JHR
JOURNAL OF HEALTH AND RELIGION
ACADEMIC SOLUTION PUBLISHER

HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI SEIMBANG DENGAN PENCEGAHAN STUNTING PADA BALITA DI POSYANDU KENANGA MEDAN DENAI

Huriya Al Humaira Siagian[1], Sakina T.A Harahap[1], Dinda Maulida Nur[1], Anasya Prananda[1], Silvina Mutia Afrianda[1], Ikhwanil Marwiyah[1], Putra Apriadi Siregar[1], Muhammad Rizki Nugroho[2]

[1]*Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan*
[2]*BKKBN Sumatera Utara*
**Corresponding Author: dindamaulidanur@gmail.com*

Article Info

Article history:

Received : 1 Juli 2025
Accepteance : 29 Juli 2025
Published : 31 April 2025
Available online
http://aspublisher.co.id/index.php/jhr

E-ISSN: 3090-1529

How to cite:

Siagian, H. A. H., Harahap, S. T. ., Nur, D. M., Prananda, A., Afrianda, S. M., Marwiyah, I., Siregar, P. A., & Nugroho, M. R. (2025). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian ISPA di Lingkungan II, Kelurahan Nelayan Indah, Kecamatan Medan Labuhan. Journal of Health and Religion, 2(3), 148–158.

This is an open access article under the CC BY-SA license

ABSTRACT

Stunting, or short stature, is a growth disorder in infants (0–11 months) and toddlers (12–59 months) caused by chronic malnutrition, particularly in the first 1,000 days of life. Malnutrition begins in the womb and continues through birth, but symptoms of stunting usually appear after the child is 2 years old. The impacts are quite serious, including decreased intelligence, susceptibility to disease, low productivity, and impacts on economic growth and exacerbates poverty. This study aimed to examine the relationship between maternal knowledge about balanced nutrition and efforts to prevent stunting among toddlers at the Kenanga Integrated Health Post (Posyandu) in Tegal Sari Mandala I, Medan Denai District. This was a cross-sectional study using total sampling involving 30 mothers with toddlers. The majority of respondents were aged 20–35 years (80%). Results showed that although most mothers had low or moderate knowledge of balanced nutrition, many still carried out good preventive efforts. However, statistical analysis revealed no significant relationship between maternal knowledge and stunting prevention behavior (p = 0.719). These findings suggest that other external factors may influence mothers' behavior in preventing stunting beyond knowledge alone.

Keywords: *Mother's Knowledge, Balanced Nutrition, Stunting Prevention.*

ABSTRAK

Stunting, atau pertumbuhan yang terhambat, adalah gangguan pertumbuhan pada bayi (0–11 bulan) dan balita (12–59 bulan) yang disebabkan oleh malnutrisi kronis, terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan. Malnutrisi dimulai di dalam kandungan dan berlanjut hingga kelahiran, tetapi gejala stunting biasanya muncul setelah anak berusia 2 tahun. Dampaknya cukup serius, termasuk penurunan kecerdasan, rentan terhadap penyakit,

produktivitas rendah, dan dampak pada pertumbuhan ekonomi serta memperparah kemiskinan. Studi ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dan upaya pencegahan stunting pada balita di Posyandu Terpadu Kenanga di Tegal Sari Mandala I, Kecamatan Medan Denai. Ini adalah studi potong lintang dengan sampling total melibatkan 30 ibu dengan balita. Sebagian besar responden berusia 20–35 tahun (80%). Hasil menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar ibu memiliki pengetahuan rendah atau sedang tentang gizi seimbang, banyak yang tetap melakukan upaya pencegahan yang baik. Namun, analisis statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dan perilaku pencegahan stunting ($p = 0.719$). Temuan ini menyarankan bahwa faktor eksternal lain mungkin mempengaruhi perilaku ibu dalam mencegah stunting di luar pengetahuan saja.

Kata Kunci: Pengetahuan Ibu, Gizi Seimbang, pencegahan Stunting.

1. PENDAHULUAN

Salah satu target dari *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang masuk dalam tujuan pembangunan berkelanjutan kedua adalah menghapuskan kelaparan dan semua bentuk malnutrisi pada tahun 2030, serta mewujudkan ketahanan pangan. Target yang ditetapkan mencakup pengurangan angka stunting sebesar 40% pada tahun 2025 (N. A. M. E. Sari et al., 2022).

Stunting atau kondisi tubuh pendek diartikan sebagai gangguan pertumbuhan pada bayi (0-11 bulan) dan anak balita (12-59 bulan) akibat kekurangan gizi kronis, terutama selama 1.000 hari pertama kehidupan, sehingga anak memiliki tinggi badan yang tidak sesuai dengan usianya. Kekurangan gizi ini dimulai sejak bayi masih dalam kandungan dan berlanjut pada masa awal kelahiran, namun stunting biasanya baru terlihat setelah anak mencapai usia 2 tahun. Dampaknya meliputi penurunan kecerdasan, peningkatan kerentanan terhadap penyakit, penurunan produktivitas, dan dapat menghambat pertumbuhan ekonomi, serta memperburuk tingkat kemiskinan dan ketimpangan (Arnita et al., 2020).

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia 2023, prevalensi *stunting* secara nasional tercatat sebesar 21,5%, mengalami penurunan sebesar 0,1% dibandingkan dengan tahun 2022. Provinsi Lampung umumnya memiliki angka prevalensi *stunting* yang rendah pada balita, yaitu 14,9%, menempatkannya di posisi ketiga terendah dibandingkan provinsi lainnya. Angka *stunting* di Provinsi Lampung juga terus menunjukkan penurunan dari tahun ke tahun. Namun, jika dilihat lebih rinci pada tingkat kabupaten dan kota,

masih ada beberapa wilayah dengan prevalensi *stunting* yang cukup tinggi, seperti Kabupaten Lampung Barat (24,6%), Lampung Utara (23,5%), Way Kanan (22,7%), dan beberapa kabupaten/kota lainnya (Hervidea et al., 2024).

Menurut laporan Organisasi Kesehatan Dunia tahun 2022, terdapat 149,2 juta anak di bawah lima tahun yang mengalami *stunting* di seluruh dunia, 45,4 juta anak mengalami kekurangan berat badan, dan 38,9 juta anak mengalami kelebihan berat badan. Indonesia memiliki prevalensi *stunting* tertinggi kedua di Asia Tenggara setelah Timor Leste (54,8%). Pada tahun 2020, prevalensi *stunting* di Indonesia mencapai 31,8%. Angka stunting di Indonesia menurun dari 27,7% pada tahun 2019 menjadi 24,4% pada tahun 2021, dengan penurunan tahunan sebesar 1,6%. Namun, terdapat lima provinsi seperti Jawa Tengah, Jawa Barat, Jawa Timur, Sumatera Utara, dan Banten yang mengalami peningkatan prevalensi *stunting* pada tahun 2021 dibandingkan tahun 2019 (Lestari et al., 2024).

Stunting dapat disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kurangnya asupan gizi seimbang. Di beberapa keluarga, anak-anak justru lebih sering mengonsumsi makanan instan atau kemasan seperti snack, biskuit, sereal, dan *junk food*, yang sangat memengaruhi pemenuhan kebutuhan gizi seimbang mereka (N. A. M. E. Sari et al., 2022).

Pengetahuan ibu merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan kekurangan gizi pada anak, karena ibu berperan sebagai pengasuh utama dan pengambil keputusan terkait makanan yang dikonsumsi anak dan anggota keluarga lainnya. Oleh karena itu, penting bagi seorang ibu untuk memahami tentang gizi seimbang agar anak terhindar dari masalah seperti kekurangan gizi. Faktor lain yang mempengaruhi status gizi adalah keterkaitan antara kondisi sosial ekonomi dan status gizi. Peran orang tua, terutama ibu, dalam merawat balita sangat memengaruhi kualitas asupan gizi yang diterima anak. Dengan demikian, ibu perlu memahami cara memberikan gizi seimbang kepada balitanya agar anak dapat tumbuh sehat dan berkembang sesuai dengan usianya (Kuswanti & Azzahra, 2022).

Pemberian gizi seimbang adalah salah satu upaya untuk mengatasi *stunting* pada balita. Asupan makanan dengan porsi yang tepat dan seimbang dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan balita secara optimal, sehingga balita dapat mencapai kondisi kesehatan yang lebih baik (Kuswanti & Azzahra, 2022).

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang dengan upaya pencegahan stunting pada balita di Posyandu Kenanga, Kelurahan Tegal Sari Mandala I, Kecamatan Medan Denai.

2. METODE

Pada penelitian ini digunakan metode analitik observasional yang menggunakan pendekatan *cross-sectional* dengan tujuan mengetahui apa hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan upaya pencegahan *stunting* pada balita di possyandu kenanga kelurahan tegal sari mandala i kecamatan medan denai**.** Penelitian ini dilakukan di Posyandu Kenanga, Lingkungan 6, Kelurahan Tegal Sari Mandala I, Kecamatan Medan Denai. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Ibu yang mempunyai balita di wilayah Posyandu Kenanga, Lingkungan 6, Kelurahan Tegal Sari Mandala I, Kecamatan Medan Denai. Karena penelitian ini menggunakan seluruh populasi sebagai sampel, teknik pengambilan sampel total sampling digunakan, Dimana semua individu dalam populasi menjadi responden. Instrumen penelitian berupa kuesioner tertutup yang terdiri dari 15 pertanyaan tentang pengetahuan gizi seimbang dan 10 item tentang praktik pencegahan stunting. Validitas instrumen diuji menggunakan uji korelasi Pearson dan dinyatakan valid ($r > 0.361$), sedangkan reliabilitas diuji dengan Cronbach's Alpha dan menunjukkan nilai 0.77. Analisis data menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi $p < 0.05$.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun karakteristik responden yang diperoleh berdasarkan umur adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

No	Umur Sampel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	20-25	9	30.0
2	26-30	7	23.3
3	30-35	9	30.0
4	35-40	3	10.0
5	>41	2	6.7
Total		30	100.0

Berdasarkan tabel diatas, mayoritas responden berada pada rentang usia 20-25 tahun dan 30-35 tahun, dengan 9 orang dalam setiap kelompok atau 30% dari total responden. Kelompok usia 26-30 tahun sebanyak 7 orang, atau 23,3% dari total

responden. Sementara itu, kelompok usia 35-40 tahun hanya terdiri dari 3 orang, yang merupakan 10% dari total responden, dan responden dengan usia lebih dari 41 tahun merupakan kelompok terkecil, yaitu hanya 2 orang atau 6,7%. Dari data ini, kesimpulan dapat diambil bahwa sebagian besar responden (80%) berada di rentang usia 20-35 tahun. Hal ini menunjukkan dominasi kelompok usia muda dan menengah dalam studi ini, sementara jumlah responden yang lebih tua relatif sedikit.

Seiring bertambahnya usia, seseorang mengalami perubahan dalam aspek fisik dan psikologis. Peningkatan usia membawa lebih banyak informasi dan pengalaman, yang pada gilirannya meningkatkan kematangan dan kemampuan dalam berpikir serta bekerja. Usia ibu memengaruhi cara mereka mengasuh anak dan menentukan hidangan yang cocok. Seiring bertambahnya usia, pengetahuan dan kedewasaan ibu dalam mengasuh dan memilih makanan untuk anak juga meningkat. Oleh karena itu, baik wanita yang menikah di usia muda maupun tua harus siap menerima peran sebagai ibu rumah tangga. Seorang ibu dengan bertambahnya usia akan memiliki lebih banyak pengalaman dan pengetahuan untuk menentukan makanan yang tepat bagi anaknya. Usia berpengaruh terhadap kemampuan memahami dan berpikir seseorang, di mana semakin tua seseorang, perkembangan psikologisnya semakin baik. Peningkatan usia juga berpengaruh pada pengetahuan yang diperoleh seseorang. Daya ingat seseorang dipengaruhi oleh faktor usia, di mana kemampuan memahami dan berpikir menjadi lebih sempurna seiring bertambahnya usia, yang juga memperkaya pengetahuan yang dimiliki (Amanda, 2023).

Adapun karakteristik responden yang diperoleh berdasarkan pendidikan adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

No	Pendidikan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Sarjana	3	10.0
2	SMA	21	70.0
3	SMP	6	20.0
Total		30	100.0

Berdasarkan tabel diatas, mayoritas responden memiliki SMA, 21 orang atau 70% dari total responden. Kelompok responden berpendidikan SMP terdiri dari 6 orang, yang mewakili 20% dari total responden. Sementara itu, hanya 3 orang atau 10% dari total responden yang memiliki tingkat pendidikan Sarjana. Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pendidikan menengah atas (SMA),

sedangkan responden dengan pendidikan lebih tinggi, seperti Sarjana, atau lebih rendah, seperti SMP, berada dalam jumlah yang jauh lebih sedikit. Hal ini menunjukkan bahwa kelompok berpendidikan menengah mendominasi distribusi pendidikan responden.Tingkat pendidikan mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menerima informasi. Orang dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung lebih mudah menerima informasi dibandingkan mereka dengan pendidikan yang lebih rendah. Informasi ini kemudian digunakan oleh ibu sebagai panduan dalam merawat balita dalam kehidupan sehari-hari (S. D. Sari & Zelharsandy, 2022).

Tingkat pendidikan, terutama pendidikan ibu, berpengaruh terhadap status kesehatan. Hal ini berkaitan dengan peran ibu yang sangat dominan dalam membentuk kebiasaan makan anak. Ibu berperan dalam berbagai aspek mulai dari merencanakan menu, berbelanja, memasak, menyiapkan makanan, hingga mendistribusikan makanan kepada keluarga. Pendidikan ibu sangat penting terkait dengan pengetahuan tentang gizi dan pemenuhan kebutuhan gizi keluarga, khususnya anak. Ibu dengan tingkat pendidikan rendah cenderung kesulitan menyerap informasi tentang gizi, yang dapat meningkatkan risiko anak mengalami stunting (Husnaniyah et al., 2020).

Menurut (S. D. Sari & Zelharsandy, 2022) menjelaskan rendahnya tingkat pendidikan orang tua dapat meningkatkan risiko malnutrisi pada anak. Pendidikan orang tua yang rendah menjadi salah satu penyebab terjadinya *stunting*, karena orang tua dengan pendidikan lebih tinggi dianggap lebih mampu membuat keputusan yang tepat dalam meningkatkan gizi dan kesehatan anak-anak. Pengetahuan yang lebih baik juga memengaruhi kemampuan orang tua dalam memenuhi kebutuhan gizi keluarga dan menerapkan pola pengasuhan yang tepat. Pola asuh yang tidak tepat meningkatkan risiko *stunting*. Ibu dengan pendidikan rendah cenderung kurang mengetahui dan kurang selektif dalam memilih bahan pangan yang baik, baik dari segi kualitas maupun kuantitas, untuk anak dan keluarganya.

Adapun karakteristik responden yang diperoleh berdasarkan pekerjaan adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

No	Pekerjaan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	IRT	21	70.0
2	Staff Toko	4	13.3
3	Wiraswasta	5	16.7
	Total	30	100.0

Berdasarkan tabel diatas, mayoritas responden adalah Ibu Rumah Tangga (IRT), terdiri dari 21 orang atau 70% dari total responden. Kelompok kedua terbesar adalah responden yang bekerja sebagai wiraswasta, dengan jumlah 5 orang atau 16,7%. Sementara itu, hanya 4 orang atau 13,3% dari total responden yang bekerja sebagai staff toko. Dari data ini dapat disimpulkan bahwa pekerjaan sebagai Ibu Rumah Tangga merupakan pekerjaan dominan di antara para responden, sedangkan jumlah responden yang berprofesi sebagai wiraswasta dan staff toko relatif lebih kecil.

Menurut (Purba & Harianja, 2021) Ibu yang bekerja dapat mempengaruhi status gizi balita. Jika hubungan antara ibu dan anak kuat, ini akan berdampak positif pada kesehatan mental anak yang ditinggal saat ibu bekerja. Namun, balita yang ditinggalkan oleh ibunya saat bekerja mungkin mengalami kekurangan waktu dan perhatian dari ibu, yang bisa menyebabkan status gizinya menjadi kurang, bahkan buruk, karena tidak mendapatkan perhatian yang memadai terkait nutrisi. Ibu yang bekerja biasanya menyerahkan perawatan anak kepada pengasuh. Jika pengasuh tidak dapat menggantikan peran ibu dalam merawat anak dan tidak memiliki hubungan yang baik dengan balita, hal ini bisa mempengaruhi nafsu makan anak, yang pada gilirannya berdampak pada status gizi balita. Namun, pekerjaan ibu juga dapat menjadi sarana untuk menyediakan nutrisi yang baik bagi balita. Jika penghasilan ibu cukup, hal ini dapat berkontribusi pada pemenuhan gizi yang lebih baik bagi anak.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang

No	Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Kurang	12	40.0
2	Cukup	10	33.3
3	Baik	8	26.7
	Total	30	100.0

Berdasarkan tabel diatas, mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang gizi seimbang. Jumlahnya adalah 12 orang atau 40% dari total responden. Sebanyak 10 orang, atau 33,3% dari responden, memiliki tingkat pengetahuan yang cukup. Sementara itu, hanya 8 orang atau 26,7% dari total responden memiliki tingkat pengetahuan baik tentang gizi seimbang. Dari data ini dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang masih relatif rendah, di mana sebagian besar ibu (40%) memiliki pengetahuan yang kurang memadai. Hanya sedikit responden yang memiliki pengetahuan yang baik.

Tingkat pengetahuan ibu adalah salah satu faktor penyebab kekurangan gizi pada anak, karena ibu berperan sebagai pengasuh utama yang menentukan makanan yang dikonsumsi oleh anak dan anggota keluarga lainnya. Seorang ibu perlu memahami tentang gizi seimbang agar anak terhindar dari masalah kekurangan gizi (Kuswanti & Azzahra, 2022).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Berdasatkan Upaya Pencegahan *Stunting*

No	Upaya Pencegahan Stunting	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Cukup	12	40.0
2	Baik	18	60.0
	Total	30	100.0

Berdasarkan tabel diatas, mayoritas responden, yaitu 18 orang atau 60%, melakukan upaya pencegahan stunting dengan baik. Sementara itu, 12 orang atau 40% responden melakukan upaya pencegahan *stunting* yang cukup. Dari data ini, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden telah melakukan upaya yang baik dalam pencegahan *stunting*, meskipun masih ada yang hanya cukup. Hal ini menunjukkan kesadaran dan langkah-langkah pencegahan terhadap stunting di antara responden sudah cukup baik, tetapi masih ada ruang untuk perbaikan lebih lanjut.

Untuk mencegah atau mengurangi risiko *stunting*, diperlukan penanganan melalui pemenuhan zat gizi yang cukup, baik makronutrien maupun mikronutrien. MP-ASI yang berkualitas dan dalam jumlah yang tepat sangat penting karena mengandung sumber gizi makro dan mikro yang mendukung pertumbuhan linier. Makanan yang kaya protein, kalsium, vitamin A, dan zinc dapat meningkatkan tinggi badan anak. Asupan gizi yang memadai berperan dalam mendukung pola pertumbuhan normal sehingga dapat mengejar pertumbuhan yang tertinggal (*catch up*) (Putri et al., 2022).

Pencegahan *stunting* dimulai sejak masa kehamilan, dengan fokus pada intervensi selama 1000 hari pertama kehidupan yang umumnya dilakukan dalam sektor kesehatan. Langkah-langkah ini meliputi program pemberian makanan tambahan (PMT), pemeriksaan kesehatan rutin, persalinan dengan tenaga kesehatan, deteksi dini penyakit menular dan tidak menular, pemberian inisiasi menyusu dini (IMD) dan ASI eksklusif, serta upaya pencegahan cacingan. Pada balita, langkah-langkah yang bisa diambil meliputi pemantauan pertumbuhan, pemberian makanan tambahan, stimulasi dini pertumbuhan, dan pelayanan kesehatan yang optimal. Pencegahan lainnya juga mencakup menjaga kebersihan lingkungan serta meningkatkan akses air bersih dan sanitasi yang baik (Putri et al., 2022).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Pendidikan Ibu Tentang Gizi Seimbang Dengan Upaya Pencegahan *Stunting*

Pengetahuan Ibu	Upaya Pencegahan Stunting				p
	Cukup		Baik		
	f	%	f	%	
Kurang	4	33.3	8	66.7	0,719
Cukup	5	50.0	5	50.0	
Baik	3	37.5	5	62.5	
Total	12	40.0	18	60.0	

Berdasarkan tabel diatas, terlihat bahwa responden dengan tingkat pengetahuan kurang memiliki 8 orang (66,7%) yang melakukan upaya pencegahan *stunting* dengan baik, sedangkan 4 orang (33,3%) hanya melakukan upaya yang cukup. Pada kelompok ibu yang memiliki pengetahuan memadai, 5 orang (50%) melakukan upaya pencegahan *stunting* dengan baik, sementara 5 orang lainnya (50%) melakukan upaya yang cukup. Pada kelompok yang memiliki pengetahuan baik, 5 orang (62,5%) melakukan upaya pencegahan *stunting* dengan baik, sementara 3 orang (37,5%) melakukan upaya yang cukup. Secara keseluruhan, meskipun pengetahuan ibu tentang gizi seimbang bervariasi, sebagian besar ibu tetap melakukan upaya pencegahan *stunting* dengan baik, tanpa memandang tingkat pengetahuannya. Hal ini terlihat dari mayoritas responden di setiap kategori pengetahuan yang melakukan upaya pencegahan dengan baik. Namun, tidak ada hubungan signifikan (p = 0,719) antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan upaya pencegahan *stunting*. Ini berarti tingkat pengetahuan ibu tidak langsung menentukan upaya pencegahan *stunting* yang dilakukan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Mutingah & Rokhaidah, 2021) bahwa Tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dan perilakunya dalam mencegah *stunting* pada balita di Posyandu Tunas Mekar 1, Kelurahan Krukut. Namun, dilihat dari arah dan kekuatannya, hubungan kedua variabel bersifat positif tetapi lemah, yang berarti perilaku ibu dalam mencegah stunting cenderung semakin baik seiring dengan peningkatan pengetahuannya, meskipun pengaruhnya tidak terlalu kuat.

Pengetahuan yang baik tidak selalu menjamin bahwa seseorang akan memiliki sikap atau perilaku yang sesuai, karena pengetahuan tidak sepenuhnya menentukan pola hidup yang dijalani. Faktor ekonomi yang kurang mendukung, meskipun ibu memiliki

pengetahuan yang baik, dapat memengaruhi kemampuannya untuk menerapkan pola hidup sehat. Ketiadaan hubungan antara kedua variabel dalam penelitian ini mungkin disebabkan oleh faktor lain yang memengaruhi perilaku pencegahan *stunting*. Berdasarkan teori Lawrence Green, pengetahuan adalah faktor predisposisi yang mempengaruhi perilaku kesehatan seseorang, namun ada juga faktor lain, seperti faktor pendukung (ketersediaan fasilitas kesehatan) dan faktor pendorong (dukungan dari keluarga, teman, serta petugas kesehatan) (Mutingah & Rokhaidah, 2021).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang dengan Upaya Pencegahan *Stunting* Pada Balita di Posyandu Kenanga Kelurahan Tegal Sari Mandala I Kecamatan Medan Denai dapat disimpulkan:

1. Mayoritas responden berusia 20-35 tahun (80%), kelompok usia muda dan menengah. Kelompok ini cenderung lebih aktif dalam peran sebagai ibu, dengan pengalaman dan pengetahuan yang berkembang seiring bertambahnya usia.
2. Mayoritas responden adalah ibu dengan tingkat pendidikan SMA sebesar 70%, hal ini berdampak pada kemampuan mereka dalam menerima dan mengaplikasikan informasi gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari.
3. 70% dari responden merupakan ibu rumah tangga, sehingga memiliki lebih banyak waktu untuk peran dalam perawatan dan pengasuhan anak dibandingkan dengan responden yang bekerja di luar rumah.
4. Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang sebagian besar berada pada kategori "kurang" (40%). Hanya 26,7% responden memiliki pengetahuan baik tentang gizi, menunjukkan perlunya peningkatan pemahaman tentang gizi seimbang.
5. 60% responden melakukan upaya pencegahan *stunting* dengan baik, sementara 40% lainnya melakukan upaya yang cukup. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat variasi dalam tingkat pengetahuan ibu, banyak di antara mereka yang telah berhasil mengimplementasikan tindakan pencegahan *stunting* dengan baik.
6. Tidak ada hubungan signifikan ($p = 0,719$) antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan upaya pencegahan *stunting*. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tidak selalu menentukan kualitas upaya mereka dalam mencegah *stunting*.

Hasil ini mengindikasikan bahwa peningkatan pengetahuan ibu perlu disertai dengan penguatan faktor pendukung seperti edukasi berbasis komunitas, akses pangan sehat, dan keterlibatan petugas Posyandu. Program intervensi stunting sebaiknya tidak hanya fokus pada aspek pengetahuan, tetapi juga mendorong perubahan perilaku melalui dukungan sosial dan lingkungan

5. DAFTAR PUSTAKA

Amanda, I. G. A. M. I. (2023). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang dengan Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita di Desa Batu Agung, Kecamatan Jembrana*.

Arnita, S., Rahmadhani, D. Y., & Sari, 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).

Hervidea, R., Murwani, T., Saleh, A. J., Jayadi, A., & Sephia. (2024). Upaya Pencegahan Stunting Melalui Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang dan Demo Masak di Dusun SUkajaya 1 Desa Kurungan Nyawa Kec. Gedong Tataan Kab. Pesawaran Tahun 2024. *ANDASIH Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *5*(1).

Husnaniyah, D., Yulyanti, D., & Rudiansyah. (2020). Hubungan Tingkat Pendidikam Ibu dengan Kejadian Stunting. *The Indonesian Journal of Health Science*, *12*(1).

Kuswanti, I., & Azzahra, S. K. (2022). Hubungan Pengetahuan Ibu Tantang Pemenuhan Gizi Seimbang Dengan Perilaku Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, *13*(1).

Lestari, A., Harahap, D. A., & Dhilon, D. A. (2024). Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang dalam Pencegahan Stunting pada Balita di Desa Tanjung Harapan Wilayah Kerja UPT Puskesmas Lipat Kain Tahun 2023. *Evidance Midwifery Journal*, *3*(2).

Mutingah, Z., & Rokhaidah. (2021). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Dengan Perilaku Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, *5*(2).

Purba, H. I. D., & Harianja, E. S. (2021). Buklet Menu Gizi Seimbang Sebagai Sarana Peningkatan Pengetahuan Ibu Pekerja Dalam Penyajian Makanan Balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *14*(1).

Putri, A. A. Y., Roslita, R., & Adila, D. R. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Terhadap Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah*, *2*(3).

Sari, N. A. M. E., Mirayanti, N. A. K., & Fista, A. K. R. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemberian Gizi Seimbang Dengan Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Keperawatan*, *14*(1).

Sari, S. D., & Zelharsandy, V. T. (2022). Hubungan Pendapatan Ekonomi Keluarga dan Tingkat Pendidikan Ibu terhadap Kejadian Stunting. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, *9*(2).