



Homepage Journal: <https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/JKS>

Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Dalam Pemberian Gizi Seimbang Dengan Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita

The Relationship Of Mother Level Knowledge Providing Balanced Nutrition With Stunting Prevention Efforts In Toddlers

Ni Komang Ari Pebri Santi¹, Ni Wayan Trisnadewi², Ni Komang Ayu Resiyanti³

^{1,2,3} Program Studi Keperawatan, STIKES Wira Medika Bali, Jl. Kecak No. 9A – Gatot Subroto Timur – Tonja – Denpasar – Bali

*Corresponding Author: E-mail: komangariebrisanti07@gmail.com

Artikel Penelitian

Article History:

Received: 22 Sep, 2025

Revised: 16 Nov, 2025

Accepted: 19 Dec, 2025

Kata Kunci:

Balita, Gizi Seimbang, Pengetahuan, Pencegahan Stunting

Keywords:

Balanced Nutrition, Knowledge, Stunting Prevention, Toddlers

DOI: [10.56338/jks.v8i12.9683](https://doi.org/10.56338/jks.v8i12.9683)

ABSTRAK

Stunting termasuk masalah nutrisi kronis yang dialami oleh balita di Indonesia, penyebabnya yaitu rendahnya pengetahuan ibu terkait pemberian gizi seimbang. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan tingkat pengetahuan ibu dalam pemberian gizi seimbang dengan upaya pencegahan stunting pada balita. Desain penelitian ini yaitu deskriptif korelasional dengan metode *cross sectional* pada 85 ibu dengan anak berusia 0-5 tahun di Posyandu Desa Singakerta, yang dipilih menggunakan teknik *multistage sampling*. Kuesioner yang digunakan untuk mengumpulkan data telah terstandar dan sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas selanjutnya proses analisis digunakan untuk uji *Rank Spearman* dengan nilai signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu berada pada tingkat pengetahuan baik (92,9%), dan upaya pencegahan stunting baik (67,1%). Uji statistik menunjukkan adanya hubungan sangat signifikan diantara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan upaya pencegahan stunting ($p\text{-value} = 0,001 < 0,05$; $r = 0,347$). Temuan ini menyatakan bahwa tingkat pengetahuan ibu memiliki peranan untuk mendukung proses pencegahan stunting terhadap balita, sehingga diperlukan upaya peningkatan pengetahuan yang berkelanjutan oleh tenaga kesehatan, khususnya perawat komunitas.

ABSTRACT

Stunting is a chronic nutritional problem experienced by toddlers in Indonesia, the cause of which is low maternal knowledge related to balanced nutrition. This study aims to analyze the relationship between the level of knowledge of mothers in providing balanced nutrition and efforts to prevent stunting in toddlers. The design of this study is descriptive correlation with the cross sectional method on 85 mothers with children aged 0-5 years at the Singakerta Village Posyandu, which was selected using multistage sampling techniques. The questionnaire used to collect data has been standardized and has been tested for validity and reliability, then the analysis process is used for the Spearman Rank test with a

significance value of 0.05. The results showed that most of the mothers were at a good level of knowledge (92.9%), and good stunting prevention efforts (67.1%). Statistical tests showed a very significant relationship between the level of maternal knowledge about balanced nutrition and stunting prevention efforts ($p\text{-value} = 0.001 < 0.05$; $r = 0.347$). This finding states that the level of maternal knowledge has a role to support the stunting prevention process for toddlers, so it is necessary to make continuous efforts to increase knowledge by health workers, especially community nurses.

PENDAHULUAN

Stunting saat ini menjadi salah satu isu dalam bidang kesehatan dan pembangunan sumber daya Indonesia. Masalah stunting di Indonesia masih menjadi perhatian nasional dan berpengaruh terhadap pertumbuhan kognitif dan produktivitas yang mendasari. Stunting merupakan gagalnya pertumbuhan anak dapat terganggu yang disebabkan kekurangan gizi kronis serta terpapar infeksi terus menerus, gejala yang ditimbulkan yaitu tubuh lebih pendek dari usianya, postur tubuh seimbang dan terlihat lebih awet muda, memiliki berat tubuh kurang sesuai untuk anak pada umumnya serta terjadinya perkembangan tulang yang lambat (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Stunting dapat dicegah dengan menerapkan memberikan ASI eksklusif dan MP-ASI yang memenuhi gizi seimbang (Rahmawati et al., 2025).

Berdasarkan data *World Health Organization*, (2024) sekitar 150,2 juta anak mengalami stunting. Menurut Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan pada tahun 2024 angka stunting di Indonesia mencapai 19,8%. Menurut Seksi Kesehatan Keluarga dan Gizi Dinas Kesehatan Provinsi Bali pada tahun 2024 persentase stunting sebesar 8,7% (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2024). Berdasarkan Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan desa Kabupaten Gianyar pada tahun 2022 tercatat 6,3% kasus dan pada tahun 2023 turun menjadi 4,39%, namun pada tahun 2025 mengalami peningkatan menjadi 4,7% (Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Kabupaten Gianyar, 2025). Berdasarkan studi pendahuluan di Wilayah Puskesmas Ubud II angka stunting tiga bulan terakhir tercatat sebanyak 55 jumlah kasus yang tercatat pada bulan April, 52 jumlah kasus yang tercatat pada bulan Mei dan 51 jumlah kasus yang tercatat pada bulan Juni, meskipun mengalami penurunan namun penurunan tersebut belum signifikan.

Kurangnya tingkat pemahaman orang tua khususnya ibu dalam pemberian gizi yang tidak seimbang menjadi salah satu penyebab meningkatnya angka stunting. Pola makan anak dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu, membangun suasana makan yang menyenangkan dan menyajikan makanan dengan tampilan menarik (Munawaroh et al., 2022). Upaya pencegahan stunting mempunyai pengaruh yang berkaitan dengan pengetahuan ibu dalam memberikan makanan bergizi. Pengetahuan yang baik memungkinkan orang tua khususnya ibu menerapkan praktik gizi seimbang, dengan cara memberikan MPASI dan menghindari makanan instan (Nu'man, 2023). Pentingnya menjaga kebersihan untuk mencegah penyakit agar tidak terjadi infeksi berulang yang dapat mengganggu penyerapan nutrisi sehingga menjadi faktor pemicu timbulnya stunting (Hasni et al., 2024).

Penelitian yang diselenggarakan oleh Munthe et al., (2023), menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dan upaya pencegahan ibu dengan anak stunting. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Darmini et al., (2022) menunjukkan bahwa pengetahuan ibu terkait gizi seimbang berhubungan secara signifikan dengan kejadian stunting pada balita usia 2-5 tahun. Temuan dari Eka Sari et al., (2021) menunjukkan adanya hubungan signifikan pengetahuan ibu mengenai makanan bergizi dan cara penanganan terhadap balita berusia 0 hingga 24 bulan, rendahnya pengetahuan ibu akan berdampak pada kurang optimalnya strategi untuk mencegah stunting. Hasil penelitian dari Anggraini et al., (2025) menyatakan terdapat hubungan bermakna antara tingkat pemahaman ibu terkait gizi dan perilaku ibu untuk penanganan stunting.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan ibu dalam pemberian gizi seimbang dengan upaya pencegahan stunting pada balita. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita berdasarkan karakteristik umur, pendidikan, pekerjaan, jumlah anak, umur anak, jenis kelamin anak, mengidentifikasi upaya pencegahan stunting yang dilakukan ibu dalam pemberian gizi seimbang, serta menganalisis hubungan tingkat pengetahuan ibu dalam pemberian gizi seimbang dengan upaya pencegahan stunting pada balita.

METODE

Studi ini menerapkan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi yang digunakan 552 ibu dengan anak balita usia 0-5 tahun. Cara penentuan sampel menggunakan metode *multistage sampling* yang diikuti melalui *cluster sampling* dan *simple random sampling* di setiap banjar terpilih. Kriteria inklusi yang telah ditetapkan yaitu ibu yang memiliki anak berusia 0-5 tahun dan ibu tersebut bersedia mengisi kuesioner sehingga didapatkan sampel sebanyak 85 ibu. Penentuan sampel dilakukan berdasarkan rumus slovin dengan batasa toleransi kesalahan 10%. Instrumen dalam mengumpulkan data dianalisis menggunakan kuesioner tingkat pengetahuan terkait gizi serta upaya pencegahan stunting yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas selanjutnya melalui proses *coding* dan disusun dalam master tabel sebelum dianalisis. Analisis dilakukan secara univariat untuk mendeskripsikan variabel penelitian serta secara bivariat diterapkan dengan uji korelasi Spearman untuk melihat hubungan antara tingkat pengetahuan ibu dalam pemberian gizi seimbang dengan upaya pencegahan stunting pada balita pada tingkat signifikansi $p < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No.	Karakteristik	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Umur	21-30 tahun	44	51,8
		31-40 tahun	34	40,0
		>40 tahun	7	8,2
		Total	85	100
2	Pendidikan	Tidak Sekolah	1	1,2
		SD	1	1,2
		SMP	5	5,9
		SMA	49	57,6
		Perguruan Tinggi	29	34,1
		Total	85	100
3	Pekerjaan	IRT	33	38,8
		Petani/Pedagang/Wiraswasta	31	36,5
		PNS/TNI/Polri	8	9,4
		Lainnya	13	15,3
		Total	85	100
4	Jumlah Anak Dalam Keluarga	1	25	29,4
		2	36	42,4
		3	22	25,9
		>3	2	2,4
		Total	85	100
5	Umur Anak	0-5 bulan	4	4,7
		6-11 bulan	6	7,1
		12-23 bulan	22	25,9
		24-59 bulan	53	62,4

		Total	85	100
6	Jenis Kelamin Anak	Perempuan	40	47,1
		Laki-Laki	45	52,9
		Total	85	100

Hasil yang tercantum dalam tabel 1 mengindikasikan sesuai dengan karakteristik kelompok usia terbanyak 21-30 tahun terdiri dari 44 responden (51,8%), pendidikan terakhir SMA sebanyak 49 responden (57,6%), sejumlah 33 responden (38,8%) dengan profesi ibu rumah tangga, memiliki jumlah anak 2 sebanyak 36 responden (42,4%), umur anak berada pada rentang umur 24-59 bulan sebanyak 53 responden (62,4%), dan sebanyak 45 responden (52,9%) memiliki anak berjenis kelamin laki-laki.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Ibu Dalam Pemberian Gizi Seimbang

No.	Tingkat Pengetahuan Dalam Pemberian Gizi Seimbang	f	%
1	Baik	79	92,9
2	Cukup	6	7,1
3	Kurang	0	0,0
	Total	85	100

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa responden yang paling banyak berada dalam kategori pengetahuan baik dalam pemberian gizi seimbang yaitu yang berjumlah 79 responden (92,9%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita

No.	Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita	f	%
1	Baik	57	67,1
2	Cukup	28	32,9
3	Kurang	0	0,0
	Total	85	100

Sesuai dengan tabel 3 didapatkan responden paling banyak berada dalam kategori upaya pencegahan stunting baik yaitu sebanyak 57 responden (67,1%).

Analisis Bivariat

Tabel 4. Crosstabulation Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Ibu Dalam Pemberian Gizi Seimbang Dengan Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita

Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang	Upaya Pencegahan Stunting								r	p-value		
	Baik		Cukup		Kurang		Total					
	f	%	f	%	f	%	f	%				
Baik	57	72,2%	22	27,8%	0	0,0%	79	92,9%	0,347	0,001		
Cukup	0	0,0%	6	100,0%	0	0,0%	6	7,1%				
Kurang	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%				
Total	57	67,1%	28	32,9%	0	0,0%	85	100,0%				

Berdasarkan hasil persentase *crosstabulation* tingkat pengetahuan ibu dan upaya pencegahan stunting seperti tertera dalam tabel 4 yaitu hampir semua dalam kategori tingkat pengetahuan gizi yang tergolong baik yaitu berjumlah 79 responden (92,9%). Responden dengan pengetahuan gizi yang baik dan upaya pencegahan stunting yang baik sejumlah 57 responden (72,2%). Hasil uji *Rank-Spearman* menunjukkan angka p-value didapatkan hasil 0,001 diartikan nilai *p-value* < α (0,05). Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai koefisien korelasi sebanyak 0,347 mengindikasikan bahwa hubungan dengan arah positif rendah diantara kedua variabel. Disimpulkan bahwa semakin baik tingkat pengetahuan ibu

dalam pemberian gizi seimbang, cenderung semakin baik pula upaya pencegahan stunting yang dilakukan ibu.

Tingkat Pengetahuan Ibu Dalam Pemberian Gizi Seimbang

Berdasarkan tabel 4.2, sebagian besar dari 85 responden mempunyai tingkat pengetahuan gizi seimbang dalam kategori baik, yaitu 79 responden (92,9%), sedangkan 6 responden (7,1%) dengan kategori cukup dan tidak ditemukan responden dengan kategori kurang. Hasil penelitian menunjukkan hampir seluruh ibu telah memperoleh informasi dasar terkait gizi seimbang sehingga pengetahuan yang diperlukan untuk kategori cukup dan baik dapat terpenuhi.

Pengetahuan ibu dipengaruhi oleh pendidikan, pekerjaan, umur, pengalaman, sosial budaya informasi dan intelegensi (Notoatmodjo, 2018). Berdasarkan hasil penelitian bahwa mayoritas ibu berpendidikan SMA yang memungkinkan mereka untuk memahami informasi mengenai gizi seimbang. Hasil penelitian juga menunjukkan dominasi ibu rumah tangga pada responden menyebabkan ketersediaan waktu mereka yang relatif lebih besar untuk menerima informasi kesehatan dari posyandu, tenaga kesehatan, maupun media sosial. Sesuai dengan kategori umur sebagian besar responden berusia 21 hingga 30 tahun yang merupakan usia reproduksi sehat (20-35 tahun), sehingga lebih siap secara fisik dan psikososial dalam mengasuh anak (Kemenkes RI, 2024). Pengalaman sebelumnya juga mempengaruhi pengetahuan ibu, penelitian memperlihatkan sebagian besar ibu memiliki lebih dari satu anak. Pengetahuan yang baik berperan dalam membentuk cara ibu bersikap dan bertindak dalam menyediakan menu makanan seimbang bagi anak (Muzayyaroh, 2021). Hasil penelitian ini selaras dengan temuan dari Wiliyanarti et al., (2022) dinyatakan bahwa pengetahuan termasuk faktor utama dalam perilaku pemenuhan gizi anak. Studi yang dilaksanakan oleh Bencin et al., (2024) menyatakan adanya kesamaan makna diantara pemahaman gizi serta prevalensi stunting, dimana ibu berpengetahuan baik lebih mampu menerapkan usaha dalam menangani stunting. Faktor pendidikan tersebut didukung oleh Laksono et al., (2022) mengindikasikan jika tingkat pendidikan ibu rendah cenderung memiliki kemampuan kesehatan yang terbatas. Penelitian Prasetyo et al., (2023) juga mendukung bahwa pendidikan gizi berperan dalam meningkatkan pengetahuan ibu dan asupan gizi anak dapat terpengaruh.

Hasil kajian ini selaras dengan peneliti sebelumnya oleh Darmini et al., (2022) dan temuan dari Eka Sari et al., (2021) ditegaskan terkait pemahaman gizi yang memadai menjadi pendukung dalam pencegahan masalah gizi serta stunting, karena ibu dengan pengetahuan tinggi lebih mampu dalam memahami kebutuhan gizi anak dan risiko jika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi.

Berdasarkan temuan tersebut, peneliti berasumsi bahwa tingkat pengetahuan gizi seimbang yang dimiliki ibu merupakan menjadi faktor penting dalam penanganan stunting. Pengetahuan yang baik mendorong perilaku konsisten dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak, dan dipengaruhi oleh pendidikan, akses informasi, serta dukungan keluarga yang secara bersama-sama menciptakan lingkungan pendukung bagi pertumbuhan anak yang optimal.

Tingkat Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita

Berdasarkan temuan penelitian terhadap 85 responden, sebagian besar ibu telah melakukan upaya pencegahan stunting secara optimal, terlihat dari 57 responden (92,9%) yang berada pada kategori baik dan 28 ibu (32,9%) tercantum di kategori cukup, dan tidak terdapat responden berada pada kategori kurang. Temuan ini mengindikasikan adanya praktik pencegahan stunting sudah cukup diterapkan oleh sebagian besar ibu.

Upaya pencegahan stunting dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya pekerjaan, mayoritas ibu dalam penelitian termasuk ibu rumah tangga, yang memungkinkan mereka mempunyai waktu lebih banyak untuk mengawasi tumbuh kembang dan pola makan anak. Responden sebagian besar memiliki lebih dari satu anak sehingga pengalaman sebelumnya dappat mendukung keterampilan dalam pemenuhan kebutuhan gizi, yang ditegaskan oleh Pakpahan et al., (2020). Meskipun tingkat upaya

pencegahan cukup tinggi, beberapa responden masih berada pada upaya pencegahan dengan kategori cukup. Upaya yang dapat dilakukan dalam penanganan stunting ini meliputi memberikan ASI secara eksklusif, pemberian makanan pendamping air susu ibu (MPASI) sesuai usia balita, pemantauan tumbuh kembang secara rutin di posyandu, dan dalam penerapan pola hidup dalam menjaga kebersihan dan kesehatan. Penelitian yang telah dilaksanakan sebelumnya dari Hadi et al., (2021) mengindikasikan terkait pemberian ASI eksklusif mampu menurunkan risiko stunting, sedangkan edukasi gizi terbukti dapat memperbaiki praktik pemberian asupan makanan pada anak (Ayu Rahmadani et al., 2025). Hasil studi sebelumnya oleh Faridah et al., (2024) menyatakan terkait tingkat pengetahuan dan sikap yang dilakukan oleh ibu berkaitan erat dengan praktik stimulasi perkembangan pada balita stunting. Hasil temuan yang dilakukan oleh Meher & Zaluchu, (2025) menunjukkan bahwa pentingnya pendekatan pendidikan gizi di daerah pedesaan miskin, sementara studi yang dilaksanakan dari Hartini et al., (2024) mengidentifikasi aplikasi kesehatan yang disebut dengan “SusCatinTing” dapat menjadi suatu referensi untuk menambah wawasan, sikap, dan praktik ibu terkait penanganan stunting.

Temuan ini selaras terhadap studi dari Eka Sari et al., (2021) dan Munthe et al., (2023) menjelaskan ibu yang memiliki pemahaman gizi cukup memadai lebih konsisten dalam menerapkan usaha dalam melakukan penanganan, tetapi juga melalui pemberian makan serta perilaku kesehatan dan pemanfaatan layanan kesehatan. Penelitian Darmini et al., (2022) dan penelitian Anggraini et al., (2025) memperkuat bahwa pemantauan pertumbuhan, imunisasi, pemberian vitamin serta edukasi gizi berperan besar terhadap praktik pencegahan stunting.

Peneliti berasumsi bahwa upaya pencegahan yang dilakukan ibu seperti pemberian ASI eksklusif, pemberian MPASI sesuai dengan usia anak, pemantauan pertumbuhan, dan praktik kebiasaan menjaga kebersihan dan kesehatan menjadi peran penting untuk menurunkan risiko stunting. Faktor pekerjaan, pengalaman, pengasuhan, dan dukungan keluarga turut mempengaruhi konsistensi ibu. Semakin baik dan terarah cara ibu dalam melakukan pencegahan stunting, maka lebih sedikit kemungkinan anak mengalami stunting.

Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Dalam Pemberian Gizi Seimbang Dengan Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita

Hasil temuan menunjukkan sebagian besar ibu memiliki pengetahuan gizi yang baik sebanyak 79 responden (92,9%), sedangkan 6 responden (7,1%) berada pada kategori cukup. Kelompok dengan tingkat pengetahuan baik yaitu 57 responden (72,2%) menerapkan upaya pencegahan stunting yang baik dan 22 responden (27,8%) termasuk kedalam kategori upaya pencegahan cukup. Sementara itu, seluruh responden yaitu 6 orang dengan pengetahuan cukup memiliki upaya pencegahan yang berada pada kategori cukup. Hasil uji Rank-Spearman menghasilkan p-value sebesar 0,001 menyatakan adanya hubungan yang sangat signifikan antara tingkat pengetahuan ibu dalam pemberian gizi seimbang dan upaya pencegahan stunting pada balita, dengan kekuatan hubungan rendah dan berarah positif yaitu 0,347.

Upaya pencegahan stunting tidak terlepas dari berbagai faktor, salah satunya tingkat pendidikan. Mayoritas ibu berpendidikan SMA dimana dalam penelitian Permatasari et al., (2021) menunjukkan bahwa pendidikan gizi dan kesehatan reposusi memberikan peningkatan signifikan terhadap aspek pengetahuan, perilaku, serta usaha ibu dalam memenuhi gizi yang berdampak terhadap penanganan stunting, dengan ini dikatakan bahwa dengan bertambah tingginya jenjang pendidikan, maka bertambah baik kemampuan ibu dalam memilih dan menerapkan informasi gizi untuk memenuhi kebutuhan anak Elfrida et al., (2024). Pentingnya pengetahuan ibu mengenai makanan bergizi juga ditekankan dalam penelitian Hirvonen et al., (2024) yang berguna untuk meningkatkan status gizi anak, sementara studi sebelumnya oleh Wulandari et al., (2022) menegaskan karakteristik ibu, termasuk tingkat pendidikan dan status sosial memiliki peran penting dalam menentukan keberhasilan pencegahan stunting.

Karakteristik ibu seperti usia, pekerjaan, dan pengalaman pengasuhan juga berperan dalam pembentukan pengetahuan dan praktik gizi. Sebagian besar ibu berusia 21 hingga 30 tahun yang merupakan usia dengan kesiapan fisik dan mental optimal dalam pengasuhan (Mara et al., 2025). Mayoritas ibu beraktivitas di rumah berperan menjadi ibu rumah tangga sehingga waktu luang yang dimiliki lebih banyak dalam menyediakan makanan bergizi (Azi Djogo et al., 2020). Tingkat pengetahuan dan upaya pencegahan juga dipengaruhi oleh Jumlah anak sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki anak lebih dari satu cenderung memiliki pengalaman pengasuhan yang lebih baik (Hafid et al., 2024). Faktor anak seperti jenis kelamin dan usia juga mempengaruhi praktik ibu hampir seluruh responden memiliki anak dengan jenis kelamin laki-laki lebih berpotensi menderita stunting berbanding terbalik dengan anak perempuan ini terjadi karena perbedaan kebutuhan energi serta persepsi orang tua terhadap anak berdasarkan jenis kelamin anak temuan ini dijelaskan dalam penelitian sebelumnya oleh (Zulfa et al., 2023). Hampir seluruh anak berada pada umur 24-59 bulan dimana usia 0-59 bulan menjadi periode emas periode pertumbuhan yang membutuhkan pemenuhan nutrisi yang optimal (Gizaw et al., 2022). Ibu dengan pengetahuan yang baik lebih mampu dalam memahami pentingnya kecukupan gizi selama masa 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dan menerapkan praktik seperti pemberian ASI eksklusif, MPASI sesuai dengan usia balita serta rutin melakukan pemantauan tumbuh kembang anak (Aurelia, 2024). Peningkatan pengetahuan peran ibu dalam pemberian gizi seimbang memiliki peran penting untuk mendorong perubahan dan sikap perilaku dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak (Haryanti et al., 2024).

Menurut peneliti sebelumnya yaitu Eka Sari et al., (2021) mengindikasikan terkait peningkatan pengetahuan ibu berbanding lurus dengan kemungkinan ibu untuk menerapkan perilaku pencegahan yang baik, seperti menjaga pola makan keluarga, rutin membawa anak ke posyandu, serta memperhatikan kecukupan gizi dalam setiap tahapan usia anak. Penelitian yang dilaksanakan oleh Anggraini et al., (2025) turut mendukung semakin tinggi pemahaman yang ibu miliki, semakin positif sikap tersebut terhadap upaya pencegahan. Sikap positif ini kemudian menjadi perilaku sehari-hari yang mendukung pemenuhan gizi balita. Kajian yang ditemukan oleh Munthe et al., (2023) menjelaskan ibu dengan pengetahuan rendah cenderung mempunyai perilaku pencegahan kurang optimal, sehingga anak beresiko mengalami stunting. Pernyataan ini sejalan dengan Darmini et al., (2022) menunjukkan ibu pada status pengetahuan baik memiliki anak pada tingkat nutrisi normal berbanding dengan kurangnya pengetahuan yang dimiliki ibu.

Berdasarkan hasil penelitian dan kajian pendukung, peneliti berasumsi terkait pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang merupakan fondasi utama untuk membentuk praktik penurunan angka stunting. Ibu yang memiliki pemahaman penuh terkait pentingnya pemenuhan gizi dan penerapan pola makan yang tepat dengan umur anak, maka kesadaran tersebut akan mendorong tindakan nyata dalam menjaga kesehatan dan pertumbuhan anak. Pengetahuan yang baik tidak hanya meningkatkan kemampuan ibu dalam memilih makanan bergizi, tetapi juga menumbuhkan sikap dan tanggung jawab terhadap pemantauan tumbuh kembang anak. Upaya pencegahan stunting akan lebih efektif apabila didukung oleh peningkatan pengetahuan ibu, terutama melalui edukasi gizi yang berkelanjutan dan sesuai dengan karakteristik keluarga.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian untuk 85 ibu, didapatkan hasil sebagian besar ibu berada pada tingkat pengetahuan gizi seimbang dalam kategori baik (92,9%) serta memiliki upaya pencegahan baik (67,1%). Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara tingkat pengetahuan ibu dalam pemberian gizi seimbang dengan upaya pencegahan stunting pada balita ($p=0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa pentingnya peningkatan pengetahuan gizi dan secara rutin memantau pertumbuhan dan perkembangan anak di posyandu.

DAFTAR RUJUKAN

- Anggraini, N. V., Suratmini, D., Wahyudi, C. T., Rahmanti, S. S., Keperawatan, P. S., Kesehatan, F. I., Nasional, U. P., & Ibu, S. (2025). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Makanan Bergizi Dan Pendidikan Ibu Dengan Sikap Dalam Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Kelurahan Y. 11(1), 79–87.*
- Aurelia, Y. (2024). *1000 Hari Pertama Kunci Cegah Stunting.* 22 Februari 2024. <https://ayosehat.kemkes.go.id/1000-hpk-kunci-cegah-stunting?>
- Ayu Rahmadani, R., Setiawati, A., Aris, I., Lontaan, A., & Prasetyowati, P. (2025). Effectiveness of nutrition education on stunting prevention behavior in mothers under five. *Jurnal Edukasi Ilmiah Kesehatan, 3(1), 01–08.* <https://doi.org/10.61099/junedik.v3i1.68>
- Azi Djogo, H. M., Betan, Y., & Dion, Y. (2020). *Hubungan Pekerjaan Ibu Dan Praktik Asi Ekslusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Kabupaten Timor Tengah Selatan.* 8, 89–97.
- Bancin, A., Aidha, Z., & Azhar, Y. K. (2024). The Relationship Between Mothers' Knowledge And Behavior About Nutritional Status With The Incidence Of Stunting. *Indonesian Journal of Global Health Research, 2(4), 1747–1758.* <https://doi.org/10.37287/ijghr.v2i4.250>
- Darmini, N. W., Fitriana, L. B., & Vidayanti, V. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 2-5 Tahun *Community of Publishing in Nursing, 10(April 2022), 160–165.*
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2024). Profil Kesehatan Provinsi Bali 2024. *Repository.Usd.Ac.Id, 1–19.* <https://repository.unsri.ac.id/12539/>
- Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Kabupaten Gianyar. (2025). *Rembuk “Stunting” Upaya Wujudkan Generasi Sehat Dan Cerdas.* <https://dpmd.gianyarkab.go.id/landing/berita/rembuk-stunting-upaya-wujudkan-generasi-sehat-dan-cerdas/eyJpdIi6Ii9LNnVRcEl5a0hxNmtuZ3NBb2l3ekE9PSIsInZhbHVIIjoidDFWaDhlcmJBVT h6ams5ZzNGU0hxQT09IiwibWFjIjoiYjA5YWM3Yzk3Mjk5Yjc1NzU4ZTU4MmJmYmRiYW E3ZmEzMmM2ZjZiM>
- Eka Sari, N. A. M., Ketut Mirayanti, N. A., & Fista Adriana, K. R. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dalam Pemberian Gizi Seimbang Dengan Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Keperawatan, 14,* 27–38.
- Elfrida, A. V., Lubis, B. M., Ramayani, O. R., & Sitorus, M. S. (2024). *Analisis Hubungan Tingkat Pendidikan dengan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang.* 26(66), 171–175.
- Faridah, F., Anies, A., Kartasurya, M. I., & Widjanarko, B. (2024). Online educational intervention: Improving maternal knowledge and attitudes in providing developmental stimulation for stunting toddlers. *Narra J, 4(1), 1–9.* <https://doi.org/10.52225/narra.v4i1.591>
- Gizaw, Z., Yalew, A. W., Bitew, B. D., Lee, J., & Bisesi, M. (2022). Stunting among children aged 24–59 months and associations with sanitation, enteric infections, and environmental enteric dysfunction in rural northwest Ethiopia. *Scientific Reports, 12(1), 1–11.* <https://doi.org/10.1038/s41598-022-23981-5>
- Hadi, H., Fatimatasari, F., Irwanti, W., Kusuma, C., Alfiana, R. D., Ischaq Nabil Asshiddiqi, M., Nugroho, S., Lewis, E. C., & Gittelsohn, J. (2021). Exclusive breastfeeding protects young children from stunting in a low-income population: A study from eastern indonesia. *Nutrients, 13(12), 1–14.* <https://doi.org/10.3390/nu13124264>
- Hafid, F., Nasrul, N., Amsal, A., Ramadhan, K., Taufiqurahman, T., & Sariman, S. (2024). *Berat Lahir Rendah , Jenis Kelamin Anak , Jumlah Anak dan Pendidikan Ibu Sebagai Faktor Risiko Stunting di Kota Palu - Indonesia Low Birth Weight , Child Gender , Number of Children , and Maternal Education as Risk Factors for Stunting in Palu City - Indonesia.* 8(2), 75–84. <https://doi.org/10.20473/amnt.v8i2SP.2024.75-84>
- Hartini, L., Simanjuntak, B. Y., & Nugraheni, D. E. (2024). Education of the “SusCatinTing”

- application on changes in knowledge, attitudes, and behavior of brides-to-be. *African Journal of Reproductive Health*, 28(10), 148–159. <https://doi.org/10.29063/ajrh2024/v28i10.15>
- Haryanti, F., Hartini, S., Andarwati, F., Risnawati, H., Pratiwi, A. N., Kusumawati, A. S., Cahyani, R. D., & Lusmilasari, L. (2024). *Maternal knowledge on nutritional-focused nurturing care and associated factors among women with stunted children aged 6-23 months in Yogyakarta, Indonesia : A cross-sectional study.* 10(4), 472–480.
- Hasni, N., Amir, R., & Nurlinda, N. (2024). Best Practice Personal Hygiene Orang Tua Balita Stunting : Studi Kasus Di Desa Batulappa dan Desa Kassa. *Sulolipu: Media Komunikasi Sivitas Akademika Dan Masyarakat*, 24(2), 227–240. <https://doi.org/10.32382/sulo.v24i2.813>
- Hirvonen, K., Wolle, A., Laillou, A., Vinci, V., Chitekwe, S., & Baye, K. (2024). Child growth faltering dynamics in food insecure districts in rural Ethiopia. *Maternal and Child Nutrition*, 20(S5), 1–9. <https://doi.org/10.1111/mcn.13262>
- Kemenkes RI. (2024). *Buku KIA Kesehatan Ibu dan Anak*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Keluarga Bebas Stunting. In *165* (p. 1).
- Laksono, A. D., Wulandari, R. D., Amaliah, N., & Wisnuwardani, R. W. (2022). Stunting among children under two years in Indonesia: Does maternal education matter? *PLoS ONE*, 17(7 July), 1–11. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0271509>
- Mara, M., Palimbo, A., Salmarini, D. D., & Jannah, R. (2025). Association between maternal age , nutritional status , and toddler stunting. 3(2), 182–195.
- Meher, C., & Zaluchu, F. (2025). Methods for stunting education in impoverished rural areas using illustrated modules in local languages. *MethodsX*, 14(December 2024), 103086. <https://doi.org/10.1016/j.mex.2024.103086>
- Munawaroh, H., Nada, N. K., Hasjiandito, A., Faisal, V. I. A., Heldanita, H., Anjarsari, I., & Fauziddin, M. (2022). Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Sentra Cendekia*, 3(2), 47. <https://doi.org/10.31331/sencenivet.v3i2.2149>
- Munthe, W. S., Ayu Atika, R., & Candra, A. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Upaya Pencegahan Ibu Dengan Kejadian Stunting. *Jurnal Keperawatan*, 15(4), 41–50. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v15i4.1820>
- Muzayyaroh. (2021). Tingkat Pengetahuan Ibu Balita Tentang Stunting Knowledge Level Of Mothers To Children About Stunting. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 8(2), 81–92.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nu'man, M. (2023). Stunting Di Indonesia: Tantangan Dan Solusi Di Era Modern. *Aleph*, 87(1,2), 149–200. <https://repositorio.ufsc.br/xmlui/bitstream/handle/123456789/167638/341506.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttps://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/8314/LOEBLEIN%2CLUCINEIACARLA.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttps://antigo.mdr.gov.br/saneamento/proeess>
- Pakpahan, L., Manurung, K., Sitorus, M. E., Ketaren, O., & Tarigan, F. L. (2020). Factors Influencing the Incidence of Stunting at the Lumban Sinaga Community Health Center, Pangaribuan District, North Tapanuli Regency in 2023 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Di UPT Puskesmas Lumban Sinaga Kecamatan Pangaribuan Kabupat. *Journal of Pharmaceutical and Sciences Electronic*, 8(1), 536–549. <https://doi.org/10.36490/journal-jps.com>
- Permatasari, T. A. E., Rizqiya, F., Kusumaningati, W., Suryaalamahsah, I. I., & Hermiwahyoeni, Z. (2021). The effect of nutrition and reproductive health education of pregnant women in Indonesia using quasi experimental study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 21(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/s12884-021-03676-x>
- Prasetyo, Y. B., Permatasari, P., & Susanti, H. D. (2023). The effect of mothers' nutritional education and knowledge on children's nutritional status: a systematic review. *International Journal of Child*

- Care and Education Policy*, 17(1). <https://doi.org/10.1186/s40723-023-00114-7>
- Rahmawati, D. N., Achadi, E. L., Dwinugraha, K. W., Alimuddin, H., Barokah, F. I., & Karyoko, D. (2025). *Buku Ajar Konsep Pedoman Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. PT. Nuansa Fajar Cemerlang.
- WHO. (2024). *Estimasi Gabungan Malnutrisi Anak*.
<https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/joint-child-malnutrition-estimates-unicef-who-wb>
- Wiliyanarti, P. F., Wulandari, Y., & Nasrullah, D. (2022). Behavior in fulfilling nutritional needs for Indonesian children with stunting: Related culture, family support, and mother's knowledge. *Journal of Public Health Research*, 11(4). <https://doi.org/10.1177/22799036221139938>
- Wulandari, R. D., Laksono, A. D., Kusrini, I., & Tahangnacca, M. (2022). The Targets for Stunting Prevention Policies in Papua, Indonesia: What Mothers' Characteristics Matter? *Nutrients*, 14(3), 1–10. <https://doi.org/10.3390/nu14030549>
- Zulfa, I., Endah Yani, R. W., & Ratna Dewanti, I. D. A. (2023). *Kejadian Stunting Berdasarkan Jenis Kelamin Dan Usia Di Wilayah Kerja Puskemas Kalisat*. 151–153.