

EFEKTIVITAS BUKU SAKU *HEALTH EDUCATION STUNTING* DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN MASYARAKAT TENTANG GIZI SEIMBANG UNTUK PERTUMBUHAN ANAK DAN PENCEGAHAN STUNTING DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MALLAWA

The Effectiveness of the Health Education Stunting Pocketbook in Improving Community Knowledge on Balanced Nutrition for Child Growth and Stunting Prevention in the Working Area of Mallawa Public Health Center, Maros Regency.

Simunati¹, Ainun Alimah Rahmat², Ruslan Hasani³, Yulianto⁴, Hartati⁵
(ainunalimahrahmat@gmail.com dan 083131326509)

ABSTRACT

Stunting is a condition of failure to thrive in children due to chronic malnutrition, which affects physical growth and cognitive development. The prevalence of stunting in South Sulawesi is still high, including in the working area of Mallawa Community Health Center, Maros Regency. Lack of public understanding of balanced nutrition is one of the factors causing the high rate of stunting. This study aimed to evaluate the effectiveness of the Health Education Stunting pocket book in increasing public knowledge, especially Integrated Health Services Post (*Posyandu*) cadres, regarding balanced nutrition and stunting prevention. This study used a pre-experimental method with a one-group pre-test and post-test design, involving 15 Integrated Health Services Post (*Posyandu*) cadres in Bentenge Village. The intervention provided was in the form of an educational pocket book and brief counseling. The research instrument utilized a questionnaire containing 20 question items. Data were analyzed by using the Wilcoxon Signed Rank Test because the data were not normally distributed. The results showed a significant increase in cadre knowledge after the intervention, with a p value of 0.014 in the Wilcoxon test. The percentage of cadres with "good" category knowledge increased from 46.7% (pre-test) to 93.3% (post-test II). The Health Education Pocket Book on Balanced Nutrition for Child Growth and Stunting Prevention is effective as an educational medium in increasing cadres' knowledge about balanced nutrition and stunting prevention.

Keywords: Pocket Book, Health Education, Balanced Nutrition, Stunting Integrated Health Services Post (*Posyandu*) Cadres

ABSTRAK

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis, yang berdampak pada pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif. Prevalensi stunting di Sulawesi Selatan masih tinggi, termasuk di wilayah kerja Puskesmas Mallawa, Kabupaten Maros. Kurangnya pemahaman masyarakat tentang gizi seimbang menjadi salah satu faktor penyebab tingginya angka stunting. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas buku saku *Health Education Stunting* dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya kader posyandu, mengenai gizi seimbang dan pencegahan stunting. Penelitian ini menggunakan metode pra-eksperimental dengan desain pre-test dan post-test satu kelompok, yang melibatkan 15 kader posyandu di Desa Bentenge. Intervensi yang diberikan berupa buku saku edukatif dan penyuluhan singkat. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner berisi 20 item pertanyaan. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test karena data tidak berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan kader setelah intervensi, dengan nilai *p* sebesar 0,014 pada uji Wilcoxon. Persentase kader dengan pengetahuan kategori "baik" meningkat dari 46,7% (pre-test) menjadi 93,3% (post-test II). Buku saku Health Education Gizi Seimbang untuk Pertumbuhan Anak dan Pencegahan Stunting efektif sebagai media edukatif dalam meningkatkan pengetahuan kader tentang gizi seimbang dan pencegahan stunting.

Kata kunci: Buku Saku, Edukasi Kesehatan, Gizi Seimbang, Kader Posyandu Stunting

PENDAHULUAN

Stunting merupakan suatu kondisi kesehatan yang menunjukkan status gizi seorang anak berada dibawah normal yang ditandai dengan tinggi badan yang berada dibawah normal dan seharusnya badan anak tersebut berada dibawah normal akibat dari jangka panjang kekurangan gizi dan infeksi yang sering terjadi. Stunting tidak saja

menjadi Masalah gangguan pertumbuhan fisik tidak hanya menyebabkan anak menjadi rentan terhadap penyakit, tetapi berdampak pada kecerdasan dan perkembangan otak mereka. Oleh karena itu, stunting menjadi ancaman bagi kualitas sumber daya manusia di Indonesia. (Rahman et al., 2023) Stunting merupakan masalah serius yang memerlukan

perhatian global, mengingat dampaknya yang luas terhadap kesehatan masyarakat dan pembangunan sumber daya manusia (Mediani et al., 2020). Dengan demikian, penanganan dan pencegahan stunting menjadi prioritas dalam upaya meningkatkan kesehatan anak di seluruh dunia, termasuk Indonesia, yang memiliki prevalensi stunting yang tinggi.

Di Indonesia, pada tahun 2019 sebesar 24,4% pada tahun 2021 dan 21,6% pada tahun 2022, dengan persentase kasus terbesar terjadi pada anak usia 3–4 tahun, atau hampir 6 % Namun hingga dari pada itu, angka ini belum memenuhi standar WHO yang menetapkan target sebesar 20 %. Hasilnya , pemerintah memutuskan untuk menurunkan angka stunting menjadi 17% pada tahun 2023 dan 14% pada tahun 2024 .Pemerintah memutuskan untuk mengurangi stunting 17% pada tahun 2023 dan 14% pada tahun 2024. (Lestari, 2023) Prevalensi Stunting di Sulawesi Selatan pada tahun 2022 mencapai 27,2%, jauh diatas rata-rata nasional yang sebesar 21,6%. Di Kota Makassar meskipun terdapat penurunan prevalensi stunting dari 5,25% pada tahun 2021 menjadi 3,01% pada tahun 2024, masih ada tantangan dalam mengatasi tantangan dalam mengatasi angka stunting di daerah tersebut. Sementara itu Kabupaten Maros juga menghadapi tantangan serupa, dengan faktor – faktor seperti kemiskinan dan kurangnya akses gizi seimbang berkontribusi terhadap tingginya angka stunting di daerah tersebut (PEMROV SULSEL, 2024).

Kurangnya buku edukasi tentang stunting yang mudah dimengerti menjadi salah satu tantangan utama dalam upaya pencegahan dan penanganan masalah ini di masyarakat. Meskipun banyak informasi yang tersedia mengenai stunting, seringkali materi tersebut disajikan dalam format yang kompleks atau menggunakan bahasa medis yang sulit dipahami oleh orang awam. Hal ini mengakibatkan rendahnya pemahaman masyarakat, terutama kalangan orang tua dan pengasuh, tentang pentingnya gizi seimbang dan dampak stunting terhadap pertumbuhan anak.

Buku saku tentang stunting ini diharapkan dapat mengatasi beberapa masalah utama yang berkaitan dengan masalah utama yang berkaitan dengan pemahaman dan pencegahan stunting di masyarakat. Salah satu masalah utama adalah kurangnya pengetahuan orang tua dan masyarakat umum mengenai pentingnya gizi seimbang dan dampak jangka panjang dari stunting terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Buku edukasi yang tidak hanya informatif tetapi juga disusun dengan bahasa yang sederhana, ilustrasi yang menarik, dan panduan praktis akan sangat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat. Dengan menyediakan sumber informasi yang mudah diakses dan dipahami, diharapkan orang tua dapat lebih aktif dalam mengimplementasikan praktik gizi yang baik

dan menjaga kesehatan anak – anak mereka, sehingga dapat mengurangi prevalensi stunting di komunitas mereka.

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan dan mengevaluasi efektivitas buku edukasi tentang stunting yang disusun secara sederhana dan mudah dipahami, guna meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang dan pencegahan stunting pada anak. Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan yang positif pada kelompok ibu, anak, dan masyarakat secara umum mengenai gizi seimbang yang berperan penting dalam pertumbuhan anak dan upaya pencegahan stunting. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk menganalisis efektivitas penggunaan buku saku *Health Education Stunting* sebagai media edukatif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang untuk pertumbuhan anak dan pencegahan stunting.

METODE

Desain, tempat dan waktu

Penelitian ini menerapkan desain pengembangan penelitian yang berfokus pada media edukasi, yaitu pembuatan buku edukasi yang mudah dimengerti mengenai Gizi Seimbang untuk Pertumbuhan Anak dan Perkembangan Stunting. Proyek ini disusun berdasarkan kebutuhan masyarakat dengan menyediakan buku yang tidak hanya informatif tetapi juga disusun dengan bahasa yang sederhana, ilustrasi yang menarik dan panduan yang praktis untuk meningkatkan kesadaran masyarakat.

Penelitian ini dilakukan di Posyandu Desa Bentenge di wilayah Puskesmas Kecamatan Mallawa yang terletak di Kabupaten Maros, dimana terdapat populasi penduduk dengan rata – rata setiap keluarga memiliki ibu hamil dan balita. Proyek ini dilaksanakan selama 4 Minggu, yang mencakup tahapan perancangan, pelaksanaan dan evaluasi buku edukasi mengenai pencegahan serta penanganan stunting untuk masyarakat.

Jumlah dan cara pengambilan subjek

Populasi adalah seluruh kumpulan unit yang menjadi fokus penelitian, yang bisa berupa individu, kelompok, benda, institusi, peristiwa, atau fenomena tertentu. Populasi ini memiliki karakteristik dan jumlah yang dapat diukur, dianalisis, serta hasilnya dapat ditarik kesimpulan secara ilmiah. (Riadi, 2020). dalam penelitian ini populasi yang diambil di Desa Bentenge bertempat pada wilayah kerja Puskesmas Mallawa tepatnya unit kerja Posyandu Desa Bentenge dusun Bentenge yang memiliki jumlah populasi kader posyandu sebanyak 15 Orang.

Dalam penelitian ini teknik pengambilan

sampel yaitu Total sampel di mana seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian, sehingga jumlah sampel sama dengan jumlah populasi.

HASIL

Penelitian ini dilaksanakan di Posyandu Desa Bentenge, yang merupakan wilayah kerja Puskesmas Mallawa. Sampel penelitian terdiri dari 15 orang kader posyandu. Intervensi yang diberikan berupa pembagian Buku Saku Health Education Gizi Seimbang Untuk Pertumbuhan Anak dan Pencegahan Stunting sebagai media edukasi kepada para kader posyandu dan Pembahasan singkat mengenai inti dari buku saku. Evaluasi efektivitas intervensi dilakukan menggunakan instrumen kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan kader, yang diadministrasikan pada tiga waktu, yaitu sebelum intervensi (pre-test) serta dua kali setelah intervensi (post-test). Data yang diperoleh kemudian dianalisis untuk menilai perubahan pengetahuan kader posyandu setelah diberikan intervensi edukasi.

Karakteristik responden dalam penelitian ini berupa usia dan jenjang pendidikan.

Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia dan Tingkat Pendidikan

	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Kelompok Umur	20–29	4	26,7
	30–39	4	26,7
	40–49	5	33,3
	50–59	2	13,3
Tingkat Pendidikan	SD	1	6,7
	SMP	5	33,3
	SMA/SMK	6	40,0
	Perguruan Tinggi	3	20,0
Total		15	100

Sumber : Data Primer 2025

Dapat dilihat bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia 40–49 tahun sebanyak 5 orang (33,3%). Responden yang termasuk dalam kelompok usia 20–29 tahun dan 30–39 tahun masing-masing berjumlah 4 orang (26,7%), sedangkan kelompok usia 50–59 tahun merupakan yang paling sedikit, yaitu sebanyak 2 orang (13,3%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kelompok usia produktif, yang secara umum memiliki kapasitas belajar dan kemampuan memahami informasi secara optimal. Selain itu, sebagian besar responden memiliki latar belakang pendidikan terakhir SMA/SMK, yaitu sebanyak 6 orang (40,0%). Selanjutnya, terdapat 5 orang responden (33,3%) yang berpendidikan terakhir SMP, 3 orang responden (20,0%) dengan latar belakang pendidikan perguruan tinggi, dan hanya 1 orang (6,7%) yang berpendidikan terakhir SD. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan menengah, yang mendukung kemampuan mereka dalam menerima dan memahami

informasi edukatif, khususnya mengenai gizi seimbang dan pencegahan stunting.

Hasil Uji Efektivitas Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi (Pre-Test dan Post-Test). Penelitian ini dilaksanakan dalam beberapa tahapan untuk menilai efektivitas buku saku *Health education Stunting* dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang untuk pertumbuhan anak dan pencegahan stunting yang nantinya diharapkan kader posyandu berperan aktif dalam memberikan informasi kepada masyarakat setelah menerima buku saku dan penyuluhan. Tahapan awal dimulai dengan pelaksanaan Pre-test yang bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan awal kader posyandu mengenai materi yang berkaitan dengan gizi seimbang dan stunting. Pre-test ini dilakukan sebelum intervensi diberikan, sebagai dasar pembandingan untuk melihat efektivitas perlakuan yang dilakukan untuk penelitian. Setelah pelaksanaan Pre-test, intervensi diberikan dalam bentuk pembagian buku saku yang memuat informasi penting mengenai pemenuhan gizi seimbang, dampak stunting, dan strategi pencegahan stunting. Intervensi ini juga disertai dengan penyuluhan singkat yang disampaikan langsung oleh peneliti kepada para kader posyandu, dengan tujuan memberikan pemahaman yang lebih dalam terhadap isi buku. Setelah penyuluhan, kader diberikan waktu untuk membaca dan memahami buku secara mandiri. Selanjutnya dilakukan post-test pertama yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana peningkatan pemahaman kader posyandu setelah menerima buku saku dan penyuluhan. Hasil dari post-test ini digunakan untuk menilai kesiapan kader dalam menyampaikan informasi yang mereka peroleh kepada masyarakat. Setelah dilakukan post-test pertama peneliti melakukan kontrak waktu untuk menjadwalkan pertemuan selanjutnya sebagai bentuk evaluasi terhadap pengetahuan yang telah diberikan. Pada pertemuan tersebut dilakukan post-test kedua guna mengukur pemahaman kader terhadap materi yang telah dipelajari sekaligus mengevaluasi potensi kader dalam menyampaikan pengetahuan tersebut kepada masyarakat. Berikut adalah tabel 4.2 yang menyampaikan hasil tingkat pengetahuan kader posyandu:

Tabel 4.2 Peningkatan Pengetahuan Responden Sebelum dan Setelah diberikan Intervensi

Kategori	Pre Test				Post Test							
					I				II			
	Baik	Cukup	Kurang	Total	Baik	Cukup	Kurang	Total	Baik	Cukup	Kurang	Total
Jumlah	7	6	2	15	11	4	0	15	14	1	0	15
Persentase (%)	46,7	40,0	13,3	100,0	73,3	26,7	0,0	100,0	93,3	6,7	0,0	100,0

Berdasarkan Tabel 4.2, terlihat bahwa terjadi peningkatan pengetahuan kader posyandu setelah diberikan intervensi berupa buku saku dan penyuluhan singkat. Pada saat pre-test, sebagian

besar responden berada pada kategori pengetahuan baik sebanyak 7 orang (46,7%), diikuti oleh kategori cukup sebanyak 6 orang (40,0%), dan kurang sebanyak 2 orang (13,3%). Setelah dilakukan intervensi, hasil post-test I menunjukkan peningkatan, dengan 11 responden (73,3%) berada pada kategori baik, dan 4 responden (26,7%) berada pada kategori cukup. Tidak terdapat responden dengan pengetahuan kurang. Hasil ini semakin meningkat pada post-test II, di mana sebanyak 14 responden (93,3%) termasuk dalam kategori baik, 1 responden (6,7%) dalam kategori cukup, dan tidak ada responden yang berada pada kategori kurang. Peningkatan ini menunjukkan bahwa intervensi berupa pemberian buku saku dan penyuluhan singkat efektif dalam meningkatkan pengetahuan kader tentang gizi seimbang dan pencegahan stunting. Hal ini juga mencerminkan bahwa materi dalam buku saku mudah dipahami dan dapat meningkatkan retensi informasi jika dipelajari secara berulang.

Untuk menentukan jenis uji statistik yang tepat dalam menganalisis data pre-test dan post-test pengetahuan responden, langkah awal yang dilakukan adalah menguji normalitas data. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi secara normal atau tidak, sehingga dapat menjadi dasar dalam pemilihan antara uji parametrik atau non-parametrik. Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan menggunakan dua metode, yaitu Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk. Hasil uji normalitas tersebut disajikan pada Tabel 4.3 berikut:

Tabel 4.3 Hasil Uji Normalitas Pre - Test dan Post - Test Pengetahuan Responden

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre-Test Pengetahuan	0,288	15	0,002	0,783	15	0,002
Post-Test Pengetahuan 1	0,453	15	0,000	0,561	15	0,000
Post Test Pengetahuan 2	0,535	15	0,000	0,284	15	0,000

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan hasil uji normalitas yang disajikan pada Tabel 4.3, dapat diketahui bahwa data pre-test dan post-test pengetahuan responden dianalisis menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk. Hasil uji Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa nilai signifikansi (Sig.) untuk data pre-test pengetahuan adalah sebesar 0,002, sedangkan nilai Shapiro-Wilk juga sebesar 0,002. Kedua nilai tersebut lebih kecil dari 0,05, yang berarti bahwa data pre-test tidak berdistribusi normal. Selanjutnya, pada hasil post-test pengetahuan 1, nilai signifikansi Kolmogorov-Smirnov adalah 0,000 dan nilai Shapiro-Wilk sebesar 0,000. Demikian pula, pada post-test pengetahuan 2, nilai signifikansi untuk kedua uji tersebut adalah 0,000. Karena seluruh nilai signifikansi < 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa

data post-test pengetahuan 1 dan 2 juga tidak berdistribusi normal. Dengan demikian, seluruh data baik pada pre-test maupun post-test tidak memenuhi asumsi normalitas. Oleh karena itu, analisis statistik yang digunakan untuk menguji perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi dilakukan dengan menggunakan uji non-parametrik, yaitu uji Wilcoxon Signed Rank Test, yang sesuai untuk data berdistribusi tidak normal dan bersifat berpasangan.

Berdasarkan hasil uji normalitas yang menunjukkan bahwa data pre-test dan post-test pengetahuan responden tidak berdistribusi normal, maka analisis lanjutan terhadap perbedaan skor pengetahuan dilakukan menggunakan uji non-parametrik Wilcoxon Signed Rank Test. Uji ini dipilih karena sesuai untuk data berpasangan yang tidak memenuhi asumsi distribusi normal. Hasil analisis uji Wilcoxon disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4.2 Hasil Uji Non-Parametrik Wilcoxon

Wilcoxon Signed Ranks Test						
	Rank	Test Statistics ^a				
		N	Mean Rank	Sum of Rank	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
Pre Test Post test 1	Negative Rank	0 ^a	0,00	0,00	-2,449	0,014
	Positive Rank	6 ^b	3,50	21,00		
	Ties	9 ^c				
	Total	15				
Pre Test Post test 2	Negative Rank	0 ^d	0,00	0,00	-2,460	0,014
	Positive Rank	7 ^e	4,00	28,00		
	Ties	8 ^f				
	Total	15				

a. Hasil Pre-Test < Hasil Post-Test 1

b. Hasil Pre-Test > Hasil Post-Test 1

c. Hasil Pre-Test = Hasil Post-Test 1

d. Hasil Pre-Test < Hasil Post-Test 2

e. Hasil Pre-Test > Hasil Post-Test 2

f. Hasil Pre-Test = Hasil Post-Test 2

Berdasarkan hasil uji Wilcoxon Signed Ranks Test yang ditampilkan pada Tabel 4.5 menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari intervensi berupa buku saku health education terhadap peningkatan pengetahuan responden. Pada perbandingan antara pre-test dan post-test 1, sebanyak 6 responden (40%) mengalami peningkatan skor (positive ranks) dengan nilai mean rank sebesar 3,50 dan jumlah total rank 21,00. Sementara itu, tidak terdapat responden yang mengalami penurunan skor (negative ranks), dan 9 responden menunjukkan skor yang sama (ties). Nilai Z yang diperoleh adalah -2,449 dengan Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,014, yang berarti $p < 0,05$, menunjukkan bahwa peningkatan tersebut signifikan secara statistik. Demikian pula pada perbandingan antara pre-test dan post-test 2, sebanyak 7 responden (46,7%) mengalami peningkatan skor (positive ranks) dengan mean rank

sebesar 4,00 dan total rank 28,00. Tidak ada responden yang mengalami penurunan skor, sementara 8 responden memiliki skor yang tetap. Nilai Z yang dihasilkan adalah -2,460 dan nilai signifikansi sebesar 0,014. Berdasarkan kedua hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa penggunaan buku saku health education efektif dalam meningkatkan pengetahuan responden, karena terbukti mampu memberikan perubahan yang bermakna secara statistik antara sebelum dan sesudah intervensi pada dua tahap pengukuran.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Posyandu Desa Bentenge, diperoleh bahwa intervensi berupa pemberian buku saku *Health Education Stunting* disertai penyuluhan singkat secara signifikan meningkatkan pengetahuan kader posyandu mengenai pentingnya gizi seimbang dan upaya pencegahan stunting. Peningkatan jumlah kader dengan pengetahuan kategori “baik” dari 46,7% pada pre-test menjadi 73,3% pada post-test I, dan meningkat lebih lanjut menjadi 93,3% pada post-test II, menunjukkan bahwa media edukasi yang digunakan dalam penelitian ini berhasil diserap dan dipahami oleh responden. Hasil analisis uji Wilcoxon Signed Rank Test juga memperkuat temuan tersebut, dengan nilai signifikansi sebesar 0,014 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan pengetahuan yang bermakna sebelum dan sesudah intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa buku saku sebagai media edukatif efektif dalam meningkatkan pemahaman kader mengenai substansi materi yang disampaikan.

Pengetahuan yang meningkat setelah intervensi sangat berkaitan erat dengan pemahaman tentang gizi seimbang, yang merupakan dasar dalam pencegahan stunting. Gizi seimbang menurut (Kemenkes RI, n.d.) adalah pola makan harian yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, mencakup empat pilar utama: konsumsi beragam pangan, pengaturan porsi makan, aktivitas fisik yang cukup, dan perilaku hidup bersih dan sehat. Dalam konteks pencegahan stunting, gizi seimbang berperan penting terutama dalam periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), di mana kebutuhan nutrisi anak sangat tinggi. Asupan gizi yang tidak memadai dalam periode ini dapat menyebabkan dampak jangka panjang terhadap pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak (Kemenkes RI, 2024); (Solikhah & Nindy, 2024)

Stunting sendiri merupakan kondisi gagal tumbuh yang ditandai dengan tinggi badan anak yang lebih rendah dari standar usianya. Masalah ini umumnya disebabkan oleh kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang yang terjadi sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Selain itu, praktik pengasuhan yang kurang optimal, sanitasi yang buruk, dan kurangnya pemahaman masyarakat

terhadap pentingnya nutrisi juga menjadi faktor penyebab stunting yang signifikan. Anak yang mengalami stunting tidak hanya mengalami keterlambatan pertumbuhan fisik, tetapi juga mengalami hambatan dalam perkembangan otak dan kognitif, yang dapat berdampak pada produktivitas dan kualitas hidup di masa dewasa (Hatijar, 2023); (Perubahan et al., 2022). Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan kader tentang pentingnya gizi seimbang merupakan langkah awal yang sangat strategis dalam upaya preventif untuk menurunkan angka stunting di masyarakat.

Dalam teori Health Belief Model (HBM), peningkatan pengetahuan ini berkaitan dengan berbagai komponen perilaku kesehatan seperti *perceived susceptibility* (kerentanan yang dirasakan), *perceived severity* (tingkat keseriusan), *perceived benefits* (manfaat yang dirasakan), dan *self-efficacy* (keyakinan diri). Kader yang memahami risiko stunting dan dampaknya terhadap anak, serta menyadari bahwa pemberian makanan bergizi seimbang dapat mencegah kondisi tersebut, cenderung memiliki motivasi lebih kuat untuk menyebarkan informasi tersebut kepada masyarakat. Buku saku dalam penelitian ini berfungsi sebagai *cue to action*—stimulus edukatif yang membangkitkan kesadaran dan mendorong tindakan kader untuk menjalankan perannya secara aktif dalam memberikan edukasi kepada ibu dan keluarga balita di komunitas mereka.

Selain itu, peningkatan pengetahuan tidak terlepas dari struktur buku saku yang didesain dengan bahasa yang mudah dimengerti, gambar yang informatif, dan penyampaian yang ringkas. Mayoritas responden dalam penelitian ini berada pada usia produktif (40–49 tahun) dan memiliki tingkat pendidikan menengah hingga tinggi. Secara psikologis, kelompok usia dan pendidikan ini memiliki kapasitas kognitif yang baik untuk menyerap informasi dan menjadikannya dasar dalam pengambilan keputusan. Hal ini sejalan dengan konsep pengetahuan yang dikemukakan oleh (Rukmi Octaviana et al., 2021), yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari proses interaksi antara pengalaman, informasi, dan pemahaman seseorang terhadap suatu objek atau fenomena tertentu.

Penelitian ini juga diperkuat oleh beberapa penelitian terdahulu. Misalnya, studi oleh (Istri Mas Padmiswari et al., 2022), menunjukkan bahwa media buku cerita bergambar secara signifikan meningkatkan pemahaman siswa SD tentang gizi seimbang. Hal serupa ditemukan oleh (Taamu et al., 2020), yang melaporkan bahwa buku saku efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mencuci tangan pada anak sekolah dasar. Demikian juga, (Saputri et al., 2020) dan (Juartika & Feri, 2024) menemukan bahwa buku saku meningkatkan

pengetahuan remaja tentang higiene menstruasi dan pencegahan dehidrasi. Semua penelitian ini menunjukkan bahwa media cetak berbasis edukasi sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat secara signifikan dan mendorong perubahan perilaku kesehatan.

Dengan mempertimbangkan seluruh hasil temuan, dapat disimpulkan bahwa buku saku *Health Education Stunting* tidak hanya berhasil meningkatkan pengetahuan kader, tetapi juga memiliki potensi besar untuk dijadikan media edukatif yang aplikatif dalam mendukung program pencegahan stunting secara berkelanjutan. Diharapkan, melalui peningkatan kapasitas kader posyandu, informasi mengenai pentingnya gizi seimbang dapat tersebar lebih luas kepada ibu dan masyarakat secara umum, sehingga menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai efektivitas buku saku *Health Education Stunting* untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang untuk pertumbuhan anak dan pencegahan stunting, dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut. Pemberian intervensi melalui media buku saku *Health Education Stunting* yang disampaikan oleh kader posyandu secara signifikan meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya ibu dan keluarga balita, tentang gizi seimbang. Buku saku *Health Education Stunting* terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan kader posyandu mengenai pencegahan stunting dan berperan sebagai media edukasi yang aplikatif untuk disampaikan kepada masyarakat.

SARAN

Yang dapat peneliti berikan sesuai dengan hasil penelitian yang ditemukan adalah sebagai berikut. Bagi institusi, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan acuan pembelajaran atau pelatihan di institusi kesehatan dan pendidikan,

khususnya terkait strategi nonfarmakologis melalui media edukatif dalam meningkatkan pemahaman tentang pencegahan stunting. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melanjutkan dan mengembangkan penelitian ini dengan jangkauan sampel yang lebih luas, waktu intervensi yang lebih lama, serta mempertimbangkan dampak jangka panjang penggunaan buku saku terhadap perilaku kader atau masyarakat dalam praktik pencegahan stunting. Bagi subjek (kader posyandu), diharapkan kader dapat terus menjaga dan mengembangkan pengetahuan yang telah diperoleh, serta mampu menyebarkan informasi tentang pentingnya gizi seimbang dan pencegahan stunting kepada masyarakat dengan menggunakan buku saku sebagai panduan edukatif yang praktis. Bagi puskesmas dan tenaga kesehatan, melalui penelitian ini, diharapkan hasilnya dapat dijadikan sebagai bahan rujukan dalam menerapkan buku saku sebagai salah satu media edukasi di posyandu, serta mengintegrasikannya ke dalam program pencegahan stunting secara lebih luas dan berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan dan penyelesaian penelitian ini. Ucapan terima kasih secara khusus ditujukan kepada Poltekkes Kemenkes Makassar, Jurusan Keperawatan, atas dukungan dan fasilitas yang diberikan selama proses penelitian. Terima kasih juga disampaikan kepada Puskesmas Mallawa, staf Desa Bentenge, Bidan Desa dan Kader Posyandu Desa Bentenge yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan penelitian ini. Penghargaan setinggi-tingginya juga diberikan kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam penyediaan bahan, alat peraga, serta proses produksi buku edukasi yang digunakan dalam intervensi penelitian ini. Semoga kontribusi semua pihak menjadi amal jariyah dan mendapat balasan yang berlipat ganda

DAFTAR PUSTAKA

Hatijar, H. (2023). The Incidence of Stunting in Infants and Toddlers. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(1), 224–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i1.1019>

Ilmu Pemerintahan Suara Khatulistiwa Akreditasi Jurnal Nasional Sinta, J., Bibliometrik dan Analisis Konten Author, A., Rahman, H., Rahmah, M., Saribulan Affiliasi Program Studi Studi Kebijakan Publik, N., Politik Pemerintahan, F., & Rahman Institut Pemerintahan Dalam Negeri, H. (2023). *UPAYA PENANGANAN STUNTING DI INDONESIA*. 01.

Istri Mas Padmiswari, A., Treesna Wulansari, N., Wayan Sukma Antari, N., Studi Sarjana Teknologi Pangan, P., Teknologi, F., Teknologi dan Kesehatan Bali Bali, I., Tukad Balian No, J., Studi Sarjana Keperawatan, P., Kesehatan, F., & Teknologi dan Kesehatan Bali, I. (2022). EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI SEIMBANG MELALUI MEDIA BUKU CERITA BERGAMBAR (Effectiveness Of Balanced Nutrition Education Toward Story Book Media). *Jurnal Riset*

Kesehatan Nasional |, 19. <https://ejournal.itekes-bali.ac.id/jrkn>

Juartika, W., & Feri, J. (2024). Penggunaan buku saku SD (Stop Dehidrasi) dalam mencegah dehidrasi pada remaja. *Penamas: Journal of Community Service*, 4(1), 99–108. <https://doi.org/10.53088/penamas.v4i1.856>

Karya Kesehatan, M., Suzana Mediani, H., Nurhidayah, I., & Lukman Fakultas Keperawatan, M. (2020). *Henny Suzana Mediani: Pemberdayaan Kader Kesehatan tentang Pencegahan Stunting pada Balita Pemberdayaan Kader Kesehatan tentang Pencegahan Stunting pada Balita* (Vol. 3).

Kemenkes RI. (n.d.).
http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK%20No.%2041%20ttg%20Pedoman%20Gizi%20Seimbang.pdf. PMK No. 41 Ttg Pedoman Gizi Seimbang.

Kemenkes RI. (2024). <https://ayosehat.kemkes.go.id/topik-penyakit/defisiensi-nutrisi/stunting>. Ayo Sehat Kemenkes.

Lestari. (2023). Stunting Di Indonesia. *Akar Masalah Dan Solusinya. Info Singkat: Kajian Singkat Terhadap Isu Aktual Dan Strategis*, XV(14).

PEMPROV SULSEL. (2024).
https://bappelitbangda.sulselprov.go.id/content/new_directory/2024/Laporan_TPPS_Provinsi_Sulawesi_Selatan_Tahun_2024_Laporan_Semester_I_Tahun_2024.pdf.

Perubahan, T., Stunting, P., Doloksanggul, K., Humbang, K., Tahun, H., Ginting, S., Cr Simamora, A., Siregar, N., Medan, P. K., Keperawatan, J., & Penulis, K. (2022). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan dengan Media Audio Visual The Effect of Health Counseling with Audio Visual Media on Changes in Knowledge, Attitudes and Practices of Mothers in Preventing Stunting in Doloksanggul District, Humbang Hasundutan Regency in 2021. In *Journal of Healthcare Technology and Medicine* (Vol. 8, Issue 1).

Riadi. (2020, November 29). <https://www.kajianpustaka.com/2020/11/populasi-dan-sampel-penelitian.html>. Populasi Dan Sampel Penelitian (Pengertian, Proses, Teknik Pengambilan Dan Rumus). Metodologi Penelitian. .

Rukmi Octaviana, D., Aditya Ramadhani, R., Achmad Siddiq Jember, U. K., & Sunan Kalijaga Yogyakarta, U. (2021). HAKIKAT MANUSIA: Pengetahuan (Knowledge), Ilmu Pengetahuan (Sains), Filsafat Dan Agama. In *Jurnal Tawadhu* (Vol. 5, Issue 2).

Saputri, L. A., Fitriah, I. P., Merry, Y. A., Kebidanan, J., Kementerian, K., & Padang, K. (2020). *Efektivitas Penggunaan Buku Saku Higiene Menstruasi dan Pencegahan Kekerasan dalam Situasi Bencana Pada Remaja Putri*.

Solikhah, & Nindy, V. (2024). Mengatasi Tantangan Gizi: Peran Kunci Masyarakat dalam Pencegahan Stunting. *APMa Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 73–79. <https://doi.org/10.47575/apma.v4i2.575>

Taamu, Nurjannah, & Fitri Wijayati. (2020). PENGGUNAAN BUKU SAKU SEBAGAI MEDIA UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN MENCUCI TANGAN ANAK USING OF POCKET BOOKS AS MEDIA TO IMPROVE THE KNOWLEDGE AND SKILLS OF CHILD'S HANDWASHING. *JPP) Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang*, 15(2), 2654–3427. <https://doi.org/10.36086/jpp.v15i1.556>