

## Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Perubahan Perilaku Ibu Dalam Pemenuhan Gizi Balita Di Puskesmas Uleekareng Kota Banda Aceh

*The Effect of Health Promotion on Changes in Mothers' Behavior in Fulfilling Toddler Nutrition at Uleekareng Community Health Center, Banda Aceh City*

Sari Puspita<sup>1</sup>, Yuliani Safmila<sup>2\*</sup>, Ismail<sup>3</sup>, Said Usman<sup>4</sup>, Yunita<sup>5</sup>, Nisrina Hanum<sup>6</sup>, Evi Dewi Yani<sup>7</sup>

<sup>1,2,5,6,7</sup>Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Serambi Mekkah, Aceh, Indonesia

<sup>3</sup>Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Aceh Jln. Soekarno-Hatta, Lagang, Kecamatan Darul Imarah, Kabupaten Aceh Besar

<sup>4</sup>Magister Kesehatan Masyarakat, Universitas Syiah Kuala, Aceh, Indonesia

\*Email: [yulianisafmila@serambimekkah.ac.id](mailto:yulianisafmila@serambimekkah.ac.id)

Received date : 19-04-2026	Revised date : 24-04-2026	Accepted date : 30-04-2026
-------------------------------	------------------------------	-------------------------------

**Abstrak:** Kekurangan gizi baik secara akut (*underweight* dan *wasting*) maupun kronis (*stunting*) berkontribusi terhadap peningkatan angka kejadian penyakit, kematian, serta gangguan perkembangan fisik dan kognitif. Prevalensi *stunting* di Aceh masih di atas target Nasional. Intervensi promosi kesehatan melalui penyuluhan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan perubahan sikap ibu dalam pemenuhan gizi balita untuk pencegahan *stunting*. Penelitian ini menggunakan metode *quasy experiment design* (eksperimen semu) melalui *without control group pretest-posttest*. Sampel penelitian ibu dengan anak usia 0-59 Bulan di wilayah kerja Puskesmas Uleekareng Kota Banda Aceh sebanyak 20 orang. Pemberian promosi kesehatan menggunakan metode penyuluhan melalui media leaflet dengan durasi 2 x 30 menit selama rentang waktu penelitian dilakukan. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner dengan uji statistik yaitu uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh promosi kesehatan melalui penyuluhan menggunakan leaflet terhadap peningkatan pengetahuan ( $p=0,001$ ) dan sikap ( $p=0,000$ ) ibu tentang pemenuhan gizi balita. Promosi kesehatan dengan metode penyuluhan menggunakan media leaflet terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu dengan harapan dapat merubah perilaku ibu dalam pemenuhan gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Uleekareng Kota Banda Aceh. Disarankan kepada responden untuk terus meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang pemenuhan gizi sehat dan seimbang bagi balita baik secara langsung maupun melalui berbagai media informasi lainnya sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat khususnya balita.

**Kata Kunci:** Pemenuhan Gizi; Balita; Penyuluhan; Leaflet; Pengetahuan; Sikap

**Abstract:** Acute malnutrition (*underweight* and *wasting*) and chronic malnutrition (*stunting*) contribute to increased rates of illness, mortality, and impaired physical and cognitive development. The prevalence of *stunting* in Aceh remains above the national target. Health promotion interventions through counselling are expected to improve mothers' knowledge and attitudes regarding the fulfilment of toddlers' nutritional needs, thereby preventing *stunting*. This study employed a quasi-experimental design using a one-group pretest-posttest approach without a control group. The study sample consisted of 20 mothers with children aged 0–59 months in the working area of Puskesmas Uleekareng. Health promotion was delivered through counselling sessions, utilising leaflet media, for 2 × 30-minute sessions during the study period. Data were collected using questionnaires and analysed using the Wilcoxon test. The results showed that health promotion through counseling using leaflets significantly improved mothers' knowledge ( $p = 0.001$ ) and attitudes ( $p = 0.000$ ) regarding the fulfillment of toddlers' nutritional needs. Health promotion through



*counselling with leaflet media was proven to improve mothers' knowledge and attitudes, with the expectation of encouraging behavioral changes in fulfilling toddlers' nutritional needs in the working area of Puskesmas Uleekareng. Respondents are encouraged to continue improving their knowledge and attitudes regarding healthy and balanced nutrition for toddlers, both directly and through various information media, in order to improve public health status, particularly among toddlers.*

**Keywords:** *Nutritional Intake; Toddlers; Health Education; Leaflet; Knowledge; Attitude*

## PENDAHULUAN

Kesehatan dan pertumbuhan anak merupakan indikator utama dari keberhasilan pembangunan sosial dan ekonomi suatu bangsa. Secara global, masalah kekurangan gizi pada anak usia di bawah lima tahun (balita) masih menjadi tantangan utama yang berdampak terhadap kualitas sumber daya manusia<sup>1</sup>. Kekurangan gizi baik secara akut (*underweight* dan *wasting*) maupun kronis (*stunting*) berkontribusi terhadap peningkatan angka kejadian penyakit, kematian, serta gangguan perkembangan fisik dan kognitif<sup>2,3</sup>.

Secara global, masalah gizi pada anak masih menjadi tantangan besar. Berdasarkan laporan *Joint Child Malnutrition Estimates (JME) 2025* dari World Health Organization, UNICEF, dan World Bank, pada tahun 2024 terdapat sekitar 150,2 juta (23,2%) balita mengalami stunting, 42,8 juta mengalami wasting, dan 35,5 juta mengalami overweight di seluruh dunia. Selain itu, sekitar 12,2 juta anak mengalami wasting berat, yang berisiko tinggi terhadap kematian. Meskipun prevalensi stunting menunjukkan tren penurunan dalam beberapa dekade terakhir, angka tersebut masih sangat tinggi dan sebagian besar terjadi di wilayah Asia dan Afrika<sup>4</sup>.

Masalah gizi balita masih menjadi perhatian utama di Indonesia karena berdampak pada kualitas kesehatan dan perkembangan anak. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) dan Survei Status Gizi

Indonesia (SSGI) menunjukkan bahwa prevalensi stunting mengalami penurunan dari 37,2% pada tahun 2013 menjadi 19,8% pada tahun 2024, termasuk penurunan sebesar 1,7% dari tahun 2023. Prevalensi wasting juga cenderung menurun menjadi 7,4%, serta overweight turun menjadi 3,4%. Namun demikian, prevalensi underweight justru meningkat dari 15,9% pada tahun 2023 menjadi 16,8% pada tahun 2024. Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat perbaikan pada beberapa indikator, masalah gizi pada balita masih belum sepenuhnya teratasi dan memerlukan upaya penanganan yang lebih komprehensif dan berkelanjutan<sup>5</sup>.

Upaya pencegahan stunting dapat dilakukan melalui promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap sehingga mengubah perilaku ibu dalam pemenuhan gizi balita. Promosi kesehatan merupakan proses pemberian informasi kesehatan agar masyarakat mampu menerapkan perilaku hidup sehat. Salah satu bentuk promosi kesehatan yang sering dilakukan di puskesmas adalah penyuluhan menggunakan media edukasi yang efektif sehingga pesan kesehatan lebih mudah dipahami dan diterapkan oleh sasaran<sup>6,7</sup>.

Puskesmas adalah unit pelayanan kesehatan tingkat dasar yang bertanggung jawab dan berperan menyelenggarakan upaya kesehatan wajib bagi masyarakat salah satunya adalah promosi kesehatan<sup>8</sup>. Promosi kesehatan yang telah dilakukan dalam



pengecahan stunting pada puskesmas mencakup penyuluhan tentang pentingnya gizi seimbang, terutama pada ibu hamil dan balita, termasuk pemberian ASI eksklusif dan MPASI yang bergizi, pelatihan kader posyandu mengenai pemantauan tumbuh kembang anak, pemberian makanan bergizi, dan deteksi dini stunting serta penyuluhan tentang pentingnya kebersihan lingkungan dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)<sup>9</sup>.

Berdasarkan Profil Kesehatan Kota Banda Aceh Tahun 2023, persentase balita 0-59 Bulan mencakup kategori pendek dan stunting Tahun 2023 di Puskesmas Uleekareng Kota Banda Aceh sebesar 9,1 % di mana angka tersebut sudah lebih baik dibandingkan dengan kecamatan lainnya di Kota Banda Aceh, namun Kecamatan Uleekareng termasuk ke dalam 3 (tiga) kecamatan tertinggi balita dengan berat badan kurang (BB/U) sebesar 13,1% selain Kecamatan Meuraxa (16,9%) dan Kecamatan Jeulingke (14,25)<sup>10</sup>. Laporan Status Gizi Balita Puskesmas Uleekareng Tahun 2024, terdapat 83 Balita dengan status stunting, 52 Balita dengan status wasting dan 146 Balita dengan status *underweight*<sup>11</sup>.

Beberapa hasil literatur menunjukkan adanya pengaruh promosi kesehatan terhadap perubahan perilaku ibu mencakup pengetahuan dan sikap. Salah satu penelitian di Lembang Tandung Nanggala menunjukkan ada pengaruh promosi kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang menyediakan makanan bergizi bagi balita<sup>12</sup>. Salah satu studi literatur juga menunjukkan dari 9 artikel penelitian yang direview oleh peneliti terdapat 5 penelitian yang membahas tentang media promosi kesehatan berupa media cetak yaitu leaflet, *flipchart*, dan *booklet*. Empat

penelitian tersebut menunjukkan ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberi pendidikan kesehatan melalui media cetak baik leaflet, *flipchart*, dan *booklet*<sup>13</sup>.

Meskipun beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa promosi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan ibu, namun sebagian besar penelitian hanya berfokus pada perubahan pengetahuan tanpa menilai perubahan sikap ibu dalam pemenuhan gizi balita secara lebih luas. Selain itu, penggunaan media leaflet yang juga masih terbatas digunakan di wilayah puskesmas khususnya di puskesmas Uleekareng. Padahal, dalam konteks promosi kesehatan, media leaflet merupakan salah media yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan karena praktis, mudah dibaca, dan membantu penyampaian informasi kesehatan secara jelas<sup>14,15</sup>. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh promosi kesehatan menggunakan media leaflet terhadap perubahan perilaku ibu dalam pemenuhan gizi balita di Puskesmas Uleekareng Kota Banda Aceh.

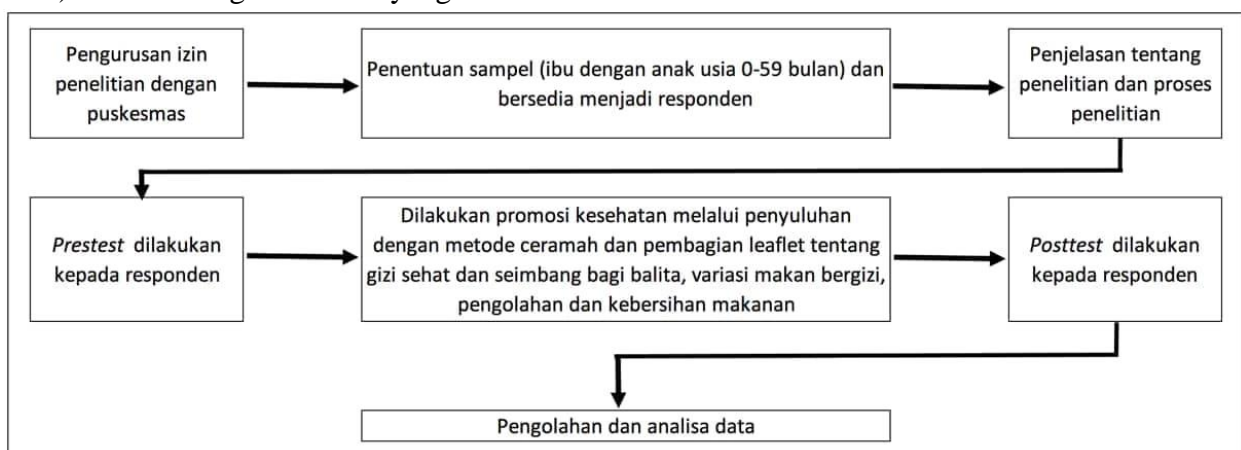
Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan strategi promosi kesehatan berbasis media cetak di puskesmas, khususnya dalam upaya peningkatan perilaku ibu terkait pemenuhan gizi balita. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi bahan evaluasi dan pertimbangan bagi tenaga kesehatan dalam memilih media edukasi yang efektif untuk mendukung program pencegahan masalah gizi pada balita.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan penelitian *quasy experiment design* (eksperimen semu) melalui rancangan penelitian *without control group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini yaitu ibu yang memiliki anak usia 0-59 Bulan berada di wilayah kerja Puskesmas Uleekareng Kota Banda Aceh. Sampel dalam penelitian yaitu ibu yang memiliki anak usia 0-59 Bulan. Jumlah sampel dalam penelitian ditentukan berdasarkan teori Gay dan Diehl (1992) yang menyatakan bahwa “apabila penelitian eksperimental, sampel minimumnya adalah 15 subjek per grup” (Rahim dan Sa’odah, 2020). Sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu 20 (dua puluh) orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi dalam sampel yaitu ibu yang memiliki bayi 0-59 Bulan, tinggal di wilayah kerja Puskesmas Uleekareng Kota Banda Aceh dan bersedia menjadi responden. Sedangkan kriteria eksklusi yaitu tidak bersedia menjadi responden.

Proses penelitian dilakukan langsung oleh peneliti selama lebih kurang 14 (empat belas) hari dengan alur yang diawali

kesediaan responden untuk menjadi objek penelitian. Selanjutnya responden diberikan kuesioner *pretest* dalam bentuk *google form* yang dibagikan melalui perangkat *handphone/gawai* untuk mengetahui tingkat pengukuran awal pengetahuan dan sikap sebelum intervensi dilakukan. Kemudian dilakukan intervensi promosi kesehatan dengan metode penyuluhan ceramah dan diskusi menggunakan media leaflet berisikan materi tentang gizi balita dan permasalahan tentang stunting dengan durasi 30 menit serta memberikan leaflet kepada responden sebagai bahan bacaan di rumah. Selanjutnya, selama 2 (dua) kali dalam masa penelitian, peneliti menghubungi responden melalui *handphone/gawai* untuk mengingatkan responden agar membaca kembali leaflet yang telah dibagikan. Pada hari terakhir penelitian, peneliti melakukan pengukuran akhir dengan berikan kuesioner *posttest*, untuk mengetahui ada tidaknya peningkatan pengetahuan dan sikap responden setelah penyuluhan dilakukan (Lihat Gambar 1). Kuesioner yang digunakan dalam penelitian di adopsi dari penelitian sebelumnya<sup>16,17</sup>.



**Gambar 1. Prosedur Pengumpulan Data**

Analisa data dilakukan univariat dan bivariat. Data untuk univariat meliputi

distribusi dan persentase dari variabel penelitian yaitu karakteristik ibu balita (umur,

pendidikan ibu, pekerjaan ibu, jumlah anak usia balita yang dimiliki, dan sumber informasi stunting) di Puskesmas Uleekareng. Untuk mendeskripsikan meliputi nilai minimum, maksimum standar, mean dan median serta standar deviasi. Analisa bivariat dilakukan untuk menghasilkan pengaruh penyuluhan menggunakan media leaflet terhadap perubahan pengetahuan dan sikap ibu. Uji statistik yang digunakan yaitu uji non parametrik (uji *Wilcoxon*) dikarenakan data tidak berdistribusi normal.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu dengan Anak Usia 0-59 Bulan di Puskesmas Uleekareng Kota Banda Aceh**

No.	Karakteristik	f	%
1	<b>Umur</b>		
	20-30 Ahun	17	85,0
	20-31 > 30 Tahun	3	15,0
2	<b>Pendidikan</b>		
	Tamat SMA/Sederajat	11	55,0
	D2/D3	3	15,0
	S1/S2/S3	6	30,0
3	<b>Pekerjaan</b>		

**Tabel 2. Distribusi Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Anak Usia 0-59 Bulan Sebelum dan Sesudah Diberikan Promosi Kesehatan Dalam Pemenuhan Gizi Anak di Puskesmas Uleekareng Kota Banda Aceh**

No.	Variabel	Min	Max	Mean	Median	Standar Deviasi
1	Pengetahuan <i>pretest</i>	16	20	17,95	17,00	1,432
2	Pengetahuan <i>posttest</i>	19	20	19,85	20,00	0,366
3	Sikap <i>pretest</i>	51	60	56,20	56,00	3,002
4	Sikap <i>posttest</i>	59	60	59,55	60,00	0,510

Berdasarkan Tabel 2 di atas dapat diketahui bahwa rata-rata pengetahuan ibu

No.	Karakteristik	f	%
	<b>Ibu Rumah Tangga</b>	11	55,0
	Wiraswasta	3	15,0
	Swasta	4	20,0
	ASN (PNS/PPPK)	2	10,0
4	<b>Jumlah Anak Balita</b>		
	1 Orang	13	65,0
	2 Orang	6	30,0
	3 Orang	1	5,0
6	<b>Sumber Informasi</b>		
	<b>Stunting</b>	11	55,0
	Penyuluh Posyandu/Kader	3	15,0
	Info di Puskesmas/Rumah Sakit		
	TV/Radio/Media Online	6	30,0

Tabel 1 di atas, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 20-30 Tahun yaitu sebanyak 17 orang (85%) dengan pendidikan akhir responden paling banyak Tamat SMA/Sederajat sebesar 11 orang (55%). Untuk pekerjaan responden hampir sebagian besar sebagai Ibu Rumah Tangga yaitu sebanyak 11 orang (55%). Pada saat penelitian dilakukan, seluruh responden menjawab sudah pernah mendapatkan informasi tentang stunting dan gizi balita yaitu sebanyak 20 orang (100%) dengan sumber informasi paling banyak didapat yaitu melalui penyuluh posyandu/kader sebesar 11 orang (55%).

sebelum diberikan promosi kesehatan melalui penyuluhan dengan menggunakan leaflet yaitu

17,95 dan setelah diberikan penyuluhan meningkat menjadi 19,85. Sedangkan pada nilai rata-rata sikap ibu sebelum diberikan

promosi kesehatan melalui penyuluhan dengan menggunakan leaflet yaitu sebesar 56,20 dan meningkat menjadi 59,55.

**Tabel 3. Perbedaan Pengetahuan Ibu dengan Anak Usia 0-59 Bulan Sebelum dan Sesudah Diberikan Promosi Kesehatan Dalam Pemenuhan Gizi Anak di Puskesmas Uleekareng Kota Banda Aceh**

Pengetahuan	N	Rerata	Selisih	Positive Rank	Negative Rank	Ties	p-value
Pretest	20	17,95	1,90	15	0	5	0,001
Posttest	20	19,85					

Tabel 3 menunjukkan hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* untuk mengetahui efektivitas promosi kesehatan melalui penyuluhan menggunakan leaflet terhadap peningkatan pengetahuan ibu menunjukkan bahwa ada perbedaan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan, dimana mayoritas responden mengalami peningkatan dan nilai signifikansi  $p < 0,05$  ( $p = 0,001$ ). Terdapat 15 orang responden yang menunjukkan adanya peningkatan skor (*positive ranks*) dan 5 orang responden yang tetap pengetahuannya (*ties*) setelah diberikan intervensi.

Responden sebagian besar berusia pada rentang 20-30 Tahun dimana pada usia tersebut merupakan usia dewasa yang memiliki daya nalar yang berjalan dengan baik sehingga mudah untuk meningkatkan kepercayaan diri sebagai bekal dalam melanjutkan kehidupan yang lebih baik dengan tingkat pendidikan responden sebagian besar Tamat SMA/Sederajat, maka responden akan dapat lebih cepat memahami informasi yang didapat pada saat penyuluhan diberikan. Selain itu, melalui penelitian ini juga dapat tergambarkan bahwa tingkat pendidikan yang dimiliki seseorang dapat sangat mempengaruhi individu tersebut dalam berperilaku hidup sehat sehari-hari. Responden dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi, lebih banyak mengetahui dan

memahami terhadap pemenuhan gizi keluarga dibandingkan dengan responden dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah.

Penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan di Puskesmas Malalak Kabupaten Agam yang menunjukkan ada adanya perbedaan pengetahuan ibu tentang stunting setelah diberi intervensi gizi melalui leaflet dengan  $p \text{ value} = 0,000$ <sup>18</sup>. Adanya proses pendidikan responden yang dapat mempengaruhi pengetahuan responden, karena semakin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah orang tersebut menerima dan memahami informasi<sup>12</sup>. Begitu juga penelitian yang dilakukan di RSUD KH. Hayyung Kabupaten Kepulauan Selayar yang menunjukkan penggunaan media *leaflet* meningkatkan pengetahuan ibu tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sebelum dan sesudah diberi penyuluhan dengan media leaflet. Nilai rata-rata pengetahuan ibu sebelum diberi penyuluhan sebesar 60,69 meningkat menjadi 78,62 setelah diberi penyuluhan<sup>19</sup>.

Penyuluhan mengenai gizi seimbang pada balita sangat penting, terutama bagi ibu yang masih memiliki keterbatasan pemahaman terkait gizi. Tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dapat terlihat dari kemampuannya dalam memilih bahan makanan yang tepat untuk memenuhi kebutuhan keluarga. Oleh karena itu, pengetahuan dan

keterampilan ibu dalam menentukan pilihan makanan sangat berpengaruh terhadap susunan menu keluarga<sup>20</sup>.

Penyuluhan gizi merupakan salah satu upaya penting dalam meningkatkan status gizi balita. Pendidikan kesehatan yang diberikan dapat memengaruhi perilaku individu, terutama apabila informasi yang diterima dapat dipahami dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Penerapan tersebut diharapkan mampu mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih baik. Dalam hal ini, ibu memiliki peran yang sangat penting karena menjadi pihak utama dalam pengasuhan dan pemenuhan kebutuhan gizi anak, sehingga berkontribusi besar dalam peningkatan status gizi balita<sup>21</sup>.

Pengetahuan keluarga terutama ibu tentang pemberian makan perlu ditingkatkan dengan cara memberikan pendidikan kesehatan tentang pentingnya nutrisi untuk mengatasi permasalahan gizi pada anak usia balita. Melalui usaha ini diharapkan ibu balita dapat memahami makanan dan gizi, sehingga terbentuk sikap dan perubahan ke arah pola

makan yang lebih baik. Selain itu, faktor tingkat pendidikan dan status pekerjaan seseorang juga sangat mempengaruhi pemahaman dan cara berfikir. Semakin tinggi pendidikan maka semakin mudah orang tersebut untuk menerima dan memahami informasi. Dengan pendidikan tinggi maka seseorang akan cenderung untuk mendapat informasi, secara langsung baik dari orang lain maupun dari media lainnya.

Selain itu, semakin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula informasi yang didapat tentang kesehatan. Pendidikan kesehatan melalui penyuluhan merupakan salah satu upaya untuk dapat meningkatkan pengetahuan serta perubahan sikap ibu tentang asupan gizi, pentingnya pendidikan kesehatan bagi masyarakat yang dilakukan secara terus menerus dapat meningkatkan pengetahuan dan merubah sikap menjadi lebih baik mengenai masalah gizi pada keluarga. Demikian juga dengan status pekerjaan seseorang, orang yang bekerja cenderung lebih cepat mendapatkan informasi terbaru di bidang kesehatan khususnya.

**Tabel 4. Perbedaan Sikap Ibu dengan Anak Usia 0-59 Bulan Sebelum dan Sesudah Diberikan Promosi Kesehatan Dalam Pemenuhan Gizi Anak di Puskesmas Uleekareng Kota Banda Aceh**

Sikap	N	Rerata	Selisih	Positive Rank	Negative Rank	Ties	p-value
Pretest	20	56,20	3,35	16	0	4	0,001
Posttest	20	59,55					

Tabel 4 menunjukkan hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan bahwa ada perbedaan sikap ibu sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan, dimana mayoritas responden mengalami peningkatan dan nilai signifikansi  $p < 0,05$  ( $p = 0,000$ ). Terdapat 16 orang responden yang menunjukkan adanya peningkatan skor (*positive ranks*) dan 4 orang responden yang tetap sikapnya (*ties*) setelah diberikan intervensi.

Tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dalam memilih makanan yang menentukan mudah tidaknya seseorang memahami manfaat kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi. Pengetahuan gizi yang baik diharapkan mempengaruhi konsumsi makanan yang baik, sehingga dapat menuju status gizi yang baik pula. Pengetahuan gizi juga mempunyai peran sangat penting dalam pembentukan kebiasaan makan



seseorang. Sehingga penyuluhan kesehatan yang diberikan dapat mempengaruhi sikap ibu tentang gizi seimbang balita menjadi lebih baik.

Hasil pada penelitian ini sejaland dengan penelitian yang dilakukan di wilayah Pesisir Pekanbaru yang menunjukkan ada pengaruh edukasi kesehatan dengan media leaflet terhadap sikap ibu tentang gizi balita dengan  $p\text{-value} = 0,000^{22}$ . Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan di Posyandu Desa Sembung Kecamatan Wedi Kabupaten Klaten menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan yang menentukan mudah tidaknya seseorang memahami manfaat kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi<sup>23</sup>.

Menurut teori *Health Belief Model* dan konsep *Knowledge-Attitude-Practice (KAP)*, di mana peningkatan pengetahuan melalui informasi yang tepat dapat membentuk sikap yang lebih positif<sup>7,24</sup>. Leaflet sebagai media edukasi berperan dalam menyampaikan informasi secara sederhana, menarik, dan mudah dipahami, sehingga mampu meningkatkan pemahaman ibu yang pada akhirnya memengaruhi sikap dalam pemenuhan gizi balita.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa sikap seseorang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan dan lingkungan individu. Ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki sikap yang lebih baik dalam menerapkan perilaku hidup sehat. Selain itu, sikap responden juga dipengaruhi oleh penerimaan informasi yang efektif, terutama ketika disampaikan oleh pihak yang dianggap kredibel seperti tenaga kesehatan dan kader. Hal ini memperkuat kepercayaan ibu terhadap informasi yang diberikan, sehingga mendorong terbentuknya sikap positif dalam mendukung pertumbuhan anak dan pencegahan stunting.

Pemberian penyuluhan kesehatan mengenai gizi dan pencegahan stunting diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk sikap yang berkelanjutan menjadi kebiasaan dan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, guna mencapai derajat kesehatan yang optimal.

## KESIMPULAN

Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang gizi balita, diketahui bahwa adanya peningkatan pengetahuan ibu dari skor 17,95 menjadi 19,85 dan peningkatan sikap dari 56,20 menjadi 59,55. Ada pengaruh promosi kesehatan dengan metode penyuluhan menggunakan media leaflet terhadap pengetahuan ( $p=0,001$ ) dan sikap ibu ( $p=0,000$ ) dalam pemenuhan gizi balita sebagai upaya pencegahan stunting di Puskesmas Uleekareng Kota Banda Aceh.

## SARAN

Disarankan kepada ibu balita untuk terus meningkatkan pengetahuan dan sikap dalam pemenuhan gizi seimbang melalui berbagai sumber informasi. Pihak puskesmas diharapkan dapat mengoptimalkan kegiatan promosi kesehatan secara rutin dengan memanfaatkan media edukasi seperti leaflet. Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian yang lebih mendalam terkait upaya peningkatan gizi balita guna mendukung pencegahan stunting.

## DAFTAR PUSTAKA

1. UNICEF, WHO. Child Malnutrition. Published 2024. <https://data.unicef.org/topic/nutrition/malnutrition/>
2. Imeldawati R. Dampak terjadinya stunting terhadap perkembangan



- kognitif anak: literature review. *J Med Nusant.* 2025;3(1):101-107.
3. Baik Y, Owen AJ, Fisher J, Tran T, Ademi Z. Lifetime impact of being underweight or overweight/obese during childhood in Vietnam. *BMC Public Health.* 2022;22(1):645.
  4. WHO, UNICEF World Bank Group. Levels and trends in child malnutrition. Published online 2025:1-24.
  5. Kemenkes RI. *SSGI 2024 Dalam Angka.* Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2025.
  6. Kirana R, Aprianti A, Hariati NW. Pengaruh Media Promosi Kesehatan Terhadap Perilaku Ibu Dalam Pencegahan Stunting Di Masa Pandemi Covid-19 (Pada Anak Sekolah Tk Kunci Harapan Banjarbaru). *J Inov Penelit.* 2022;2(9):2899-2906.
  7. Notoatmodjo S. *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi.* Rineka Cipta; 2022.
  8. Kemenkes RI. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2019 Tentang Pusat Kesehatan Masyarakat.* Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2019.
  9. Khumairoh AS, Sary KA, Juwita R. Strategi komunikasi pencegahan stunting oleh Puskesmas Palaran. *J Indones Manaj Inform Dan Komun.* 2024;5(3):2510-2522.
  10. Dinkes Kota Banda Aceh. *Profil Kesehatan Kota Banda Aceh Tahun 2024.* Dinas Kesehatan Kota Banda Aceh; 2025.
  11. Puskesmas Uleekareng. *Profil Puskesmas Uleekareng.* Puskesmas Uleekareng; 2025.
  12. Hardi K, Allo OA, Bannepadang C. Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Menyediakan Makanan Bergizi Bagi Balita di Lembang Tandung Nanggala. *J Ilm Kesehat Promot.* 2024;8(2):85-99.
  13. Ernawati A. Media promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang stunting. *J Litbang Media Inf Penelitian, Pengemb Dan IPTEK.* 2022;18(2):139-152.
  14. Landi M, Judijanto L, Setianingsih S, et al. *Promosi Kesehatan.* PT. Sonpedia Publishing Indonesia; 2025.
  15. Handayani L. Media Sebagai Edukasi Intervensi Promosi Kesehatan Masyarakat di Indonesia. *Media Publ Promosi Kesehat Indones.* 2022;5(2):123-133.
  16. Deviyanti NWS. Gambaran pengetahuan, sikap dan perilaku ibu dalam upaya pencegahan stunting di desa mengani. *Fak Kesehat Progr Stud Sarj Keperawatan Inst Teknol Dan Kesehat Bali Denpasar.* Published online 2022.
  17. Agustin VA. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Terhadap Resiko Terjadinya Stunting pada Periode Prenatal di Puskesmas Mijen 1 Demak. Published online 2021.
  18. Harleni H, Yanti R, Wahyu Diana N. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Brainstorming Booklet Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Balita Stunting Di Puskesmas Malalak Tahun 2021. *Ensiklopedia of Journal,* 4 (3), 148–158. *Ensiklopedia J.* 2022;4(3):148-158.
  19. Anwar S, Akib RD, Ariyana A. Pengaruh Health Education dengan Leaflet terhadap Pengetahuan Ibu Hamil



- tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan di RSUD KH Hayyung Kabupaten Kepulauan Selayar. *Panthera J Ilm Pendidik Sains dan Terap.* 2025;5(3):874-884.
20. Jasmawati RS, Setiadi R. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Balita: Systematic Review. *Mahakam Midwifery J.* 2020;15(402):87-92.
21. Rahmanindar N, Harnawati RA. Pengaruh penyuluhan program isi piringku terhadap peningkatan sikap dan perilaku ibu dalam manangani balita gizi buruk. *J Med (Media Inf Kesehatan).* 2020;7(2):259-270.
22. Johari A, Agrina A, Putri SA. Pengaruh Edukasi Kesehatan Dengan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Gizi Balita Di Wilayah Pesisir Pekanbaru. *JUKEJ J Kesehat Jompa.* 2023;2(1):111-121.
23. Juwartini D. Pengaruh Penyuluhan Pola Makan Gizi Seimbang Dengan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Tindakan Ibu Balita Stunting Di Posyandu Desa Sembung Kecamatan Wedi Kabupaten Klaten. *J Keperawatan.* 2023;15(01):37.
24. Glanz K, Rimer BK, Viswanath K. *Health Behavior: Theory, Research, and Practice.* John Wiley & Sons; 2015.
25. Riansyah, F., Ramadana, V. S., Farida, E. K., & Fajriansyah, F. (2025). Keberlangsungan Dukungan Keluarga Dengan Peningkatan Pengobatan Tbc Di Uptd Puskesmas Langkahan. *Teewan Journal Solutions*, 2(3), 108-116.
26. Riansyah, F., Utama, R. J., & Musdiani, M. (2023). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Guna Mencegah Terjadi nya Penyakit menular Pada Masyarakat Tibang. Geulayang: Jurnal
- Pengabdian Kepada Masyarakat, 1(1), 34-39.