

PENGARUH EDUKASI GIZI MELALUI MEDIA TIKTOK TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG PENCEGAHAN STUNTING PADA IBU BADUTA DIWILAYAH PUSKESMAS SUDIANG RAYA

The Effect of nutrition education through TikTok media on knowledge about stunting prevention in mothers of infants and toddlers in the sudiang raya health center area

Putri Sela¹, Retno Sri Lestari², Dr. Ir. Hj. Hikmawati Mas'ud²

¹Mahasiswa Prodi Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Makassar

²Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar

Putrisela434@gmail.com

ABSTRACT

Stunting is still one of the chronic nutritional problems commonly found in Indonesia. One of the factors contributing to stunting is the low level of mothers' knowledge about nutrition fulfillment and its prevention. The use of digital media, including TikTok, can be utilized as an engaging and easily accessible nutrition education tool. This study aims to analyze the effect of nutrition education through TikTok media on mothers' knowledge about preventing stunting in the working area of Sudiang Raya Health Center. The study uses a quasi-experimental design with a two-group pretest-posttest approach. The number of respondents is 60, divided into an intervention group and a control group. Education for the intervention group is delivered through TikTok videos, while the control group uses leaflets. Data analysis is conducted using the Wilcoxon Signed Rank Test, Paired T-Test, and Mann-Whitney U Test according to The goal of the research analysis. The study results showed that respondents' knowledge levels in both groups increased after receiving education. The TikTok group saw their knowledge rise from 43.3% to 93.3%, while the leaflet group went from 43.3% to 60.0%. The analysis results showed a significant effect in both the TikTok group ($p=0.000$) and the leaflet group ($p=0.030$). TikTok proved to be more effective than leaflets based on a higher mean rank. Therefore, TikTok can be used as an alternative nutrition education tool to improve mothers' knowledge about preventing stunting.

ABSTRAK

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan gizi kronis yang banyak ditemukan di Indonesia. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya stunting adalah rendahnya tingkat pengetahuan ibu mengenai upaya pemenuhan gizi dan pencegahannya. Pemanfaatan media digital, termasuk TikTok, dapat digunakan sebagai sarana edukasi gizi yang menarik dan mudah diakses. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi gizi melalui media TikTok terhadap pengetahuan ibu baduta mengenai pencegahan stunting di wilayah kerja Puskesmas Sudiang Raya. Penelitian menggunakan desain quasi eksperimen dengan pendekatan two group pretest-posttest design. Jumlah responden sebanyak 60 orang yang dibagi menjadi kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Edukasi pada kelompok intervensi diberikan melalui video TikTok, sedangkan kelompok kontrol menggunakan leaflet. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test, Paired T-Test, dan Mann-Whitney U Test sesuai dengan tujuan analisis penelitian. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa tingkat pengetahuan

responden pada kedua kelompok mengalami peningkatan setelah diberikan edukasi. Kelompok TikTok mengalami peningkatan pengetahuan dari 43,3% menjadi 93,3%, sedangkan kelompok leaflet meningkat dari 43,3% menjadi 60,0%. Hasil analisis menunjukkan adanya pengaruh yang bermakna pada kelompok TikTok ($p=0,000$) maupun kelompok leaflet ($p=0,030$). Media TikTok terbukti lebih efektif dibandingkan leaflet berdasarkan nilai mean rank yang lebih tinggi. Dengan demikian, media TikTok dapat digunakan sebagai alternatif edukasi gizi untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pencegahan stunting.

Kata kunci : ibu baduta, pengetahuan, stunting, TikTok

PENDAHULUAN

Kekurangan asupan gizi dalam waktu panjang, terutama dalam waktu 1000 HPK atau Hari Pertama Kehidupan, dapat memicu gangguan pertumbuhan kronis yang dikenal sebagai stunting. Hasil SKI 2023, rerata prevalensi stunting dalam skala nasional tercatat di angka 21,5% yang menandakan adanya penurunan prevalensi stunting dalam kurun waktu 2010-2023 (Kemenkes RI, 2023). Tercatat angka 27,4% untuk Sulawesi Selatan yang menandakan prevalensi tergolong lebih tinggi dibandingkan angka 21,5% selaku rerata nasional dan 25,9% baduta di Makassar yang masih melampaui angka 20% stunting yang ditetapkan oleh WHO (Sudirman dkk., 2024).

Stunting dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik langsung maupun tidak langsung, seperti asupan makanan, penyakit infeksi, pola asuh, sanitasi lingkungan, tingkat pendidikan, dan pengetahuan ibu mengenai gizi. Rendahnya pengetahuan ibu tentang pencegahan stunting dapat memengaruhi pola pengasuhan dan pemenuhan gizi anak sehingga meningkatkan risiko terjadinya stunting.

Edukasi mempunyai dampak bagi pemahaman dan tindakan preventif stunting yang signifikan. Dengan hasil tersebut, diharapkan bahwa upaya pencegahan dalam masyarakat dapat dilaksanakan secara efektif dan berkelanjutan. Temuan yang didapat dari studi Suryati dan Supriyadi memperlihatkan terkait peningkatan pemahaman mengenai kebutuhan gizi anak usia dini akan meningkatkan wawasan tentang cara mencegah stunting pada anak balita (Werdaningtyas, 2024).

Edukasi gizi yang ditayangkan dengan media TikTok mempunyai potensi menjadikan pemahaman ibu terkait upaya preventif stunting semakin meningkat. Maka dari itu, tujuan studi ini yakni menelaah pengaruh dari edukasi gizi yang berlangsung melalui media TikTok terhadap kelangsungan pengetahuan ibu baduta terkait pencegahan stunting di area Puskesmas Sudiang Raya.

Desain, tempat dan waktu

Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen dengan rancangan two group pretest-posttest design. Penelitian ini berlangsung pada bulan Februari 2026 di Puskesmas Sudiang Raya, Makassar.

Jumlah dan cara pengambilan

Populasi pada riset ini ialah ibu yang mempunyai anak berumur dua tahun atau baduta yang berdomisili diwilayah kerja Puskesmas Sudiang Raya sebanyak 60 responden. Pemilihan posyandu tersebut dilakukan berdasarkan pertimbangan ketersediaan responden, keaktifan posyandu dalam kegiatan kesehatan, dan kemudahan akses untuk pelaksanaan intervensi edukasi. Desain dalam penelitian ini, Kelompok Intervensi yaitu Ibu baduta yang diberikan edukasi gizi melalui aplikasi media TikTok, berupa video singkat yang mengedukasi tentang stunting. Kelompok Kontrol yaitu Ibu baduta yang diberikan edukasi menggunakan media leaflet berisi materi edukasi yang sama namun dalam bentuk cetak atau PDF

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Data primer dalam penelitian ini dikumpulkan melalui kuesioner yang terdiri atas pretest dan posttest untuk mengukur pengetahuan ibu baduta terkait pencegahan stunting, disertai pengumpulan data karakteristik responden.

Pengolahan dan analisis data

Analisa Univariat Penerapan analisis ini agar menyajikan deskripsi terkait karakteristik responden dan skor pengetahuan pada sebelum dan setelah edukasi berlangsung. Analisis bivariat Penerapan analisis ini agar diketahui komparasi tingkat pengetahuan pada ibu baduta untuk sebelum dan sesudah edukasi berlangsung Analisis untuk tiap kelompok berjalan melalui aplikasi uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dan untuk mengetahui perbedaan efektivitas antara media edukasi TikTok dan leaflet, digunakan *Uji Mann-Whitney*.

HASIL

Sampel dari usia ibu, mayoritas sampel yakni 55% atau 33 orang ialah kelompok umur 26 - 35 tahun. Berdasarkan usia anak, sebagian besar berada pada kelompok usia 13–23 bulan sebanyak 43,3%. Mayoritas anak berjenis kelamin perempuan sebanyak 68,3%. tingkat pendidikan ibu baduta, mayoritas sampel tercatat 53,3% atau 32 orang mempunyai pendidikan terakhir yakni SMA. sedangkan menurut pekerjaan ibu,

mayoritas tercatat 75% atau 45 orang ialah IRT

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi pada kelompok TikTok terdapat 56,7% responden dengan kategori pengetahuan kurang dan setelah diberikan edukasi meningkat menjadi 93,3% kategori pengetahuan baik. Pada kelompok leaflet, pengetahuan baik meningkat dari 43,3% menjadi 60,0% setelah diberikan edukasi.

Hasil uji Wilcoxon pada kelompok TikTok diperoleh nilai Z sebesar -4,298 dengan nilai $p=0,000$ yang menunjukkan terdapat pengaruh signifikan edukasi melalui media TikTok terhadap pengetahuan ibu baduta mengenai pencegahan stunting. Pada kelompok leaflet, hasil uji Paired T-Test diperoleh nilai t sebesar -2,282 dengan nilai $p=0,030$ yang menunjukkan terdapat pengaruh signifikan edukasi melalui media leaflet.

Hasil uji Mann-Whitney menunjukkan kelompok TikTok sebesar 39,67 dan kelompok leaflet sebesar 21,33 dengan nilai $p=0,000$. Hasil ini menunjukkan bahwa media TikTok lebih efektif dibandingkan media leaflet dalam peningkatan pengetahuan ibu baduta tentang pencegahan stunting.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi gizi melalui media TikTok mampu meningkatkan pengetahuan ibu baduta mengenai pencegahan stunting secara signifikan. Peningkatan pengetahuan terjadi karena media TikTok menyajikan informasi dalam bentuk audio visual yang menarik sehingga memudahkan responden memahami materi edukasi. Media TikTok memiliki kelebihan berupa kombinasi gambar, suara, teks, dan animasi yang dapat meningkatkan perhatian serta daya serap informasi pada responden. Penggunaan media audiovisual juga melibatkan lebih dari satu indera yaitu penglihatan dan pendengaran sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Endang Triyanto (2023) yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan melalui media TikTok dapat meningkatkan pengetahuan responden secara signifikan setelah intervensi diberikan. Penelitian Trisa Pamilasari & Desi (2022) juga menyatakan bahwa media TikTok efektif digunakan sebagai media edukasi kesehatan karena mudah dipahami dan menarik bagi pengguna. Pada kelompok leaflet juga terjadi peningkatan pengetahuan, namun hasilnya tidak sebesar kelompok TikTok. Hal ini dapat disebabkan karena leaflet hanya menyajikan informasi dalam bentuk tulisan dan gambar sehingga kurang menarik dibandingkan

media video. TikTok lebih mampu meningkatkan minat responden dalam menerima informasi karena video mampu meningkatkan efektivitas proses belajar mengajar serta memudahkan penyampaian pesan kepada masyarakat (Trisa Pamilasari & Desi, 2022).

KESIMPULAN

Edukasi gizi menggunakan media TikTok dan leaflet terbukti dapat meningkatkan pengetahuan ibu baduta mengenai pencegahan stunting. Terdapat pengaruh signifikan edukasi gizi melalui media TikTok dan leaflet terhadap pengetahuan ibu baduta tentang pencegahan stunting. Media TikTok lebih efektif dibandingkan media leaflet dalam meningkatkan pengetahuan ibu baduta mengenai pencegahan stunting.

SARAN

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat memanfaatkan media edukasi digital yang lebih kreatif dan interaktif sehingga mampu meningkatkan efektivitas penyampaian informasi kesehatan kepada masyarakat. Petugas kesehatan juga diharapkan dapat menggunakan media TikTok sebagai salah satu sarana edukasi gizi terkait pencegahan stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Makassar, Ketua Jurusan Gizi, Ketua Program Studi Diploma IV Gizi dan Dietetika, dosen pembimbing, dosen penguji, staf puskesmas, serta seluruh responden yang telah bersedia menjadi subjek penelitian. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada kedua orang tua, keluarga, sahabat serta teman-teman yang telah memberikan dukungan, bantuan, serta motivasi selama proses penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Kemenkes RI. (2023). Factsheets: Stunting di Indonesia dan Determinannya. *Ski*, 1–2.

Sudirman, N. A., Utami Murti Pratiwi, Andi Irhamnia Sakinah, & Purnamaniswaty Yunus. (2024). Hubungan ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Balita 6-24 Bulan. *Alami Journal (Alauddin Islamic Medical) Journal*, 8(1), 1–7. <https://doi.org/10.24252/alami.v8i1.35655>

- Trisa Pamilasari, Desi, J. S. R. P. (2022). *Pontianak nutrition journal* <http://ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id/index.php/PNJ/index> Pengaruh Edukasi Gizi Media Tik Tok Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Remaja Putri. 5, 141–145.
- Werdaningtyas, R. (2024). Pengaruh edukasi gizi seimbang dan pemanfaatan daun kelor sebagai pencegahan stunting. *Kesehatan Tambusai*, 5(2), 5138–5147.

Tabel 01

Tabel Distribusi Pengetahuan Ibu Baduta tentang Pencegahan *stunting* Melalui Media TikTok dan Leaflet Sebelum Dan Sesudah Diberikan Edukasi

Pengetahuan	TikTok				Leaflet			
	Sebelum		Sesudah		Sebelum		Sesudah	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Baik	13	43,3	28	93,3	13	43,3	18	60
Kurang	17	56,7	2	6,7	17	56,7	12	40
Total	30	100	30	100	30	100	30	100

Sumber : Data Primer, 2026

Tabel 02

Tabel Rata-Rata Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi

Kelompok	Sebelum	Sesudah
TikTok	15,98	6,50
Leaflet	5,4	6,3

Sumber : Data Primer, 2026

Tabel 03

Tabel Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media TikTok Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Tentang Pencegahan *Stunting* Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi

Pengetahuan	Uji	Nilai Statistik	<i>p</i>
TikTok	Wilcoxon	Z= 4,298	0,000
Leaflet	Paired T-test	t= 2,282	0,030

Sumber : Data Primer, 2026

Tabel 04

Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media TikTok dan Leaflet Terhadap Pengetahuan tentang Pencegahan *Stunting*

Pengetahuan	n	Wilcoxon test	<i>p</i>
TikTok	39,67	640,0	0,000
Leaflet	21,33		

Sumber : Data Primer, 2026