

## Pengaruh intervensi pangan lokal dan konseling gizi terhadap stunting pada balita

### *The effect of local food intervention and nutrition counseling on stunting in toddlers*

SAGO: Gizi dan Kesehatan  
2024, Vol. 5(3b) 1086-1093  
© The Author(s) 2024



DOI: <http://dx.doi.org/10.30867/gikes.v5i3b.2177>  
<https://ejournal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/gikes>

Widya Lestari Nurpratama<sup>1\*</sup>, Nur Fauzia Asmi<sup>2</sup>,  
Anom Dwi Prakoso<sup>3</sup>



Poltekkes Kemenkes Aceh

#### Abstract

**Background:** Handling of stunting can be done through comprehensive intervention and not only done with one intervention method, namely by providing local food according to the contents of my plate and nutritional education for mothers of toddlers through individual counseling methods.

**Objectives:** The purpose of this study was to analyze the differences in Body Weight, Height, and maternal knowledge before and after local food intervention and nutritional counseling were carried out on stunted toddlers in Bekasi Regency.

**Method:** Experimental research method, pre-experimental research design with one group pretest-posttest design model, conducted in Pasir Gombang Village, North Cikarang District, Bekasi. The research was conducted from August - September 2024. The subjects of the study were 15 stunted toddlers taken based on purposive sampling techniques according to inclusion and exclusion criteria and data processing using the Wilcoxon test. The interventions provided were nutritional counseling in two meetings, and feeding for 14 days. The data collected in the form of maternal nutritional knowledge and toddler characteristics were conducted through questionnaire interviews. Weight data was measured using a digital scale and toddler height was measured using a stature meter.

**Results:** The average weight increased after the intervention by 0.1 kg, but was not significantly different ( $p = 0.148$ ). The average height increased after the intervention by 0.2 cm and was significantly different ( $p = 0.027$ ). Then the mother's knowledge increased by 7.7 points and was significantly different ( $p = 0.011$ ).

**Conclusion:** There are differences in weight, height, and knowledge of mothers of toddlers before and after local food intervention and nutrition education with the nutrition counseling method for stunted toddlers in Bekasi Regency.

#### Keywords :

Nutrition education, nutrition counseling, fill my plate, stunting

#### Abstrak

**Latar Belakang:** Penanganan stunting dapat dilakukan dengan intervensi secara menyeluruh dan tidak hanya dilakukan dengan satu metode intervensi yaitu dengan pemberian pangan lokal sesuai isi piringku serta pendidikan gizi pada ibu balita melalui metode konseling individu.

**Tujuan:** Tujuan penelitian ini untuk menganalisis perbedaan Berat Badan, Tinggi Badan, serta pengetahuan ibu sebelum dan setelah dilakukan intervensi pangan lokal dan konseling gizi pada balita stunting di Kabupaten Bekasi.

**Metode:** Metode penelitian eksperimen, desain penelitian *pre experimental* dengan model *one group pretest-posttest design*, dilakukan di Desa Pasir Gombang Kecamatan Cikarang Utara, Bekasi. Penelitian dilakukan dari bulan Agustus – September 2024. Subjek penelitian 15 balita stunting yang diambil berdasarkan teknik *purposive sampling* sesuai kriteria inklusi dan eksklusi serta pengolahan data menggunakan uji *wilcoxon test*. Intervensi yang diberikan yaitu konseling gizi dalam dua kali pertemuan, dan pemberian makan selama 14 hari. Data yang dikumpulkan berupa pengetahuan gizi ibu dan karakteristik balita dilakukan dengan wawancara kuesioner. Data Berat Badan diukur dengan timbangan digital dan Tinggi Badan balita diukur dengan alat tinggi *stature meter*.

**Hasil:** Rata-rata Berat Badan meningkat setelah intervensi sebesar 0.1 kg, namun tidak berbeda signifikan ( $p = 0.148$ ). Rata-rata Tinggi Badan meningkat setelah intervensi sebesar 0.2 cm dan berbeda secara signifikan ( $p = 0.027$ ). Kemudian pengetahuan ibu mengalami peningkatan sebesar 7.7 poin dan berbeda signifikan ( $p = 0.011$ ).

<sup>1</sup> Prodi Sarjana Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Medika Suherman, Bekasi, Indonesia. E-mail: [widyalastarinurpratama@gmail.com](mailto:widyalastarinurpratama@gmail.com)

<sup>2</sup> Prodi Sarjana Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Medika Suherman, Bekasi, Indonesia. E-mail: [asminurfauzia@gmail.com](mailto:asminurfauzia@gmail.com)

<sup>3</sup> Prodi Administrasi Kesehatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Medika Suherman, Bekasi, Indonesia. E-mail: [anomdwiprakoso@gmail.com](mailto:anomdwiprakoso@gmail.com)

#### Penulis Korespondensi:

**Widya Lestari Nurpratama:** Prodi Sarjana Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Medika Suherman, Bekasi, Indonesia.  
E-mail: [widyalastarinurpratama@gmail.com](mailto:widyalastarinurpratama@gmail.com)

**Kesimpulan:** Terdapat perbedaan Berat Badan, Tinggi Badan, serta pengetahuan ibu balita sebelum dan setelah dilakukan intervensi pangan lokal dan pendidikan gizi dengan metode konseling gizi pada balita stunting di Kabupaten Bekasi.

**Kata Kunci :**

Isi Piringku, konseling gizi, pendidikan gizi, stunting

## Pendahuluan

**S**tunting masih menjadi permasalahan utama pada balita di Indonesia. Stunting merupakan masalah krusial karena dampak yang terjadi pada balita menyebabkan implikasi jangka pendek maupun jangka panjang. Implikasi jangka pendek stunting yaitu terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan metabolisme tubuh, gangguan pertumbuhan fisik dan peningkatan biaya kesehatan. Sedangkan implikasi jangka panjang yaitu tidak optimalnya perkembangan kognitif dan fisik, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit serta berisiko tinggi terkena penyakit degeneratif pada usia senja (Laily & Indarjo, 2023).

Beberapa kasus stunting di Jawa Barat meningkat dibandingkan tahun 2022, peningkatan terjadi pada beberapa daerah yang termasuk tinggi yaitu Kabupaten Bandung 29.2%, Kota Tasikmalaya 27.1%, Kabupaten Bogor 27.6%, Kabupaten Sukabumi 27%, Kota Sukabumi 26.9%, dan Kabupaten Bekasi ditemukan sebanyak 23.2% pada tahun 2023 (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023).

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pemberian bahan pangan lokal berupa telur ayam dan bubur kacang hijau dapat membantu menurunkan stunting pada balita, hasil penelitian menunjukkan bahwa kenaikan Berat Badan terjadi sekitar 0.6 kg. Terjadinya peningkatan Berat Badan akan membantu peningkatan Tinggi Badan karena anak balita masih akan terus tumbuh dan berkembang (Ummah, 2022). Kemudian penelitian lain menyebutkan bahwa intervensi bahan pangan lokal berbahan labu kuning dapat membantu menurunkan stunting karena hasil intervensi yang dilakukan selama 14 hari dapat meningkatkan Berat Badan sekitar 0.650 kg (Irwan et al., 2020). Penelitian lain menyebutkan bahwa pemberian intervensi pendidikan gizi dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita sehingga ibu balita dapat menerapkan pemberian makan yang tepat kepada balita dan harapannya dapat membantu menurunkan stunting pada balita (Farisita et al., 2021; Al Rahmad et al., 2022).

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu intervensi yang dilakukan sebelumnya berupa

makanan tambahan telur, susu, atau *snack*. Namun demikian, belum banyak penelitian yang memberikan intervensi berupa pemberian makan pangan lokal lengkap sesuai isi piringku seperti hewani telur atau ikan, sayuran lokal tambahan susu serta buah untuk menunjang perbaikan status gizi anak stunting. Berbagai upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan stunting diantaranya melalui intervensi yang dilakukan secara menyeluruh melibatkan lebih dari satu model intervensi. Intervensi yang dilakukan berupa dimensi gizi dengan Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) berbasis pangan lokal dan dimensi pendidikan dengan metode konseling gizi yang dilakukan secara individu pada ibu balita (Jeniawaty & Mairo, 2022). Pendidikan gizi dapat mempengaruhi status gizi balita dengan rata-rata BB meningkat 0.257 kg. Pendidikan gizi meningkatkan pengetahuan ibu dan status gizi anak (Prakoso et al., 2021; Prasetyo et al., 2023).

Sasaran utama PMBA di Indonesia mayoritas balita dengan berat badan kurang. Praktik PMBA menjadi salah satu faktor pencegah stunting pada anak (Phu et al., 2019). Penanganan stunting diutamakan dengan PMBA selama 3 kali dalam 1 minggu menunjukkan adanya perbaikan gizi (Hadju et al., 2023). Berdasarkan tambahan rekomendasi PMBA dari WHO yaitu berikan konsumsi pangan beragam terutama sumber hewani, buah dan sayuran sebagai kunci dari asupan energi. Sumber protein hewani menyediakan zat besi, seng, dan vitamin B12 (Septariana et al., 2024). Penambahan buah dapat membantu penyerapan zat besi dari protein hewani. Sumber protein hewani yang tersedia secara lokal dapat berupa telur dan ikan.

Pemberian telur pada balita stunting selama 30 hari menunjukkan adanya perbaikan status gizi (Farisita et al., 2021). Solusi dalam mengatasi permasalahan gizi di Indonesia diantaranya konsumsi makanan sumber protein hewani seperti ikan. Ikan sendiri mudah ditemukan karena salah satu sumber daya alam yang ada di Indonesia (Rindawati, 2022). Tambahan susu dapat diberikan seperti susu hewani atau susu lemak penuh (Septariana et al., 2024) (Waluyo et al., 2023). Penyediaan susu untuk balita dapat berhubungan

positif dengan pertumbuhan anak (Farisita et al., 2021; Kadir, 2021).

Berdasarkan deskripsi di atas maka tujuan penelitian ini yaitu mengetahui perbedaan Berat Badan dan Tinggi Badan Balita Stunting serta pengetahuan ibu sebelum dan setelah intervensi pangan lokal dan konseling gizi di Kabupaten Bekasi. Urgensi penelitian dikarenakan masalah stunting di Indonesia masih tinggi sehingga intervensi holistik integratif berupa PMBA bahan pangan lokal dan konseling gizi akan membantu menurunkan permasalahan stunting.

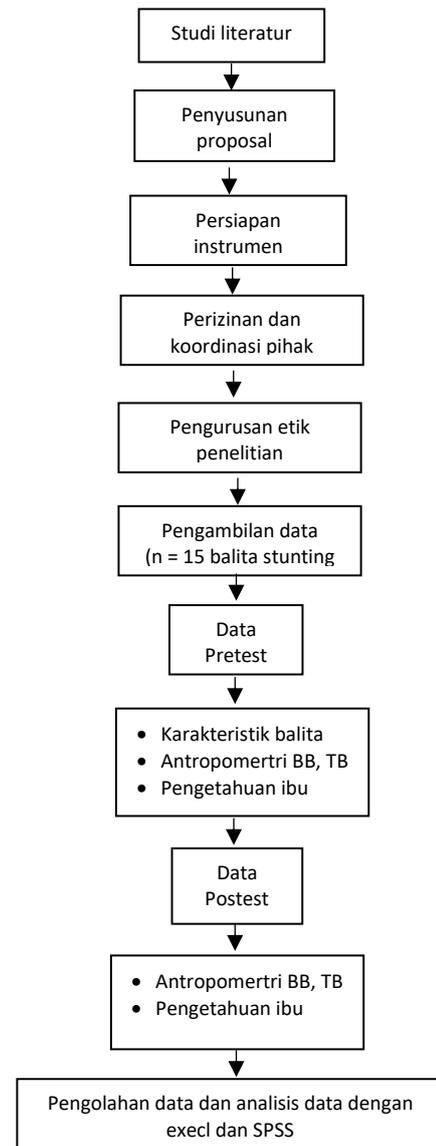
## Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *pre experimental* dengan model *one group orestest-posttest design*. Tempat penelitian yaitu di wilayah Desa Pasir Gombang Kecamatan Cikarang Utara, Kabupaten Bekasi yang dilakukan pada bulan Agustus sampai September 2024. Subjek penelitian diambil berdasarkan teknik *purposive sampling* dengan menggunakan rumus sampel untuk uji hipotesis beda rata-rata pada dua kelompok dependen (Farisita et al., 2021). Jumlah sampel yang digunakan 15 responden sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi penelitian. Tahapan alur penelitian dapat dilihat pada Gambar 1 dibawah ini.

Penelitian ini menggunakan 15 responden dikarenakan beberapa pertimbangan yaitu fleksibilitas dan pengaturan variabel, fokus pada detail penelitian karena dengan sampel kecil dapat memberikan wawasan mendalam tentang mekanisme atau proses tertentu yang sulit diperoleh dengan sampel besar. Selain itu, dalam sebuah penelitian seringkali memerlukan biaya dan waktu yang signifikan untuk merekrut, mengelola, dan menganalisis data. Sehingga dengan sampel 15 responden peneliti dapat mengefektifkan dan mengefesienkan waktu penelitian. Namun, penting untuk diingat bahwa pemilihan sampel ini memiliki keterbatasan, terutama dalam hal generalisasi hasil ke populasi yang lebih luas. Penggunaan sampel ini selalu dikaitkan dengan tujuan spesifik penelitian dan pertimbangan metodologis yang matang.

Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu responden adalah balita usia 12-23 bulan yang berdasarkan laporan dari Puskesmas setempat merupakan anak stunting dengan data z score kurang dari -2 standar deviasi menurut standar

pertumbuhan anak menurut WHO, tinggal bersama ibunya, ibu balita berusia 18-45 tahun, ibu balita bersedia menandatangani *inform consent* dan berpartisipasi dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Kriteria eksklusi pada penelitian ini yaitu responden memiliki sakit bawaan dan *lost to follow up* pada saat berjalannya penelitian.



**Gambar 1.** Alur penelitian

Jenis data yang dikumpulkan meliputi data pengetahuan gizi ibu. Kemudian dikumpulkan juga karakteristik balita, data antropometri BB dan tinggi badan. Intervensi yang dilakukan terhadap ibu balita adalah pendidikan gizi dengan metode konseling gizi oleh tenaga gizi terlatih yang diberikan dua kali pertemuan dengan menggunakan media *leaflet* dan buku foto makanan dengan topik 1) stunting, 2) gizi ibu hamil, 3) sanitasi dan kebersihan, 5) kebiasaan makan

anak, dan 6) ASI eksklusif dan PMBA gizi seimbang serta isi piringku dengan bahan pangan lokal. Penelitian terdahulu menyebutkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu setelah diberikan intervensi pendidikan gizi sebanyak satu kali dalam sebulan (Farisita et al., 2021).

Intervensi pada anak balita dengan memberikan PMBA dengan prinsip makanan gizi seimbang sesuai isi piringku dengan bahan pangan lokal. PMBA yang diberikan mengutamakan protein hewani. Kemudian ditambahkan snack berupa telur, susu 125 ml dan buah. Intervensi PMBA akan dilakukan selama 14 hari. Pemberian PMBA dilakukan pada saat waktu makan siang. Berdasarkan hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa rata-rata terjadi peningkatan BB pada balita gizi kurang dan stunting setelah diberikan intervensi PMT lokal labu kuning selama 14 hari sebesar 0.650 kg (Irwan et al., 2020).

Pengambilan data penelitian akan dilakukan oleh anggota tim penelitian, konselor gizi, dan dibantu oleh enumerator gizi terlatih. Pengolahan data akan dilakukan dengan menggunakan uji *wilcoxon test*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan program *Microsoft excel* dan *SPSS*. Penelitian ini telah memiliki persetujuan etik dari komisi etik penelitian kesehatan Universitas Harapan Bangsa dengan keterangan layak etik No. B.LPPM-UHB/661/07/2024.

## Hasil

### Karakteristik Responden

Responden pada penelitian ini yaitu balita stunting yang berusia 12-23 bulan. Karakteristik responden pada penelitian ini diklasifikasikan berdasarkan jenis usia, jenis kelamin, pemberian susu UHT, pemberian ASI, pendidikan ibu, dan pendapatan keluarga. Karakteristik responden pada penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 1.

Berdasarkan Tabel 1 diatas, dapat diketahui bahwa mayoritas usia balita berkisar antara 12-17 bulan 60%, berjenis kelamin laki-laki 53.3%. Status pemberian susu UHT 53.3% sebanyak 8 orang, sedangkan pemberian ASI mayoritas diberikan ASI sebesar 93.3%. Dilihat dari pendidikan ibu balita stunting memiliki pendidikan tingkat SMP-SMA sebesar 80% dan untuk pendapatan keluarga mayoritas masih kurang dibawah UMR Kabupaten Bekasi (BPS Kab Bekasi, 2024).

**Tabel 1.** Karakteristik responden

Karakteristik	f	%
Usia		
12-17 Bulan	9	60
18-23 Bulan	6	40
Jenis Kelamin		
Laki-laki	8	53.3
Perempuan	7	46.7
Pemberian Susu UHT		
Ya	8	53.3
Tidak	7	46.7
Pemberian ASI		
Ya	14	93.3
Tidak	1	6.7
Pendidikan Ibu		
SD/Sederajat	3	20
SMP-SMA	12	80
Pendapatan Keluarga		
<UMR (Rp 5.219.263)	11	73.3
≥UMR (Rp 5.219.263)	4	26.7

### Perbedaan Berat Badan, Tinggi Badan, dan Pengetahuan Ibu Balita Stunting

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan intervensi yang terdiri dari PMBA, antropometri balita dan pemberian konseling gizi individu untuk ibu balita. Pengambilan data dilakukan sebelum dan setelah dilakukan intervensi. Data yang diambil diantaranya BB, TB, dan pengetahuan Ibu. Data perbedaan tersebut dapat dilihat pada Tabel 2 dibawah ini.

**Tabel 2.** Perbedaan Berat Badan, Tinggi Badan, dan Pengetahuan Ibu Balita Stunting

Variabel	Sebelum Intrevensi $\bar{x} \pm SD$ (median)	Setelah Intrevensi $\bar{x} \pm SD$ (median)	<i>p-value</i>
Berat Badan (kg)	8.9 ± 1.6 (8.5)	9 ± 1.5 (8.8)	0.148
Tinggi Badan (cm)	75.8 ± 6.1 (73)	76 ± 6.1 (73)	0.027*
Pengetahuan Ibu	69.3 ± 9.8 (70)	77 ± 6.5 (75)	0.011*

Berdasarkan Tabel 2 diatas, dapat diketahui bahwa rerata BB balita meningkat dari sebelum intervensi dengan setelah intervensi dari 8.9 kg ke

9 kg, namun hasil tersebut jika diuji perbedaan tidak mengalami perbedaan yang signifikan (*p-value* >0.05). Variabel TB jika dilihat dari hasil

pengamatan sebelum dan setelah intervensi meningkat walaupun hanya 0.2 cm tetapi jika dilihat dari hasil uji *wilcoxon* menunjukkan perbedaan yang signifikan antara sebelum dan setelah dilakukan intervensi ( $p$ -value <0.05). Kemudian untuk variabel pengetahuan ibu balita, terdapat peningkatan skor pengetahuan setelah dilakukannya intervensi gizi yaitu sebesar 7.7 poin dan berdasarkan hasil uji *wilcoxon* menunjukkan perbedaan yang signifikan ( $p$ -value <0.05).

## Pembahasan

Menurut WHO stunting adalah kondisi ketika anak mengalami retradasi pertumbuhan akibat pola makan yang kurang baik atau infeksi berulang yang mengakibatkan anak berisiko tinggi mengalami penyakit atau kematian. Kejadian stunting biasa terjadi pada masa 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) karena itu mayoritas anak yang mengalami stunting dimulai masa dalam janin sampai usia dua tahun. Aplikasi terkait 1000 HPK menjadi hal penting terutama pada masa pertumbuhan dan perkembangan anak (Hidayah et al., 2023).

Stunting ini memiliki gejala yaitu terjadinya gangguan pertumbuhan pada anak karena kekurangan gizi dalam jangka waktu yang lama. Sebelum anak mencapai dua tahun gangguan pertumbuhan tersebut masih bisa diperbaiki. Namun, apabila anak sudah lebih dari dua tahun akan sulit untuk memperbaiki gangguan akibat kekurangan gizi tersebut. Ketercapaian perkembangan fisik dan kognitif yang optimal akan sulit dicapai apabila anak mengalami stunting. Kemudian, stunting akan merusak masa depan dengan cara memengaruhi generasi berikutnya (Vaivada et al., 2020).

Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan BB balita sebelum dan setelah intervensi PMBA. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa terdapat peningkatan BB balita setelah dilakukannya intervensi pemberian makan dengan kenaikan BB 0.6 kg (Ummah, 2022). Penelitian lain juga menunjukkan terjadi peningkatan BB rata-rata 0.650 pada balita kelompok intervensi (Irwan et al., 2020). Hasil penelitian ini sesuai dengan tujuan PMBA pada anak stunting yang dapat membantu mencapai status gizi optimal dengan memberikan makanan tinggi energi, protein, dan cukup vitamin mineral (Yosepa, 2022).

Peningkatan rerata BB sebesar 0.1 kg ditunjukkan dengan adanya peningkatan rerata BB sesudah diberikan PMBA. Semua balita diberikan intervensi PMBA berbasis pangan lokal sesuai isi piringku selama 14 hari menunjukkan peningkatan rerata BB sebesar 0.1 kg. Intervensi pada penelitian ini dilakukan selama 14 hari. Pertimbangan yang diambil oleh peneliti untuk waktu intervensi yaitu sebagai batasan waktu standar paling sederhana untuk melakukan intervensi. Pertimbangan lain dikarenakan peneliti menemukan penelitian lainnya yang menggunakan waktu intervensi selama 14 hari. Peneliti juga menemukan penelitian lainnya yang menggunakan waktu 14 hari sebagai lamanya intervensi pada balita gizi kurang (Irwan et al., 2020). Peningkatan BB tidak signifikan dikarenakan faktor-faktor yang mungkin berpengaruh pada saat penelitian diantaranya ukuran sampel yang kecil dan tidak ada kontrol, pengumpulan data BB yang kurang baik karena dilakukan oleh orang yang berbeda-beda dan menggunakan alat yang berbeda-beda, kondisi anak tidak diperhatikan misalnya kondisi anak sedang sakit, kemudian faktor waktu intervensi yang kurang lama yaitu hanya sekitar 14 hari menjadi salah satu faktor penyebab Berat Badan tidak meningkat signifikan.

Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rerata TB balita sebesar 0.2 cm dan terdapat perbedaan yang signifikan ( $p$ -value <0.05). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya yang menyebutkan bahwa terdapat peningkatan TB pada balita setelah diberikan intervensi berupa pemberian makanan tambahan telur sebagai sumber protein dan susu. Rerata peningkatan TB setelah intervensi sebesar 0.28 cm (Mahfuz et al., 2020). Pemberian PMBA berbahan pangan lokal sesuai isi piringku dan pemberian tambahan snack berupa telur rebus dan susu dapat memberikan kontribusi untuk meningkatkan TB anak balita pada saat intervensi.

Telur merupakan makanan bergizi dan rata-rata setiap 1 butir telur dengan berat kurang lebih 55 g mengandung 75 kalori, 7 g protein, 5 g lemak, 1.6 g lemak jenuh, vitamin, mineral, dan karotenoid (Lutter et al., 2018). Kemudian telur juga mengandung banyak kolin, dimana kolin berfungsi sebagai prekursor penting fosfolipid yang diperlukan untuk pembelahan dan pertumbuhan sel. Selain perannya dalam meningkatkan pertumbuhan linier anak, penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa suplementasi telur

dapat meningkatkan status kolin dan asam dekosahexaenoat, keduanya penting untuk pertumbuhan dan perkembangan neurokognitif (Lutter et al., 2018)(Mahfuz et al., 2020).

Kemudian peningkatan juga karena adanya kontribusi dari susu yang diberikan pada saat intervensi. Setiap 100 g susu sapi menyediakan 64 kkal energi dan 3.5 g protein. Susu juga mengandung mikronutrien penting dan komponen bioaktif yang kemungkinan berkontribusi terhadap efeknya terhadap pertumbuhan. Penelitian yang dilakukan di negara-negara berkembang telah menggarisbawahi manfaat besar susu sapi dalam merangsang pertumbuhan linier (Lutter et al., 2018)(Mahfuz et al., 2020).

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu setelah diberikan intervensi gizi berupa pemberian pendidikan gizi dengan metode konseling gizi dengan media *leaflet* dan buku foto makanan. Peningkatan pengetahuan sebesar 7.7 poin, dan hasil uji *wilcoxon* terdapat peningkatan pengetahuan yang berbeda signifikan ( $p$ -value <0.05). Sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu balita setelah diberikan intervensi gizi berupa konseling gizi. Hal tersebut dikarenakan konseling gizi merupakan salah satu metode pendidikan gizi yang bersifat individu sehingga setiap responden dapat cepat menangkap informasi yang diberikan oleh konselor dan reponden dapat melakukan diskusi lebih mendalam mengenai informasi gizi yang dibutuhkan (Trisda & Bakri, 2021).

Penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yaitu di Uganda menunjukkan hasil yang sama dengan penelitian yang telah dilakukan ini bahwa intervensi pendidikan gizi dapat meningkatkan pengetahuan ibu dan menunjukkan hasil yang berbeda signifikan ( $p$ -value <0.05) (Kajjura et al., 2019). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan terkait dengan pengetahuan ibu balita setelah dilakukan intervensi gizi ( $p$ -value <0.05). Pengetahuan dapat menambah wawasan dan meningkatkan daya terima seseorang, karena pengetahuan dapat juga berhubungan dengan peningkatan sikap dan perilaku seseorang (Khoiriyah & Heryanda, 2024). Ketika seorang ibu memperoleh pengetahuan gizi melalui pendidikan gizi, maka pengetahuan tersebut akan diinternalisasi sehingga dapat menghasilkan perubahan perilaku. Maka besar

kemungkinan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik dapat menyiapkan makanan yang baik untuk lingkungan sekitarnya termasuk keluarganya (Kajjura et al., 2019). Penelitian terdahulu menyatakan bahwa seorang ibu membutuhkan pengetahuan mengenai pemberian dan penyediaan makanan untuk merawat anak sehingga anak tidak menderita kekurangan gizi (Fadjri et al., 2024).

Pemberian pendidikan gizi efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan orang tua. Penelitian terdahulu menyebutkan bahwa pemberian pendidikan gizi dan makanan sehat anak usia dini secara efektif dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan orang tua dalam menyajikan dan mengkreasikan menu makanan sehat untuk anak setiap harinya. Penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan gizi dapat menjadi strategi efektif dalam jangka panjang untuk memperkuat peran orang tua dalam memastikan pola makan yang sehat dan gizi yang adekuat (Sofia et al., 2023).

## Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu usia balita berkisar antara 12-17 bulan berjenis kelamin laki-laki. Ibu berpendidikan tingkat SMP-SMA dan pendapatan keluarga masih kurang dari UMR. Rata-rata berat badan balita meningkat dari sebelum intervensi dengan setelah intervensi, namun tidak mengalami perbedaan yang signifikan. Rata-rata tinggi badan meningkat dan menunjukkan perbedaan yang signifikan. Terdapat peningkatan pengetahuan ibu dan menunjukkan perbedaan yang signifikan.

## Deklarasi Konflik Kepentingan

Penulis telah menyatakan bahwa pada artikel ini tidak terdapat potensi konflik kepentingan baik dari penulis maupun instansi sehubungan dengan penelitian, kepengarangan, dan/atau publikasi.

## Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Kementerian Riset, Teknologi dan Perguruan Tinggi Republik Indonesia atas bantuan dana yang telah diberikan sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

## Daftar Rujukan

- Al Rahmad, A. H., Hadi, A., Miko, A., & Ahmad, A. (2022). Pemanfaatan Konseling ASI Eksklusif Menggunakan Media Leaflet pada Calon Pengantin: Utilization of Exclusive Breastfeeding Counseling using Leaflet Media among Bride. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 191-200.
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI). <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/>
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Bekasi. (2024). Rekapitulasi Nilai Upah Minimum Kabupaten (UMK) di Kabupaten Bekasi (Rupiah), 2022-2024. <https://bekasikab.bps.go.id/id/statistics-table/2/ODE3lzl=/rekapitulasi-nilai-upah-minimum-kabupaten-umk-di-kabupaten-bekasi.html>.
- Farisita, D. H., Khomsan, A., Ekayanti, I., Dewi, M., & Ekawidnyani, K. R. (2021). Nutrition Interventions for Improving Nutritional Status of Toddlers in Cirebon Regency Indonesia. *Indian Journal of Public Health Research & Development*, 12(3), 339-346. <https://doi.org/10.37506/ijphrd.v12i3.16083>
- Hadju, V., Basri, S., Aulia, U., & Mahdang, P. (2023). Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan (PMT) terhadap Perubahan Status Gizi Pada Pada. *Gema Wiralodra*, 14(1), 105-111. <https://doi.org/10.31943/gw.v14i1.359>
- Hidayah, N., Kurniawati, D. A., Umaryani, D. S. N., & Ariyani, N. (2023). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan Dengan Kejadian Stunting. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 8(1), 51. <https://doi.org/10.30651/jkm.v9i3.22376>
- Irwan, Mery T, Sunarto Kadir, L. A. (2020). Efektivitas Pemberian PMT Modif Berbasis Kearifan Lokal terhadap Peningkatan Status Gizi Balita Gizi Kurang dan Stunting. *Journal Health and Science*. 4(1), 59-67. doi:10.35971/gojhes.v4i2.7742
- Jeniawaty, S., & Mairo, Q. K. N. (2022). The Effect of Spiritual-Based Holistic Integrative Early Childhood Education on Stunting Prevention. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(E), 1548-1555. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.6999>
- Kadir, S. (2021). Nutritional Needs of Fish to Prevent Stunting in Early Childhood. *Journal of Xi'an Shiyou University*, 17(9), 477-484. <http://xisdxjxsu.asia>
- Kajjura, R. B., Veldman, F. J., & Kassier, S. M. (2019). Effect of Nutrition Education on Knowledge, Complementary Feeding, and Hygiene Practices of Mothers with Moderate Acutely Malnourished Children in Uganda. *Food and Nutrition Bulletin*, 40(2), 221-230. <https://doi.org/10.1177/0379572119840214>
- Fadjri, T. K., Mulyani, N. S., Jamni, T., Junaidi, J. (2024). Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Gizi dan Keterampilan Kreasi Pangan Bergizi kepada Ibu Balita. *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 5(3), 831-836. doi: 10.30867/gikes.v5i3A.1731
- Ummah, K. (2022). Pengaruh Pemberian PMT Lokal Terhadap Peningkatan Status Gizi pada Balita Gizi Kurang. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(6), 6557-6864. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v7i6.7274>
- Khoiriyah, N., & Heryanda, M. F. (2024). Pengaruh Media Edukasi Food Model Dua Dimensi Terhadap Pemahaman Label Gizi dan Pemilihan Makanan Sehat pada Remaja. *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 5(3), 604-615. doi: 10.30867/gikes.v5i3A.1707
- Laily, L. A., & Indarjo, S. (2023). Literature Review: Dampak Stunting terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 7(3), 354-364. <https://doi.org/10.15294/higeia.v7i3.63544>
- Lutter, C. K., Iannotti, L. L., & Stewart, C. P. (2018). The Potential of a Simple Egg to Improve Maternal and Child Nutrition. *Maternal and Child Nutrition*, 14(6), 1-8. <https://doi.org/10.1111/mcn.12678>
- Mahfuz, M., Alam, M. A., Das, S., Fahim, S. M., Hossain, M. S., Petri, W. A., Ashorn, P., Ashorn, U., & Ahmed, T. (2020). Daily Supplementation with Egg, Cow Milk, and Multiple Micronutrients Increases Linear Growth of Young Children with Short Stature. *Journal of Nutrition*, 150(2), 394-403. <https://doi.org/10.1093/jn/nxz253>
- Phu, hine-W.-W., Wittayasoporn, J., &

- Kongsaktrakul, C. (2019). Influence of Child Feeding Practices and Selected Basic Conditioning Factors on Stunting in Children Between 6 and 24 Months of Age in Myanmar. *Makara Journal of Health Research*, 23(2). <https://doi.org/10.7454/msk.v23i2.10397>
- Prakoso, A. D., Azmiardi, A., Febriani, G. A., & Anulus, A. (2021). Studi Case Control: Pemantauan Pertumbuhan, Pemberian Makan dan Hubungannya dengan Stunting pada Anak Panti Asuhan di Kota Semarang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 12(2), 160–172. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v12i2.336>
- 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>
- Yosefa, P. S. (2022). Pengaruh Pemberian PMT Lokal Terhadap Peningkat Status Gizi pada Balita Gizi Kurang. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(6), 2548–1398. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v7i6.7274>
- Rindawati, R. (2022). Decreasing Stunting Rate through the Community Eating Fish Movement. *Proceedings of International Conference in Social Science*, 3(1), 45–51. <https://jurnal.unmer.ac.id/index.php/iconis/article/view/9038>
- Septariana, F., Faron, B. A., Fathonah, S., Tasqiya, R. S., Nuraisyah, S. J., Lestari, D. T., Heryanda, M. F., Alamsyah, P. R., Novia, R., Dalimunthe, N. K., Nurpratama, W. L., Syarifuddin, N. H., & Fitriyah, H. (2024). *Gizi & Tumbuh Kembang Anak di Indonesia*. Banten: Sada Kurnia Pustaka.
- Sofia, A., Irzalinda, V., Yulistia, A., Nawangsasi, D., & Sugiana, S. (2023). Pelatihan Pendampingan Orang Tua Dalam Edukasi Gizi dan Makanan Sehat Anak Usia Dini. *INDRA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 58–64. <https://doi.org/10.29303/indra.v4i2.211>
- Trisda, R., & Bakri, S. (2021). Pengaruh Konseling Menggunakan Media Booklet Terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.30867/gikes.v2i1.491>
- Vaivada, T., Akseer, N., Akseer, S., Somaskandan, A., Stefopoulos, M., & Bhutta, Z. A. (2020). Stunting In Childhood: An Overview of Global Burden, Trends, Determinants, And Drivers of Decline. *American Journal of Clinical Nutrition*, 112, 777S-791S. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqaa159>
- Waluyo, D., Rahmah, S. M., Widya Lestari Nurpratama, M., Nur Fauzia Asmi, Wiralis, Kamrin, Dr. Fery Lusviana Widiany, dr. Nina Indriyani Nasruddin, Dali, S., Sugirah Nour Rahman, S.Gz., M. K., & Leniarti Ali, SKM., M. K. (2023). *Gizi dan Diet*. Purbalingga: CV. Eureka Media Aksara.