizi. Hal ini dapat dilakukan dengan cara menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan secara berkala, pemberian ASI eksklusif, mengkonsumsi beragam menu makanan, serta memberikan suplemen gizi sesuai dengan rekomendasi dari petugas kesehatan” (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Angka kejadian *stunting* menurun dari 25,8% di tahun 2021 menjadi 21,1 pada 2022, menurut Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 di Sumatera Utara (Bkkbn, 2023). *Stunting* lebih umum terjadi di 22 kabupaten dan kota di

Sumatera Utara dibandingkan dengan provinsi secara keseluruhan, menurut PSG 2017. Tapanuli Utara menonjol di antara kabupaten-kabupaten tersebut dengan frekuensi 24,2%, yang berarti bahwa dari seluruh anak balita, 15,2% di antaranya sangat pendek dan 9,0% pendek. Oleh karenanya, Tapanuli Utara menjadi salah satu kabupaten di provinsi Sumatera Utara yang mempunyai persentase anak pendek yang cukup tinggi (Profil Kesehatan Sumatera Utara, 2017).

Pemerintah Kabupaten Tapanuli Utara, melalui Dinas Kesehatan, telah melakukan upaya kolaboratif dengan semua posyandu dan pihak terkait untuk mengimplementasikan program penurunan *stunting* secara terintegrasi. Partisipasi masyarakat menjadi kunci penting dalam upaya pencegahan *stunting*. Penyediaan Upaya tindak lanjut terintegrasi dan konseling menjadi bagian penting dalam komunikasi perubahan perilaku (Dinas Kesehatan Tapanuli Utara, 2022).

Banyak elemen, seperti tingkat pendidikan, cara pandang, serta nilai moral seseorang, yang berperan dalam membentuk tindakan terkait kesehatan. Ketika seseorang memiliki pengetahuan yang baik dan didukung oleh sikap positif, hal ini cenderung menghasilkan perilaku kesehatan yang baik, yang berarti pengetahuan yang tinggi bersama sikap yang baik dapat diwujudkan dalam upaya pencegahan yang efektif. Pengetahuan ibu yang memadai, jika diikuti dengan sikap yang tepat, akan mencerminkan upaya pencegahan yang cukup (Sari et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh (Supirno et al., 2022) mengungkapkan bahwa secara statistik, sikap ibu memiliki hubungan yang signifikan dengan upaya pencegahan *stunting* di hunian

tetap pasca bencana Tondo Palu dan Pombewe, Kabupaten Sigi. Sebagian besar ibu di daerah tersebut menunjukkan kurangnya pengetahuan tentang gizi, dan sikap yang mereka miliki cenderung bersifat negatif. Selain itu, sikap tersebut belum terwujud dalam tindakan nyata, melainkan masih sebatas kecenderungan untuk bertindak.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Arnita et al., 2020) menunjukkan bahwa meskipun para ibu memiliki pengetahuan tentang *stunting* serta cara pencegahannya, pengetahuan tersebut tidak secara langsung memengaruhi tingkat keterlibatan mereka dalam upaya pencegahan *stunting*. Temuan ini mengindikasikan adanya kemungkinan faktor-faktor lain yang lebih dominan, seperti sikap, kondisi sosial ekonomi keluarga, serta akses terhadap layanan kesehatan, yang berperan penting dalam pencegahan *stunting*.

Survey awal yang dilakukan penulis ada 96 ibu yang memiliki 148 balita dan terdapat 40 orang balita yang mengalami termasuk kategori *stunting*. Kondisi ini dikarenakan adanya beberapa faktor penghambat dalam keluarga dalam melakukan pemenuhan gizi yang adekuat seperti keterbatasan bahan makanan dan masih kurangnya pengetahuan ibu dalam mengolah sumber pangan yang tersedia.

Informasi tambahan yang di dapat oleh penulis, keluarga di desa tersebut masih banyak mengalami keterbatasan dalam pemenuhan asupan gizi terlebih pada balita akibat beberapa faktor seperti pengetahuan yang kurang dalam mengolah sumber asupan gizi, pengalaman dalam memberikan olahan asupan gizi yang baik dan juga pendapatan keluarga yang tidak memadai. Oleh karenanya penulis ingin melakukan penelitian tentang

“hubungan pengetahuan dan sikap ibu tentang pengolahan makanan bergizi dengan upaya pencegahan *stunting*”.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini memakai desain cross-sectional dan metodologi kuantitatif deskriptif analitik. Sebanyak 96 ibu dari wilayah kerja Poskesdes Lumban Ina-Ina, Kecamatan Pagaran, Kabupaten Tapanuli Utara pada tahun 2024 diikutsertakan dalam penelitian ini. Semua ibu mempunyai anak berusia kurang dari lima tahun (0-59 bulan). Jumlah sampel dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan rumus slovin sejumlah 77 responden. Penelitian ini telah dilakukan mulai dari bulan Oktober- sampai Desember 2024 di Poskesdes Lumban Ina Ina Kecamatan Pagara n Kabupaten Tapanuli Utara.

Alat ukur/instrumen menggunakan kuisisioner yang sudah dilakukan uji validitas. Kuisisioner terdiri dari 3 bagian utama yaitu pengetahuan ibu, sikap ibu dan

upaya pencegahan *stunting* yang diukur dengan pertanyaan skala likert yang diberi dengan 15 opsi pertanyaan kemudian hasil dikumpulkan dan diolah menggunakan perangkat lunak komputer dan didistribusikan mulai dari *colleting*, *checking*, *coding entering dan data processi ng*. Data yang diperoleh dari penelitian diolah serta disajikan dalam bentuk persentase frekuensi (Notoadmo jo, 2012). Analisis data menggunakan uji *chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95%.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian terhadap 77 yang bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap ibu tentang pengolahan makanan bergizi dengan upaya pencegahan *stunting*, data yang diperoleh dari hasil pengumpulan data primer dengan menggunakan kuisisioner didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No	Karakteristik	(f)	Persentase (%)
Usia			
1	20-29 Tahun	51	66,2
2	30-39 Tahun	25	32,5
3	40-49 Tahun	1	1,3
Pendidikan			
1	Tinggi (D-III/S1)	15	19,5
2	Menengah (SMA/ Sederajat)	56	72,7
3	Dasar (SMP/Sederajat)	6	7,8
Pekerjaan			
1	PNS	8	10,4
2	Karyawan Swasta	8	10,4
3	IRT	61	79,2
Total		77	100

Sumber : Data Primer (Diolah Tahun 2025)

Berdasarkan Tabel diatas menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia mayoritas berusia 20-29 tahun sebanyak 51 responden (66,2%), berdasarkan pendidikan

mayoritas berpendidikan menengah (SMA/Sederajat) sebanyak 56 responden (72,7%) dan berdasarkan pekerjaan mayoritas IRT sebanyak 61 responden (79,2%)

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Pengetahuan, Sikap Dan Upaya Pencegahan *Stunting*

No	Pengetahuan	(f)	Persentase (%)
1	Baik	18	23,4
2	Cukup	27	35
3	Kurang	32	41,6
Sikap			
1	Positif	20	26
2	Negatif	57	74
Upaya Pencegahan <i>Stunting</i>			
1	Positif	27	35,1
2	Negatif	50	64,9
Total		77	100

Sumber: Data Primer (Diolah Tahun 2025)

Berdasarkan tabel diatas hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 77 responden mayoritas berpengetahuan cukup tentang pengolahan makanan bergizi sebanyak 27 responden (35%). Dari 77 responden mayoritas bersikap negatif tentang pengolahan

makanan sebanyak 57 responden (74%).

Dari 77 responden mayoritas menerapkan upaya negatif dalam pencegahan *stunting* sebanyak 50 responden (64,9%).

Analisa Bivariat

Tabel 3
Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Pengolahan Makanan Bergizi dengan Upaya Pencegahan *Stunting*

No	Pengetahuan	Upaya Pencegahan <i>Stunting</i>						p-Value
		Positif		Negatif		Total		
		f	%	f	%	f	%	
1	Baik	18	23,4	0	0	18	23,4	0,000
2	Cukup	6	7,7	21	27,3	27	35	
3	Kurang	3	3,9	29	37,7	32	41,6	
Total		27	35,0	50	65,0	77	100	

Dari tabel menunjukkan bahwa dari 77 responden terdapat 18 responden yang berpengetahuan baik seluruhnya menerapkan upaya

pencegahan *stunting* yang positif, dari 27 responden yang berpengetahuan cukup mayoritas menerapkan upaya pencegahan

stunting yang negatif sebanyak 21 responden (27,3%) dan dari 32 responden yang berpengetahuan kurang mayoritas menerapkan upaya pencegahan *stunting* yang negatif sebanyak 29 responden (37,7%). Hasil uji statistic *Chi-Square* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$)

diperoleh nilai *p-value* = 0,000 ($p<0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_o ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan ibu tentang pengolahan makanan bergizi dengan upaya pencegahan *stunting*.

Tabel 4. Hubungan Sikap Ibu tentang Pengolahan Makanan Bergizi dengan Upaya Pencegahan *Stunting*

No	Sikap	Upaya Pencegahan <i>Stunting</i>						<i>p-Value</i>
		Positif		Negatif		Total		
		f	%	f	%	f	%	
1	Positif	14	18,2	6	7,8	20	26	0,000
2	Negatif	13	16,9	44	57,1	57	74	
Total		27	35,1	50	64,9	77	100	

Berdasarkan tabel 4 diatas menunjukkan bahwa dari 77 responden terdapat 26 responden yang bersikap positif mayoritas menerapkan upaya pencegahan *stunting* yang positif sebanyak 14 responden (18,2%) sedangkan dari 57 responden yang bersikap negatif mayoritas menerapkan upaya pencegahan *stunting* yang negatif

sebanyak 44 responden (57,1%). Hasil uji statistic *Chi-Square* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai *p-value* = 0,000 ($p<0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_o ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan sikap ibu tentang pengolahan makanan bergizi dengan upaya pencegahan *stunting*.

PEMBAHASAN

Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Pengolahan Makanan Bergizi dengan Upaya Pencegahan *Stunting*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 77 responden terdapat 18 responden yang berpengetahuan baik seluruhnya menerapkan upaya pencegahan *stunting* yang positif, dari 27 responden yang berpengetahuan cukup mayoritas menerapkan upaya pencegahan *stunting* yang negatif sebanyak 21 responden (27,3%) dan dari 32 responden yang berpengetahuan kurang mayoritas menerapkan upaya pencegahan *stunting* yang negatif sebanyak 29 responden (37,7%). Hasil uji statistic *Chi-Square* pada

derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai *p-value* = 0,000 ($p<0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_o ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan ibu tentang pengolahan makanan bergizi dengan upaya pencegahan *stunting*.

Pengetahuan ibu tentang gizi adalah pengetahuan mengenai makanan dengan gizi seimbang, sehat, serta cocok dengan usia tertentu. Begitu juga dengan teknik pemilihan makanan, pengolahan, serta menyiapkan makanan tersebut. Jika seorang ibu tidak memiliki pengetahuan ini, maka ia akan kesulitan untuk memantau perkembangan anaknya dan

berpotensi *stunting*. Kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi juga berkontribusi pada banyaknya masalah gizi. Untuk meningkatkan kesadaran ibu tentang pentingnya asupan gizi yang seimbang dan cara memberi anak makanan yang sehat, program pendidikan dan penyuluhan gizi yang efektif sangat diperlukan (Gunardi et al., 2024).

Orang yang mempunyai pengetahuan gizi yang baik akan mempunyai kemampuan untuk menerapkan pengetahuan gizi dalam pemilihan dan pengolahan pangan sehingga asupan makanannya lebih terjamin dan mampu memperhatikan gizi yang baik untuk anak dan keluarganya. Ibu yang terdidik mungkin lebih terbuka terhadap media, tidak buta huruf, memiliki pemahaman yang lebih baik tentang gizi dan kesehatan, ibu juga mungkin memiliki otoritas yang lebih besar di rumah dan dapat meningkatkan produktivitas untuk meningkatkan status gizi anak dan keluarga (Saputra et al., 2023)

Ibu memiliki peran penting dalam memenuhi gizi balita karena balita masih membutuhkan perhatian khusus dalam perkembangannya, lebih khususnya peran seorang ibu sebagai sosok yang paling sering bersama dengan balita. Jika seorang ibu memiliki pengetahuan yang baik tentunya akan mempengaruhi sikap yang baik juga dalam pemenuhan gizi balita. Pengetahuan ibu yang baik diharapkan dapat diterapkan ke dalam perilaku sehari-hari, baik dalam perilaku pengasuhan, pemilihan makanan, serta pemberian makanan yang dapat memengaruhi tumbuh kembang balita. Namun, apabila ibu tidak mempraktikkannya dalam kehidupan sehari-hari maka dapat berdampak buruk terhadap perkembangan balita seperti salah satunya *stunting* (Sari dkk, 2022).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari dkk (2022) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang pemberian gizi seimbang dengan Upaya pencegahan *stunting* dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$. Pengetahuan yang tinggi mengenai pemberian gizi seimbang akan tercermin perilaku positif, dapat diartikan pengetahuan tinggi dapat diwujudkan dalam Upaya pencegahan *stunting* yang baik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Murni dkk (2024) yang menunjukkan nilai $p < 0,05$ sehingga disimpulkan ada hubungan antara pengetahuan ibu dengan perilaku pencegahan *stunting* pada anak. Jika ibu memiliki pengetahuan yang cukup tentang pemberian makanan bergizi pada anaknya maka status gizi anak dapat terpengaruh untuk menunjukkan perilaku yang baik dalam mencegah *stunting*.

Peneliti berasumsi bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang pengolahan makanan bergizi memiliki peran yang sangat penting dalam upaya pencegahan *stunting* pada anak. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi dan cara mengolah makanan dengan benar cenderung mampu menyediakan makanan yang seimbang, mengandung nutrisi yang cukup, serta memperhatikan pola makan yang tepat untuk mendukung pertumbuhan anak. Dengan pemahaman yang cukup, ibu dapat memilih bahan makanan yang bergizi, mempersiapkan makanan dengan cara yang sehat, dan memastikan anak mendapatkan asupan yang optimal sesuai dengan kebutuhan nutrisinya. Hal ini dapat

membantu mencegah kekurangan gizi yang menjadi salah satu penyebab utama *stunting*.

Hubungan Sikap Ibu tentang Pengolahan Makanan Bergizi dengan Upaya Pencegahan *Stunting*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 77 responden terdapat 26 responden yang bersikap positif mayoritas menerapkan upaya pencegahan *stunting* yang positif sebanyak 14 responden (18,2%) sedangkan dari 57 responden yang bersikap negatif mayoritas menerapkan upaya pencegahan *stunting* yang negatif sebanyak 44 responden (57,1%). Hasil uji statistik *Chi-Square* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai *p-value* = 0,000 ($p<0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan sikap ibu tentang pengolahan makanan bergizi dengan upaya pencegahan *stunting*.

Sikap seseorang termasuk dalam faktor predisposisi yang mempengaruhi perilaku kesehatannya. Perilaku yang baik akan dapat tercermin jika sebuah pengetahuan yang dimiliki seseorang didukung oleh sikap yang positif. Sikap seseorang dipengaruhi oleh kepercayaan, seseorang akan memiliki sikap yang positif apabila ia percaya bahwa suatu perilaku akan menghasilkan keluaran yang baik. Sikap ibu berhubungan dengan perilaku pencegahan *stunting* karena ibu balita dalam penelitian ini meyakini bahwa anak mereka perlu dicegah dari masalah gizi dan pencegahan *stunting* akan memberikan manfaat yang baik bagi balitanya, sehingga ibu memutuskan untuk menerapkan perilaku pencegahan *stunting* pada balitanya (Mutingah & Rokhaidah, 2021)

Sikap ibu erat kaitannya dengan status gizi balita. Peran seorang ibu dalam pemenuhan gizi balita sangatlah penting karena ibu menjadi orang yang paling dekat dengan anak dan yang pertama kali berhubungan dengan anak. Apabila seseorang memiliki sikap negatif maka tindakan perilaku juga akan cenderung buruk, hal ini yang menyebabkan masalah gizi pada anak akan timbul. Sikap positif yang dimiliki ibu tidak terlepas dari pengetahuan atau informasi yang telah diperoleh dan pengetahuan yang dimiliki ibu sehingga dapat membentuk sikap positif atau penilaian ibu yang baik terhadap *stunting* (Kisnawaty et al., 2023)

Sikap yang diharapkan ibu balita dalam pemberian gizi seimbang pada balita sebagai upaya pencegahan *stunting* dengan pemberian gizi seimbang sehingga sikap ini nanti akan bisa membentuk sebuah perilaku yang baik dalam pemberian gizi seimbang agar nantinya bisa mencegah terjadinya *stunting* pada balita, selain itu juga peneliti beropini kurang optimalnya sikap ibu dalam pemberian gizi seimbang disebabkan oleh kurang pemahaman ibu akan informasi tentang pemberian gizi seimbang sebagai upaya pencegahan *stunting* walaupun informasi sangat mudah diakses dan perkembangan teknologi juga sudah sangat baik, akan tetapi apabila informasi tersebut tidak dapat dipahami oleh ibu maka informasi tersebut tidak dapat diterima dan tidak dapat bermanfaat, sehingga sikap ibu dalam pemberian gizi seimbang pada balita sebagai upaya pencegahan *stunting* menjadi tidak optimal (Sari dkk, 2022).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Supirno dan Nurmalisa (2021) yang menyimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara sikap ibu

dengan upaya pencegahan *stunting* ($p=0.000$). Hal ini menunjukkan bahwa sikap ibu tentang gizi dengan upaya pencegahan *stunting* sangat penting. Sikap yang positif para ibu dapat menjadi modal dalam membuat keputusan yang positif dalam mencegah *stunting* pada balita.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Herawati et al (2024) yang didapatkan nilai *p-value* sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan sikap ibu dalam upaya penanganan *stunting*. Semakin baik sikap ibu dalam memberikan makanan bergizi untuk anaknya maka akan semakin baik upaya pencegahan *stunting*.

Peneliti berasumsi bahwa sikap ibu terhadap pengolahan makanan bergizi berperan penting dalam upaya pencegahan *stunting* pada anak, karena sikap yang positif terhadap pentingnya makanan bergizi akan mendorong ibu untuk lebih memperhatikan pemilihan bahan makanan yang sehat, cara pengolahan yang tepat, dan pemberian makan yang sesuai dengan kebutuhan gizi anak. Ibu yang memiliki sikap peduli terhadap kesehatan dan gizi cenderung akan lebih berusaha menghindari pemberian makanan yang tidak bergizi, serta berinovasi dalam menyajikan makanan yang dapat mendukung pertumbuhan optimal anak. Sikap ini dapat meningkatkan kesadaran ibu untuk memberikan makanan bergizi yang memadai, yang pada akhirnya dapat mencegah terjadinya *stunting* yang disebabkan oleh kekurangan gizi pada masa pertumbuhan anak.

Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang Pengolahan Makanan Bergizi dengan Upaya Pencegahan *Stunting*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 77 responden terdapat 18 responden yang berpengetahuan baik seluruhnya menerapkan upaya pencegahan *stunting* yang positif, dari 27 responden yang berpengetahuan cukup mayoritas menerapkan upaya pencegahan *stunting* yang negatif sebanyak 21 responden (27,3%) dan dari 32 responden yang berpengetahuan kurang mayoritas menerapkan upaya pencegahan *stunting* yang negatif sebanyak 29 responden (37,7%). Dan dari 77 responden terdapat 26 responden yang bersikap positif mayoritas menerapkan upaya pencegahan *stunting* yang positif sebanyak 14 responden (18,2%) sedangkan dari 57 responden yang bersikap negatif mayoritas menerapkan upaya pencegahan *stunting* yang negatif sebanyak 44 responden (57,1%).

Hasil uji statistik *Chi-Square* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai *p-value* = 0,000 ($p<0,05$) yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan dan sikap ibu tentang pengolahan makanan bergizi dengan upaya pencegahan *stunting*.

Proses kognitif atau pengetahuan diperankan oleh otak manusia yang mana informasi yang diperoleh seseorang akan masuk ke dalam otak lalu diproses dengan menganalisis, mensintesis dan mengevaluasi yang akan menghasilkan penilaian yang baru terhadap suatu objek maupun subjek. Komponen afektif adalah sebuah perasaan (emosi) seseorang terhadap suatu objek maupun subjek. Dari proses kognitif yang menghasilkan penilaian baru lalu seseorang akan meyakini dengan benar, baik dan indah yang melibatkan emosi. Afektif berisi perilaku yang menekankan pada

aspek perasaan dan emosi seperti : minat, sikap, apresiasi dan metode menyesuaikan diri (Naibaho et al., 2024)

Tingkat pengetahuan seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan anak. Seorang ibu yang memiliki pengetahuan yang kurang akan sangat berpengaruh terhadap status gizi anaknya dan akan sukar untuk memilih makanan yang bergizi untuk anak dan keluarganya (Deviyanti, 2022).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang mengungkapkan secara seksama bahwa pengetahuan yang baik dapat menimbulkan terwujudnya sikap yang positif untuk bertindak melakukan upaya pencegahan *stunting*. Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang pengolahan makanan bergizi cenderung memiliki sikap yang lebih positif dan proaktif dalam menerapkan langkah-langkah upaya pencegahan *stunting*. Selain itu, sikap ibu yang positif terhadap pencegahan *stunting* juga berperan penting dalam menentukan keberhasilan program pencegahan di tingkat keluarga dan masyarakat (Naibaho et al., 2024).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa pengetahuan yang didasarkan dengan pemahaman akan menumbuhkan sikap positif dalam upaya pencegahan *stunting* dengan dilakukannya kerja sama tim kesehatan dilakukan melalui intervensi gizi spesifik untuk mengatasi permasalahan gizi anak dengan pemberian konseling gizi kepada individu dan keluarga dapat membantu untuk mengenali masalah kesehatan gizi terkait, memahami penyebab terjadinya masalah gizi, dan membantu individu serta keluarga

memecahkan masalahnya sehingga terjadi perubahan perilaku untuk dapat menerapkan perubahan perilaku (Carolina et al., 2023).

Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian (Permata, 2024) yang mengemukakan bahwa pengetahuan merupakan domain yang penting dalam terbentuknya perilaku terbuka atau open. Pengetahuan akan suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini akan menentukan sikap seseorang. Semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap semakin positif terhadap objek tertentu.

Peneliti berasumsi bahwa ibu dengan pengetahuan yang baik tentang gizi cenderung memiliki sikap yang lebih positif terhadap pemenuhan gizi pada keluarga. Pengetahuan ini dapat mencakup pemahaman tentang kandungan nutrisi, cara memasak yang mempertahankan nilai gizi, serta pentingnya variasi makanan. Ibu yang memahami dampak gizi buruk terhadap pertumbuhan anak akan lebih cermat dalam menyusun pola makan yang seimbang dan bernutrisi pada keluarga. Ibu dengan pengetahuan dan sikap yang baik dapat berkontribusi pada kebiasaan memberikan gizi yang lebih baik, yang pada akhirnya akan membantu upaya pencegahan *stunting*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas maka dapat disimpulkan dari 77 responden mayoritas berpengetahuan cukup tentang pengolahan makanan yaitu sebanyak 27 responden (35,1%), bersikap negatif tentang pengolahan makanan sebanyak 57 responden (74%) dan yang menerapkan upaya negatif dalam pencegahan *stunting*

sebanyak 50 responden (64,9%). Ada hubungan pengetahuan ibu tentang pengolahan makanan bergizi dengan upaya pencegahan *stunting* dengan *p-value* 0,000 ($p < 0,05$) Ada hubungan sikap ibu tentang pengolahan makanan bergizi dengan upaya pencegahan *stunting* dengan *p-value* 0,000 ($p < 0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

- A. Arnita, S., Rahmadhani, D. Y., & Sari. (2024). Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Makanan Sehat Untuk Mencegah Stunting Pada Anak Usia Dini. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(3), 4391-4398. <https://doi.org/10.31004/cdj.v5i3.26991>
- Depkes Ri. (2011). Pusat Data Dan Informasi. Kemenkes Ri. Jakarta.
- Dinas Kesehatan Sumatera Utara. (2017). Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. Sumatera Utara : Dinkes
- Dinas Kesehatan Tapanuli Utara. (2022). Profil Kesehatan Kab. Tapanuli Utara
- Gunardi, S., Hanawidjaya, R. R. ., Redjeki, F. ., & Sudrajat,
- Herawati, W., Hadiyanto, H., & Abdillah, H. (2024). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Upaya Penanganan Stunting Pada Anak D Wilayah Kerja Puskesmas Cireunghas. *Jurnal Ventilator*, 2(1), Article 1. <https://doi.org/10.59680/VenTilator.v2i1.998>
- Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dalam Pemberian Gizi Seimbang Dengan Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Keperawat An*, 14(S1), Article S1. <https://doi.org/10.32583/Keperawatan.v14is1.4>
- Infodatin, Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan Ri. issn.2442-7-7659
- Kementerian Kesehatan Ri. (2016). Situasi Balita Pendek (*Stunting*) Di Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Ri. 2016. Standa R Antropometri Penilaian Status Gizi Anak. Jakarta: Buletin Jendela Data Dan Informasi.
- Kemntrian Kesehatan Ri. 2022. Situasi Keperawatan Widya Gantari Indonesia, 5(2), Article 2. <https://doi.org/10.52020/jk.wgi.v5i2.3172>
- Kisnawaty, S. W., Arifah, I., Viviandita, J., Pramitajati, I., & Hanifah, D.
- M. T. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), 14. <https://doi.org/10.36565/Jab.v9i1.149>
- Mutingah, Z., & Rokhaidah, R. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Perilaku Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal*
- N. (2023). Hubungan Perilaku Ibu Dalam Pemenuhan Gizi Balita Dengan Status Gizi Berdasarkan Indeks Tb/U Pada Balita Di Puskesmas Purwantoro 1. *Jurnal Ners*, 7(1), 663-667. <https://doi.org/10.31004/jn.v7i1.13923>
- Notoatmodjo. (2018). Metodologi

- Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta. Naibaho, R. M., Doloksaribu, T. M., & Silaban, J. (2024). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Balita Dengan Upaya Pencegaha Stunting Di Desa Bintang Wilayah Kerja Puskesmas Batang Beruh Kecamatan Sidikalang Tahun 2023. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 10(2), Article 2. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v10i2.1685>
- Pramuditya. (2020). Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Samsuddin, Et All. (2023). Stunting Dan Permasalahannya. Jawa Tengah. Eureka Media Aksara
- Saputra, M. R., Malik, R., Fitriyasti, B., & Wahyuni, S. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia4 Sampai 13 Tahun. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/MeNarailmu/article/view/4000> <https://doi.org/10.31004/cdj.v5i3.26991>
- Sari, N. A. M. E., Mirayanti, N. A. K., & Adriana, K. R. F. (2022).
- Supirno, S., Nurmalisa, B. E., Malik, S. A., Amir, A., & Patompo, M. F. D. (2022a). Pengetahuan Tentan Gizi Dan Upaya Pencegahan Stunting Pada Ibu Penyintas Bencana Yang Memiliki Balita Di Hunian Tetap Tondo Kota Palu: *Jurnal Kolaboratif Sains*, 5(9), Article 9. <https://doi.org/10.56338/jks.v5i9.2805>
- Unicef Indonesia. (2013). Ringkasan Kajian Gizi Ibu Dan Anak, Oktober 2018 [AkseWww.Unicef.Org](http://www.unicef.org) Tanggal 16Desember 2013.
- World Health Organization. (2020). World Health Statistics: Who Library Cataloguing In Publication Data; 2020 [Diakses Tanggal18 Mei 2018].