

RESEARCH ARTICLE

PENGARUH HEALTH EDUCATION TENTANG STUNTING TERHADAP POLA PEMBERIAN MAKAN PADA ANAK BALITA

1. Aliyatus Siti Khamidah, Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dian Husada, Email : aliyatussiti08@gmail.com
2. Iis Suwanti, Program Studi Keperawatan, Akademi Keperawatan Dian Husada Mojokerto, Email : arel.jasmine2016@gmail.com
Korespondensi : arel.jasmine2016@gmail.com

ABSTRAK

Stunting terjadi karena pengetahuan ibu tentang pola pemberian makan pada anak masih kurang yang terjadi pada warga Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan. Kecendrungan semakin meningkat karena kurangnya informasi yang ibu dapat, dan ekonomi yang berampak pada pola pemberian makan ibu kepada anak. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh Health Education tentang stunting terhadap pola pemberian makan pada anak balita di Desa pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan. Penelitian ini menggunakan metode One-group Pra-post Test Design. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak balita sebanyak 100 orang, dengan metode pengambilan sample cluster random sampling. Sample yang diambil 80 orang. Instrumen yang digunakan dengan lembar kuesioner. Analisa data menggunakan Wilcoxon Sign Range Test. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan sebelum diberikan Heal Education dan sesudah diberikan Health edukasion terhadap pola pemberian makan pada anak balita ($p=0,000$; $r=<0,005$). Hasil analisa data yang diperoleh sebelum diberikan Health Education didapatkan bahwa sebagian besar (71,25%) responden memiliki pola pemberian makan tidak tepat sebanyak 57 responden. Hasil analisa setelah diberikan Health Education didapatkan bahwa hampir seluruhnya (81,25%) responden memiliki pola pemberian makan tepat sebanyak 80 responden. Dalam membantu warga menghindari pola pemberian makan yang tidak tepat sebaiknya dari pihak aparat desa lebih banyak memberikan edukasi dan sarana untuk mendapatkan informasi tentang Stunting dan pola pemberian makan dengan melibatkan semua warga baik laki-laki maupun Perempuan

Kata Kunci : Health Education, Stunting, Pola Pemberian Makan

PENDAHULUAN

Pemberian makan pada bayi dan anak atau sering disingkat dengan PMBA merupakan salah satu program pemerintah untuk menurunkan angka kematian anak dan meningkatkan kualitas hidup ibu sesuai dengan Millenium Developments Goals yang keempat dan kelima. Selain itu, program PMBA juga bertujuan meningkatkan status gizi dan kesehatan, tumbuh kembang dan kelangsungan hidup anak di Indonesia (Kemenkes, 2010). Pemberian makanan pendamping terlalu dini ataupun terlambat merupakan masalah yang umum yang sering terjadi di masyarakat. Pemberian variasi makanan pada anak sangat dibutuhkan karena anak memerlukan asupan nutrisi yang berbeda-beda. Selain praktek yang kurang tepat dalam pemberian makanan, kebiasaan masyarakat juga sangat berpengaruh. Adapun hal-hal yang harus diperhatikan dalam pemberian makan pada bayi dan anak yang meliputi usia anak, frekuensi pemberian makanan dalam sehari, jumlah pemberian makanan atau porsi untuk sekali makan, tekstur makanan, variasi makanan, memberikan makanan secara aktif atau responsive pada anak dan selalu menjaga kebersihan. Hasil wawancara dengan Kader Kesehatan bahwa masalah stunting terjadi karena pola ibu terkait pemberian makan pada anak masih kurang tepat, seperti kurang dalam pemberian daging, sayur, buah dan jajanan sembarangan yang diberikan pada anak tersebut. Pola pemberian makan kurang tepat juga karena faktor dari ibu yang kurang mengetahui pemberian makanan dengan gizi seimbang yang sesuai dengan usia anak.

WHO (2018) melaporkan bahwa prevalensi stunting di Asia lebih tinggi di bandingkan dengan Afrika. Sejumlah 87 juta anak dilaporkan mengalami stunting di Asia dan 59 juta anak yang menderita stunting di Afrika. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) tahun 2017 melaporkan bahwa Indonesia termasuk kedalam 3 besar negara dengan prevalensi stunting tertinggi di Regional Asia Tenggara. Diperkirakan bahwa rata-rata prevalensi balita stunting di Indonesia pada tahun 2005-2017 sejumlah 36,4% dan pada tahun 2022 dilaporkan sejumlah 21,6%. Dan mengalami penurunan pada tahun 2023 sebesar 3,8% menjadi 17,8% dari tahun sebelumnya. Namun prevalensi balita stunting di Indonesia masih melebihi standar internasional. Standar stunting maksimal menurut WHO yaitu 20% atau seperlima dari jumlah total anak balita. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 prevalensi stunting di Provinsi Bali sebesar 21,9%, data ini melebihi batas maksimal dari standar WHO. Hasil wawancara dengan 10 orang ibu yang mempunyai anak balita yang dimana 7 dari 10 orang tersebut masih kurang tepat dalam pemberian makanan dengan gizi seimbang pada anak

Pola makan pada balita sangat berperan penting dalam proses pertumbuhan pada balita, karena dalam makanan banyak mengandung gizi. Gizi sangat berkaitan dengan kesehatan dan kecerdasan. Apabila terkena defisiensi gizi maka anak akan mudah terkena infeksi. Jika pola makan pada balita tidak tercapai dengan baik, maka pertumbuhan balita juga akan terganggu, tubuh kurus, gizi buruk dan bahkan bisa terjadi balita pendek (stunting), sehingga pola makan yang baik juga perlu dikembangkan untuk menghindari zat gizi kurang. Apabila asupan nutrisi yang diberikan kurang, maka akibat yang akan terjadi pada bayi yaitu malnutrisi, mengalami gizi buruk, kecerdasan otak tidak maksimal, menurunkan daya tahan tubuh dan pertumbuhan serta perkembangan yang terhambat. Pemenuhan zat gizi pada usia pra sekolah sangat dipengaruhi oleh faktor gizi yang baik. Praktek pemberian makan sangat penting dalam memperhatikan pola makan anak. Praktek ibu memilih makanan untuk anak pra sekolah dapat dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu tersebut. Sehingga apabila perilaku ibu dalam pemberian makan pada anak kurang tepat akan berdampak buruk terhadap anak tersebut yang akan mengalami stunting

Penatalaksanaan masalah pola pemberian makan yang terjadi pada orang tua dengan memberikan edukasi tentang pola pemberian makan terhadap anak seperti jenis makanan, kebutuhan makanan, keseimbangan makanan, dan dampak yang terjadi jika kebutuhan makan

anak tidak cukup. Berdasarkan hal tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Health Education Tentang Stunting Terhadap Pola Pemberian Makan Pada Anak Balita Di Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan. Untuk diteliti lebih lanjut apakah ada pengaruh Health Education terhadap pola pemberian makan

TUJUAN PENELITIAN

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh health education tentang stunting terhadap pola pemberian makan pada anak balita di Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif menggunakan desain penelitian pra-experimental dengan metode penelitian pra-experimental dengan rancangan one-group pra-post test design, dimana tipe penelitian ini mengungkapkan suatu hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan suatu kelompok subjek. Kelompok subjek di observasi sebelum di intervensi, selanjutnya di observasi lagi setelah intervensi. dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang mempunyai anak balita yang berada di Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan yang berjumlah 100 orang. penelitian ini sampelnya adalah sebagian ibu yang memiliki anak balita yang berada di Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan yang berjumlah 80 orang yang dipilih dengan teknik Simple random sampling. Instrument dalam penelitian ini menggunakan lembar kuesioner, Setelah itu data tersebut ditabulasi serta diuji dengan Willcoxon.

HASIL PENELITIAN

1. Usia Balita

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia balita di wilayah Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan

No	Usia Balita (Bulan)	Frekuensi	Prosentase (%)
1	12-36	60	75,0
2	37-48	20	25,0
	Total	80	100,0

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel diatas sebagian besar (75%) usia balita sebagian besar pada usia 12-36 bulan.

2. Jenis Kelamin Balita

Tabel 2. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin balita di wilayah Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Laki-laki	55	68,75
2	Perempuan	25	31,25
	Total	80	100,0

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar (68,75%) balita berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 55 balita

3. Urutan Anak

Tabel 3. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan urutan anak di wilayah Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan

No	Urutan Anak	Frekuensi	Prosentase (%)
1	1	38	47,5
2	2	29	36,25
3	>2	13	16,25

Total	80	100,0
-------	----	-------

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel diatas hampir seluruhnya (47,5%) balita dengan urutan lahir pertama yaitu sebanyak 38 balita.

4. Pendidikan Ibu

Tabel 4. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan Tingkat Pendidikan ibu di wilayah Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan

No	Pendidikan Ibu	Frekuensi	Prosentase (%)
1	SMP / SEDERAJAT	8	10,0
2	SMA / SEDERAJAT	70	87,5
3	SARJANA	2	2,5
Total		80	100,0

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa hampir seluruhnya (87,5%) pendidikan terakhir ibu hampir seluruhnya adalah SMA/ sederajat yaitu sebanyak 70 orang.

5. Usia Ibu

Tabel 5. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia ibu di wilayah Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan

No	Usia Ibu	Frekuensi	Prosentase (%)
1	< 21 tahun	2	2,5
2	21-35 tahun	65	81,25
3	> 35 tahun	13	16,25
Total		80	100,0

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel diatas diketahui hampir seluruhnya (81,25%) usia ibu balita paling banyak pada usia 21-35 tahun yaitu ada 65 orang

6. Jumlah anak

Tabel 6. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan jumlah anak di wilayah Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan

No	Jumlah Anak	Frekuensi	Prosentase (%)
1	1	2	2,5
2	2	64	80,0
3	>2	14	17,5
Total		80	100,0

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel diatas hampir seluruhnya (80,0%) jumlah anak yang dimiliki ibu hampir seluruhnya yaitu memiliki anak lebih dari 2 yaitu ada 64 orang.

7. Penghasilan keluarga

Tabel 7. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan penghasilan keluarga di wilayah Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan

No	Penghasilan Keluarga	Frekuensi	Prosentase (%)
1	500rb-1juta	42	52,5
2	1juta-3juta	13	16,25
3	3juta-6juta	25	31,25
Total		80	100,0

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa distribusi penghasilan keluarga pada ibu balita sebagian besar (52,5%) memiliki penghasilan kurang dari UMK Kabupaten Pasuruan yaitu sebanyak 42 keluarga.

8. Pola pemberian makan sebelum diberikan Health Education tentang Stunting
Tabel 8. Distribusi frekuensi pola pemberian makan sebelum diberikan Health Education tentang stunting di wilayah Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan

No	Kategori Pola Pemberian Makan	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Tepat	23	28,75
2	Tidak Tepat	57	71,25
	Total	80	100,0

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa sebagian besar (71,25%) responden memiliki pola pemberian makan tidak tepat sebanyak 57 responden.

9. Pola Pemberian makan setelah diberikan Health Education tentang Stunting
Tabel 9. Distribusi frekuensi pola pemberian makan post test setelah diberikan Health Education tentang stunting di wilayah Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan

No	Kategori Pola Pemberian Makan	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Tepat	65	81,25
2	Tidak Tepat	15	18,75
	Total	80	100,0

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa hampir seluruhnya (81,25%) responden memiliki pola pemberian makan tepat sebanyak 80 responden.

10. Pengaruh Health Education tentang Stunting terhadap pola pemberian makan
Tabel 10. Pengaruh Health Education stunting terhadap pola pemberian makan ibu pada anak balita di wilayah Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan

No	Pola Pemberian Makan	Pre Test		Post Test	
		F	%	F	%
1	Tepat	23	28,75	65	81,25
2	Tidak Tepat	57	71,25	15	18,75
	Total	80	100,0	80	100,0

Sumber : Data primer penelitian

Berdasarkan tabel diatas sebagian besar (71,25%) pola pemberian makan tidak tepat pada saat Pre Test sejumlah 57 responden, setelah diberikan Health Education dengan jangka 1 minggu peneliti melakukan Post Test dengan hasil hampir seluruhnya (81,25%) memiliki pola pemberian makan tepat sejumlah 65 responden. Hasil > 10% sudah ada perubahan perilaku yang berarti H1 diterima. Hasil Analisa tersebut menunjukkan bahwa ada Pengaruh antar variabel yaitu Health Education Stunting terhadap pola pemberian makan ibu pada anak balita di Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan

PEMBAHASAN

1. Pola pemberian makan sebelum diberikan Health Education tentang Stunting
Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki pola pemberian makan tidak tepat yaitu sebanyak 57 responden (71,25%). Namun masih terdapat 23 responden (28,75%) yang memiliki pola pemberian makan yang tepat.
Pola makan merupakan perilaku paling penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi yang disebabkan karena kualitas dan kuantitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan mempengaruhi tingkat kesehatan individu. Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal serta perkembangan fisik dan kecerdasan bayi, anak-anak serta seluruh kelompok umur. Pola makan merupakan tingkah laku seseorang atau

sekelompok orang dalam pemenuhan kebutuhan makanan yang meliputi sikap, kepercayaan dan pilihan makanan. Pola makan terbentuk sebagai hasil dari pengaruh fisiologis, psikologis, budaya dan sosial (Waryono, 2010).

Dari hasil penelitian, sebagian responden ada yang sudah memiliki pola pemberian makan yang tepat dan hampir setengahnya memiliki pola pemberian yang tidak tepat. Pola pemberian makan responden yang tepat kemungkinan dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pendidikan hampir seluruhnya berpendidikan SMA/Sederajat sebanyak 70 responden, dan sosial ekonomi dengan penghasilan keluarga sebagian besar 500rb - 1 juta sebanyak 42 responden, hampir setengahnya responden memiliki pola pemberian makan tepat dikarenakan sebagian dari responden sudah mendapatkan informasi stunting dan pola pemberian makan dari beberapa sumber seperti televisi (16,3%) sebanyak 13 responden, perawat/bidan (56,3%) sebanyak 45 responden, kader (18,8%) sebanyak 15 responden dan lain-lain (8,8%) sebanyak 7 responden, sedangkan pola pemberian makan responden yang tidak tepat kemungkinan dipengaruhi oleh faktor pendidikan karena dari responden kurang mengetahui informasi stunting dan pola pemberian makan. Terdapat 45 responden yang menjawab pernyataan jenis makanan tidak tepat dan 35 responden yang menjawab tepat. Terdapat 32 responden yang menjawab pernyataan jumlah makanan yang tidak tepat dan 48 responden yang menjawab tepat. Terdapat 69 responden yang menjawab pernyataan jadwal makan yang tidak tepat dan 11 responden yang menjawab tepat.

2. Pola pemberian makan setelah diberikan Health Education tentang Stunting

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki pola pemberian makan tepat yaitu sebanyak 65 responden (81,25%). Dan masih terdapat 15 responden (18,75) yang memiliki pola pemberian makan yang tidak tepat setelah diberikan Health Education

Pola makan merupakan perilaku paling penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi yang disebabkan karena kualitas dan kuantitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan mempengaruhi tingkat kesehatan individu. Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal serta perkembangan fisik dan kecerdasan bayi, anak-anak serta seluruh kelompok umur. Pola makan merupakan tingkah laku seseorang atau sekelompok orang dalam pemenuhan kebutuhan makanan yang meliputi sikap, kepercayaan dan pilihan makanan. Pola makan terbentuk sebagai hasil dari pengaruh fisiologis, psikologis, budaya dan sosial (Waryono, 2010).

Dari hasil penelitian, hampir seluruhnya responden memiliki pola pemberian makan yang tepat dan sebagian kecil responden memiliki pola pemberian makan tidak tepat. Pola pemberian makan responden yang tepat kemungkinan dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pendidikan dengan tingkat pendidikan responden hampir seluruhnya SMA/Sederajat sebanyak 70 responden, sosial ekonomi dengan penghasilan keluarga sebagian besar berpenghasilan 500rb – 1 juta sebanyak 42 responden, hampir seluruhnya responden memiliki pola pemberian makan yang tepat dikarenakan sebagian dari responden sebelum diberikan Health Education sudah mendapatkan informasi stunting dan pola pemberian makan dari beberapa sumber seperti televisi (16,3%) sebanyak 13 responden, perawat/bidan (56,3%) sebanyak 45 responden, kader (18,8%) sebanyak 15 responden dan lain-lain (8,8%) sebanyak 7 responden dan peneliti pada saat melakukan Health Education sedangkan pola pemberian makan responden yang tidak tepat kemungkinan dipengaruhi oleh faktor seperti penghasilan keluarga yang belum mencukupi kebutuhan sehari-hari serta masih belum memahami terkait stunting dan pola pemberian makan. Terdapat 66 responden menjawab pernyataan jenis makanan tepat, dan 14 responden masih menjawab tidak tepat. Terdapat 71 responden menjawab pernyataan jumlah makanan tepat, dan 9 responden masih menjawab tidak tepat. Terdapat 68

responden menjawab pernyataan jadwal makan tepat, dan 12 responden masih menjawab tidak tepat.

3. Pengaruh Health Education tentang Stunting Terhadap Pola Pemberian Makan Pada Anak Balita Di Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan

Hasil penelitian didapatkan ada pengaruh antara Health Education dengan pola pemberian makan di Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan. Sebelum dilakukan intervensi sebagian besar (71,25%) pola pemberian makan tidak tepat pada saat Pre Test sejumlah 57 responden, setelah diberikan intervensi hasilnya hampir seluruhnya (81,25%) memiliki pola pemberian makan tepat sejumlah 65 responden. Hasil tersebut menunjukkan bahwa responden telah memperoleh Pendidikan kesehatan yang diberikan dengan baik.

Pola makan balita sangat berperan penting dalam proses pertumbuhan pada balita, karena dalam makanan banyak mengandung gizi. Gizi merupakan bagian penting dalam pertumbuhan. Gizi tersebut memiliki keterkaitan yang sangat erat hubungannya dengan kesehatan dan kecerdasan. Apabila pola makan tidak tercapai dengan baik pada balita maka pertumbuhan balita akan terganggu tubuh kurus, pendek bahkan terjadi gizi buruk pada balita (Purwani dan Mariyam, 2013). Menurut peneliti, sebagian besar warga Desa Pakukerto yang menjadi responden memiliki tingkat pola pemberian makan pada anak balita yang tepat yang disebabkan dari pengetahuan dan informasi tentang pola pemberian makan yang benar. Pengetahuan yang meningkat akan menambah pemahaman ibu dalam pola pemberian makan pada anak balita yang benar di Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan. Meskipun responden telah diberikan Health Education tentang Stunting masih saja terdapat 15 responden yang tidak tepat, dikarenakan masih kurang memahami terkait Stunting dan pola pemberian makan serta faktor ekonomi keluarga yang belum mencukupi kebutuhan sehari-hari

Health education atau pendidikan kesehatan adalah proses memberikan informasi, pengetahuan, dan keterampilan kepada individu atau kelompok untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman mereka tentang kesehatan. Tujuannya adalah membantu orang membuat keputusan yang lebih baik tentang gaya hidup, perilaku, dan kebiasaan yang mendukung kesehatan, serta mencegah penyakit. Pendidikan kesehatan dilakukan melalui pendekatan yang terencana dan sistematis untuk memengaruhi perilaku kesehatan dan memperbaiki lingkungan sosial serta fisik yang mendukung kesehatan masyarakat. Adapun tujuan dari Health Education diantaranya adalah :

- a. Meningkatkan Pengetahuan : Memberikan pemahaman tentang faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan, seperti pola makan, aktivitas fisik, kebersihan, dan pengelolaan stres.
- b. Mengubah Perilaku : Mendorong perubahan perilaku yang tidak sehat menjadi lebih sehat, seperti berhenti merokok, menghindari konsumsi alkohol berlebihan, atau rutin berolahraga.
- c. Mencegah Penyakit : Mengurangi risiko penyakit dengan menyebarkan informasi tentang pencegahan, seperti pentingnya vaksinasi, cuci tangan, atau penggunaan alat pelindung diri.
- d. Meningkatkan Kesejahteraan : Membantu individu dan masyarakat mencapai kualitas hidup yang lebih baik dengan meningkatkan keseimbangan fisik, mental, dan sosial.
- e. Membangun Lingkungan Sehat : Mengedukasi masyarakat tentang pentingnya menciptakan lingkungan yang bersih, aman, dan sehat.

Health education sebagai upaya yang dilakukan untuk merubah perilaku masyarakat dapat dilakukan melalui beberapa metode, diantaranya adalah :

- a. Penyuluhan : Melalui ceramah, diskusi kelompok, atau seminar untuk menyampaikan informasi secara langsung.

- b. Media Informasi : Menggunakan brosur, poster, video, atau media sosial untuk menjangkau audiens yang lebih luas.
- c. Kegiatan Praktis : Mengadakan lokakarya, pelatihan, atau simulasi untuk melatih keterampilan, seperti CPR atau cara mencuci tangan yang benar.
- d. Kampanye Kesehatan : Menyelenggarakan program atau acara yang melibatkan masyarakat, seperti kampanye anti-merokok atau cek kesehatan gratis.
- e. Pendidikan Formal : Mengintegrasikan pendidikan kesehatan ke dalam kurikulum sekolah atau perguruan tinggi.

Pendidikan kesehatan berperan sebagai fondasi untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Dengan memiliki pemahaman yang baik tentang kesehatan, individu dapat mengambil keputusan yang lebih baik dalam menjaga diri dan keluarganya. Selain itu, pendidikan kesehatan juga membantu menurunkan biaya perawatan kesehatan jangka panjang melalui pencegahan penyakit dan promosi gaya hidup sehat. Melalui upaya yang berkelanjutan, pendidikan kesehatan berkontribusi pada pembangunan masyarakat yang lebih sehat, produktif, dan sejahtera. Health education memberikan banyak manfaat dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan, yang berdampak positif pada perilaku dan kesejahteraan secara keseluruhan. Berikut adalah beberapa manfaat utama pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan masyarakat :

- a. Meningkatkan Kesadaran tentang Kesehatan

Pendidikan kesehatan membantu masyarakat memahami pentingnya menjaga kesehatan melalui informasi tentang gaya hidup sehat, kebersihan, pola makan, olahraga, dan manajemen stres. Kesadaran ini mendorong masyarakat untuk lebih peduli terhadap tubuh dan lingkungannya.

- b. Memahami Risiko Penyakit dan Pencegahannya

Health education memberikan pengetahuan tentang faktor risiko berbagai penyakit, seperti penyakit tidak menular (diabetes, hipertensi) dan penyakit menular (HIV/AIDS, tuberkulosis). Dengan pemahaman ini, masyarakat dapat mengambil langkah pencegahan, seperti vaksinasi, pemeriksaan kesehatan rutin, atau mengadopsi kebiasaan sehat.

- c. Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan Kesehatan

Dengan pengetahuan yang cukup, masyarakat lebih mampu membuat keputusan yang baik terkait kesehatan, seperti memilih makanan sehat, menggunakan alat kontrasepsi, atau mematuhi pengobatan yang diresepkan oleh tenaga kesehatan.

- d. Mengurangi Misinformasi tentang Kesehatan

Pendidikan kesehatan membantu meluruskan mitos atau informasi yang salah tentang kesehatan, seperti kekeliruan mengenai pengobatan tradisional, vaksin, atau penyebaran penyakit. Ini mendorong masyarakat untuk mengandalkan sumber informasi kesehatan yang terpercaya.

- e. Meningkatkan Partisipasi dalam Program Kesehatan

Masyarakat yang memiliki pengetahuan lebih baik cenderung lebih aktif mengikuti program kesehatan, seperti imunisasi, cek kesehatan gratis, atau kampanye kesehatan, sehingga meningkatkan cakupan dan keberhasilan program tersebut.

- f. Membangun Perilaku Sehat

Pengetahuan yang diberikan melalui health education mendorong perubahan perilaku, seperti berhenti merokok, mengurangi konsumsi alkohol, menjaga kebersihan, atau rutin berolahraga, yang dapat meningkatkan kualitas hidup jangka panjang.

g. Meningkatkan Kesadaran akan Hak atas Kesehatan

Health education juga membantu masyarakat memahami hak mereka atas layanan kesehatan, sehingga mereka dapat mengakses fasilitas kesehatan dengan lebih baik dan mengetahui prosedur yang tersedia.

h. Mengurangi Beban Ekonomi akibat Penyakit

Dengan meningkatnya pengetahuan tentang kesehatan, masyarakat cenderung mencegah penyakit daripada mengobatinya, sehingga mengurangi biaya perawatan kesehatan yang mahal di kemudian hari.

Melalui upaya health education yang berkelanjutan, masyarakat tidak hanya mendapatkan informasi, tetapi juga mampu mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari, menciptakan komunitas yang lebih sehat, mandiri, dan produktif.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai hasil penelitian sebagai berikut :

1. Pola makan pada anak balita di Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan sebelum diberikan Health Education Sebagian besar tidak tepat.
2. Pola pemberian makan pada anak balita di Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan setelah diberikan Health Education Hampir seluruhnya tepat.
3. Terdapat pengaruh antara Health Education tentang Stunting terhadap pola pemberian makan anak balita di Desa Pakukerto Kecamatan Sukorejo Pasuruan meningkat setelah diberikan Health Education.

SARAN

1. Bagi Responden

Ibu yang memiliki anak balita lebih sering mencari informasi tentang stunting dan pola pemberian makan dan sering datang ke posyandu untuk mengetahui perkembangan anak.

2. Bagi Tempat Penelitian

Pemerintah Desa dan Kader Kesehatan hendaknya lebih banyak memberikan edukasi tentang stunting dan pola pemberian makan.

3. Bagi Institusi

Melakukan penerapan mengenai Pengaruh Health Education Tentang Stunting Terhadap Pola Pemberian Makan Pada Anak Balita dalam perkuliahan

4. Bagi Masyarakat

Masyarakat dapat lebih paham dengan diberikan Pendidikan kesehatan tentang Stunting dan lebih banyak mencari informasi terkait pola pemberian makan serta sering ke posyandu agar menghindari angka kejadian stunting yang lebih tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, N. I., Martanti, L. E., & Ariyanti, I. (2020). The Maternal Nutrition and Knowledge Level in Stunting Children. *Journal of Midwifery Science: Basic and Applied Research*, 2(2), 33-37.
- Citrakesumasari, C., Nasrah, N., Lestari, D., Sahabuddin, S. M. N., Rahmah, N., Wijaya, M., ... & Rachmat, M. (2023). Edukasi dan Inovasi Pangan untuk Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil di Kabupaten Gowa, Sulawesi Selatan. *Jurnal Inovasi Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 1-12.
- Hardjo, S., Astuti, R., & Purba, A. T. L. (2024). Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemahaman Kognitif Dan Pola Makan Sehat Pada Masyarakat Desa Perlis. *Journal Of Human And Education (JAHE)*, 4(1), 88-91.

- Komalasari, K., Supriati, E., Sanjaya, R., & Ifayanti, H. (2020). Faktor-faktor penyebab kejadian stunting pada balita. *Majalah Kesehatan Indonesia*, 1(2), 51-56.
- Lactona, I. D., & Cahyono, E. A. (2024). KONSEP PENGETAHUAN; REVISI TAKSONOMI BLOOM. *Enfermeria Ciencia*, 2(4), 241-257.
- Maryati, S., Yunitasari, P., & Punjastuti, B. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Ibu dalam Pemberian Makanan Pendamping ASI pada Balita Stunting di Desa Gerbosari dan Sidoarjo, Samigaluh, Kulon Progo. *Jurnal Indonesia Sehat*, 1(03), 195-204.
- Nasruddin, N. I., & Saimin, J. (2024). POLA MAKAN SEIMBANG, PERTUMBUHAN OPTIMAL: GIZI DAN PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN SEBAGAI LANGKAH AWAL PENCEGAHAN STUNTING PADA BALITA. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(12), 2289-2296.
- Nastia, N., Sarifudin, A., Nelvianti, N., Umar, A., & Imran, I. (2023). EDUKASI DAN OPERASIONAL DAPUR SEHAT ATASI STUNTING (DASHAT) KAMPUNG KELUARGA BERKUALITAS DESA BONEATIRO KABUPATEN BUTON: Education And Operations Of Healthy Kitchens Overcoming Stunting (Dashat) Quality Family Village, Boneatiro Village, Buton Regency. *MESTAKA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 109-113.
- Permas, R., & Iskandar, W. (2024). Pengaruh Edukasi Gizi Leaflet Kementerian Kesehatan pada Pengetahuan Pola Konsumsi Balita di Desa Rantoe Panyang Timur. *Polyscopia*, 1(4), 260-265.
- Picauly, I., Tira, D. S., & Pellokila, M. (2023). Pentingnya Pola Makan Beragam, Bergizi, Seimbang, Dan Aman Dalam Upaya Percepatan Penurunan Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Sumlili Kecamatan Kupang Barat Kabupaten Kupang. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Kepulauan Lahan Kering*, 4(1), 9-17.
- Pratiwi, W. R., & Asnuddin, A. (2023). Cegah Balita Dari Stunting Melalui Edukasi Isi Piringku Di Posyandu Cempaka Kabupatten Barru. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3), 450-456.
- Purwanti, R., Margawati, A., Wijayanti, H. S., Rahadiyanti, A., Kurniawati, D. M. A., & Fitrianti, D. Y. (2023). Strategi Peningkatan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Responsive Feeding untuk Pencegahan Stunting pada Balita. *Wikrama Parahita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 7(2), 270-280.
- Waluyani, I., Siregar, F. N., Anggreini, D., Aminuddin, A., & Yusuf, M. U. (2022). Pengaruh Pengetahuan, Pola Makan, dan Aktivitas Fisik Remaja Terhadap Status Gizi di SMPN 31 Medan, Kecamatan Medan Tuntungan. *PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 28-35.