



Pengaruh Edukasi Gizi Gemar Makan Ikan Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Tentang Pencegahan Stunting di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Gu Kabupaten Buton Tengah

La Ode Asrianto^{1*}, Rosi Tawati Zuhra Mudia², Teti Susliyanti Hasiu³, Rosalina Kadenge⁴

^{1,3,4}Prodi Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) IST Buton, Indonesia

²Prodi D-III Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) IST Buton, Indonesia

*Korespondensi: asriantostikes@gmail.com

Info Artikel

Diterima 02
Januari 2025

Disetujui 26
Januari 2025

Dipublikasikan 12
Februari 2025

Keywords:
Pengetahuan;
Sikap; Edukasi
Gizi; Gemar Makan
Ikan

©2025 The
Author(s): This is
an open-access
article distributed
under the terms of
the Creative
Commons
Attribution
ShareAlike (CC BY-
SA 4.0)



Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi gemar makan ikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang pencegahan stunting di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Gu Kecamatan Gu Kabupaten Buton Tengah. Populasi dalam penelitian ini yaitu 101 orang dan jumlah sampel sebanyak 87 responden. Data primer diperoleh dengan menyebarkan kuesioner kepada 87 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu teknik purposive sampling. Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel pengetahuan memiliki nilai rata-rata sebelum diberikan intervensi yaitu 8,49 dan setelah diberikan intervensi meningkat menjadi 10,76, hasil ini diartinya ada pengaruh edukasi gizi gemar makan ikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan stunting dengan nilai $p \text{ value} = 0,000 < \alpha = 0,05$. Sedangkan variabel sikap memiliki nilai rata-rata sebelum diberikan intervensi yaitu 23,47 dan setelah diberikan intervensi meningkat menjadi 27,66, hasil ini diartikan ada pengaruh edukasi gizi gemar makan ikan terhadap peningkatan sikap ibu hamil tentang pencegahan stunting dengan nilai $p \text{ value} = 0,000 < \alpha = 0,05$.

Abstract

This study aims to determine the effect of nutrition education on eating fish on increasing the knowledge and attitudes of pregnant women about stunting prevention in the UPTD Puskesmas Gu Working Area, Gu District, Central Buton Regency. The population in this study was 101 people and the sample size was 87 respondents. Primary data was obtained by distributing questionnaires to 87 respondents. The sampling technique used was purposive sampling technique. The data analysis used was univariate and bivariate analysis. The results showed that the knowledge variable had an average value before being given the intervention of 8.49 and after being given the intervention increased to 10.76, this result meant that there was an effect of nutrition education on eating fish on increasing the knowledge of pregnant women about stunting prevention with a $p \text{ value} = 0.000 < \alpha = 0.05$. While the attitude variable has an average value before being given the intervention, which is 23.47 and after being given the intervention it increases to 27.66, this result means that there is an effect

of nutritional education on eating fish on increasing the attitude of pregnant women about stunting prevention with a p value = 0.000 < α = 0.05.

1. Pendahuluan

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), stunting sering disebut sebagai kerdil atau pendek adalah suatu kondisi di mana pertumbuhan dan perkembangan bayi terhambat sebagai akibat dari penyakit ginjal kronis, infeksi berat, dan rangsangan psikologis ringan yang terjadi selama 1000 hari pertama kehidupan yang meliputi masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. (WHO, 2018). Data WHO pada tahun 2020 angka kejadian *stunting* di dunia mencapai 22% atau sebanyak 149,2 juta anak. Di Afrika, angka kejadian stunting mencapai 33,1%, di Asia Tenggara 31,9%, di Mediterania Timur 24,7%, di Amerika 6,5%, dan di Pasifik Barat 5,4%. Secara global, Indonesia menempati urutan ke-34 dengan prevalensi stunting sebesar 36%, jauh di atas rata-rata dunia yang sebesar 22% (WHO, 2023).

Stunting masih menjadi salah satu masalah gizi kronis utama yang dihadapi oleh Indonesia. Prevalensi stunting di Indonesia berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) dimana prevalensi stunting di Indonesia turun dari 24,4% di tahun 2021 menjadi 21,6% di tahun 2022. Kejadian balita stunting saat ini juga menjadi perhatian pemerintah sehingga merupakan salah satu dari lima isu strategis yang menjadi prioritas pembangunan kesehatan nasional 2020-2024 (Kemenkes RI, 2023).

Menurut Data BKKBN Sultra (2021), prevalensi stunting berdasarkan Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) 2021 mencapai 30,02%. Angka stunting di Sultra masih lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata nasional yang hanya 24,4% menurut SSGI 2021. Berdasarkan data per kabupaten/kota, prevalensi tertinggi ditemukan di Buton Selatan sebesar 45,2%, diikuti oleh Buton Tengah dengan 42,7%, dan Buton dengan 33,9%. Kabupaten/kota lainnya termasuk Konawe Kepulauan (32,8%), Muna (30,8%), Konawe Utara (29,5%), Kolaka Utara (29,1%), Muna Barat (29,0%), Konawe Selatan (28,3%), Kota Baubau (27,6%), Bombana (26,8%), Buton Utara (26,8%), Kolaka (26,5%), Konawe (26,2%), Kota Kendari (24,0%), dan Kolaka Timur (23,0%) (BKKBN Sultra, 2022).

Stunting dapat memberikan dampak pada anak baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Dampak jangka pendek meliputi gangguan atau kerusakan perkembangan otak, rendahnya tingkat kecerdasan (IQ), dan melemahnya sistem imun yang membuat anak lebih rentan terhadap infeksi atau penyakit. Sementara itu, dampak jangka panjang dari stunting termasuk perawakan pendek, penurunan produktivitas, peningkatan biaya perawatan kesehatan, serta risiko lebih tinggi terhadap diabetes, kanker, dan kematian dini (Bagaswoto, 2020).

Status gizi selama kehamilan memiliki dampak negatif terhadap kesehatan ibu serta pertumbuhan dan perkembangan anak, yang dapat mempengaruhi kesehatan dan kesejahteraan anak setelah anak lahir. Dampaknya antara lain perkembangan otak yang kurang optimal, panjang badan yang pendek, dan berat badan lahir yang rendah. Pertumbuhan anak juga dapat terpengaruh jika

ibu mengalami gangguan pencernaan, yang disebabkan oleh fluktuasi asupan kalori, protein, vitamin A, selenium, dan zat besi (Anggraini et al., 2020).

Ikan merupakan salah satu sumber protein hewani dengan kandungan nutrisi yang sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan janin, seperti asam lemak omega-3, yodium, dan zat besi. Konsumsi ikan yang cukup selama kehamilan dapat membantu mencegah terjadinya defisiensi nutrisi yang menjadi faktor risiko stunting pada anak. Namun, data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa tingkat konsumsi ikan di kalangan masyarakat Indonesia, termasuk ibu hamil, masih relatif rendah. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kurangnya pengetahuan, kesadaran tentang manfaat ikan dan kurangnya sikap positif terhadap konsumsi ikan secara rutin serta kebiasaan makan yang kurang mendukung (BPS, 2023).

Edukasi gizi menjadi salah satu intervensi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil terhadap konsumsi ikan. Melalui program edukasi gizi, ibu hamil dapat memahami pentingnya mengonsumsi ikan sebagai upaya pencegahan stunting pada anak mereka di masa depan. Dengan edukasi yang tepat, diharapkan terjadi perubahan perilaku yang positif, yaitu peningkatan frekuensi konsumsi ikan selama kehamilan. Pengetahuan dan sikap tentang gizi adalah proses untuk mendapatkan pemahaman yang dapat memandu tindakan untuk meningkatkan status Gizi (Rahadiyanti et al., 2022). Seorang ibu dengan pengetahuan gizi yang baik dapat memberikan makanan dalam jumlah yang tepat untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi (Listyarini et al., 2020). Kelas ibu hamil memengaruhi pengetahuan dan sikap ibu dalam mengurangi kejadian stunting.

Pengetahuan adalah faktor utama yang memengaruhi ucapan seseorang. Membandingkan hipotesis yang didasarkan pada informasi yang berubah dengan hipotesis yang didasarkan pada pengetahuan yang tidak berubah, akan lebih mudah dipahami (Naulia et al., 2021). Pendidikan merupakan salah satu aspek yang dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan masyarakat dalam menerapkan perilaku konsumsi makanan bergizi. Oleh karena itu, perlu dilakukan sosialisasi melalui kegiatan edukasi gizi. Edukasi ini dapat dibantu dengan berbagai media, seperti media audio, video, dan visual. Secara spesifik, media audiovisual menyampaikan informasi melalui grafis yang mencakup teks dan gambar (Azhari & Fayasari, 2020).

Permasalahan stunting di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Gu Kecamatan Gu masih cukup tinggi, dengan 73 kasus pada tahun 2023. Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi sejak awal kehidupan, terutama selama 1.000 hari pertama kehidupan (HPK), yaitu dari masa kehamilan hingga usia 2 tahun. Kondisi ini ditandai dengan tinggi badan anak yang berada di bawah standar usia sesuai kurva pertumbuhan WHO. Salah satu penyebab utama stunting adalah kekurangan gizi kronis yang terjadi akibat asupan makanan yang tidak mencukupi, baik dalam jumlah maupun kualitas. Hal ini menunjukkan perlunya perhatian dan kewaspadaan terhadap faktor-faktor penyebab stunting di daerah tersebut. Diperlukan upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap serta meningkatkan kesehatan ibu hamil untuk mencegah stunting dan meningkatkan taraf hidup generasi mendatang. Salah satu aspek penting adalah mengedukasi ibu hamil tentang

stunting dan pentingnya konsumsi ikan kepada para ibu sebagai langkah awal menuju gaya hidup sehat.

2. Metode Penelitian

Penelitian yang digunakan yaitu jenis *quasy-eksperimen* menggunakan desain *one group pretest and posttest*. *Pretest* diberikan sebelum perlakuan berupa edukasi gizi gemar makan ikan tentang pencegahan stunting, diikuti dengan *posttest* untuk mengukur perubahan pengetahuan dan sikap setelah edukasi dilakukan. Dengan cara ini, hasil dari edukasi gizi dapat dinilai dengan lebih akurat karena dapat dibandingkan dengan kondisi sebelum dan setelah edukasi diberikan (Yuwanto, 2019). Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari atas objek/ subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2018). Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu hamil di UPTD Puskesmas Gu periode Januari-Februari Tahun 2024 yaitu 101 orang. Menurut Sugiyono (2018), sampel yaitu bagian dari jumlah dan karakteristik dari populasi. Metode pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dimana sampel diambil dengan menggunakan kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti. Sehingga jumlah sampel yaitu sebanyak 87 responden.

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner, dan analisis data dengan menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Analisis univariat menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari variabel independen (bebas) dan variabel dependen (terikat). Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan metode survei dengan instrumen berupa kuesioner yang diberikan kepada responden, yaitu ibu hamil di wilayah kerja UPTD Puskesmas Gu, Kabupaten Buton Tengah. Kuesioner ini dirancang untuk mengukur tingkat pengetahuan dan sikap ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi "Gemar Makan Ikan." Data dikumpulkan melalui wawancara terstruktur dan pengisian mandiri oleh responden dengan bimbingan peneliti atau tenaga kesehatan setempat. Selain itu, untuk memastikan keakuratan data, dilakukan validasi terhadap jawaban responden melalui pengecekan ulang dan klarifikasi apabila terdapat ketidaksesuaian. Sedangkan Analisis Bivariat bertujuan untuk menguji hipotesis mengenai pengaruh edukasi gizi terhadap konsumsi ikan dalam pencegahan stunting terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil. Uji normalitas data dilakukan menggunakan uji statistik *Kolmogorov-Smirnov*. Jika data berdistribusi normal maka uji statistik yang digunakan adalah uji *Paired t-test* dan jika data tidak berdistribusi normal maka uji yang digunakan adalah uji *wilcoxon*, dengan tingkat kemaknaan (α) = 0.05.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi gizi "Gemar Makan Ikan" memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil dalam pencegahan stunting di wilayah kerja UPTD Puskesmas Gu, Kabupaten Buton Tengah. Sebelum diberikan edukasi, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dan sikap yang masih rendah terhadap pentingnya konsumsi ikan sebagai upaya pencegahan stunting. Namun, setelah intervensi

edukasi, terjadi peningkatan yang signifikan dalam pemahaman ibu hamil mengenai manfaat gizi ikan serta perubahan sikap yang lebih positif terhadap konsumsi ikan dalam pola makan sehari-hari. Hasil penelitian diperoleh dari 87 responden. Hasil penelitian disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Umur Responden

Umur	Jumlah (n)	Persentase (%)
19-24	33	37,9
25-30	29	33,3
31-36	19	21,8
37-42	6	6,9
Total	87	100

Sumber: Data Primer 2024

Distribusi umur responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok usia 19-24 tahun memiliki jumlah terbesar, yaitu 33 responden (37,9%). Selanjutnya, responden dengan rentang usia 25-30 tahun sebanyak 29 orang (33,3%), diikuti oleh kelompok usia 31-36 tahun yang berjumlah 19 responden (21,8%). Sementara itu, kelompok usia 37-42 tahun memiliki jumlah responden paling sedikit, yaitu 6 orang (6,9%). Dengan total keseluruhan 87 responden, distribusi ini menggambarkan bahwa mayoritas responden berada pada rentang usia 19-30 tahun.

Tabel 2. Distribusi Berdasarkan Pendidikan Responden

Pendidikan	Jumlah (n)	Persentase (%)
SD	28	32,2
SMP	17	19,5
SMA	31	35,6
Diploma	4	4,6
Sarjana	7	8,0
Total	87	100

Sumber: Data Primer 2024

Distribusi pendidikan responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berpendidikan SMA, yaitu sebanyak 31 orang (35,6%). Responden dengan tingkat pendidikan SD menempati posisi kedua dengan jumlah 28 orang (32,2%), diikuti oleh responden berpendidikan SMP sebanyak 17 orang (19,5%). Sementara itu, responden dengan tingkat pendidikan Diploma dan Sarjana memiliki jumlah yang lebih sedikit, masing-masing sebanyak 4 orang (4,6%) dan 7 orang (8,0%). Dengan total 87 responden, data ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan menengah ke bawah.

Tabel 3. Distribusi Berdasarkan Pekerjaan Responden

Pekerjaan	Jumlah (n)	Persentase (%)
IRT	80	92,0
Honorer	1	1,1
PNS	6	6,9
Total	87	100

Sumber: Data Primer, 2024

Distribusi pekerjaan responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT), yaitu sebanyak 80 orang (92,0%). Sementara itu, terdapat 6 responden (6,9%) yang berprofesi sebagai Pegawai Negeri Sipil (PNS) dan hanya 1 responden (1,1%) yang bekerja sebagai tenaga honorer. Dengan total 87 responden, data ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden tidak memiliki pekerjaan formal di luar rumah, dengan dominasi kelompok IRT yang sangat tinggi.

Tabel 4. Distribusi Berdasarkan Nilai Rata-Rata Pengetahuan Responden Sebelum dan Setelah Diberikan Edukasi Gizi Gemar Makan Ikan

Pengetahuan	Mean	SD	Min-Max	95%CI
Pre-test	8,49	1,697	6-12	8,13 - 8,86
Post-test	10,76	2,029	8-15	10,33 - 11,19

Sumber: Data Primer, 2024

Peroleh hasil rata-rata pengetahuan sebelum diberikan intervensi yaitu 8,49 dengan standar deviasi 1,697. Nilai pengetahuan terendah 6 dan tertinggi 12, hasil estimasi interval dengan derajat kepercayaan 95% diyakini bahwa nilai rata-rata pengetahuan sebelum diberikan intervensi berada di kisaran 8,13-8,86. Sedangkan setelah intervensi hasil rata-rata pengetahuan yaitu 10,76 dengan standar deviasi 2,029. Nilai pengetahuan terendah 8 dan tertinggi 15. Hasil estimasi interval dengan derajat kepercayaan 95% diyakini bahwa nilai rata-rata pengetahuan setelah diberikan intervensi berada dikisaran 10,33-11,19.

Tabel 5. Distribusi Berdasarkan Nilai Rata-Rata Sikap Responden Sebelum dan Setelah Diberikan Edukasi Gizi Gemar Makan Ikan

Sikap	Mean	SD	Min-Max	95%CI
Pre-test	23,47	2,266	20-29	22,99-23,95
Post-test	27,66	2,156	22-32	27,20-28,11

Sumber: Data Primer, 2024

Peroleh hasil rata-rata sikap sebelum diberikan intervensi yaitu 23,47 dengan standar deviasi 2,266. Nilai sikap terendah 20 dan tertinggi 29, hasil estimasi interval dengan derajat kepercayaan 95% diyakini bahwa nilai rata-rata sikap sebelum diberikan intervensi berada di kisaran 22,99-23,95. Sedangkan setelah intervensi hasil rata-rata sikap yaitu 27,66 dengan standar deviasi 2,156. Nilai sikap terendah 22 dan tertinggi 32. Hasil estimasi interval dengan derajat kepercayaan 95% diyakini bahwa nilai rata-rata sikap setelah diberikan intervensi berada dikisaran 27,20-28,11.

Tabel 6. Distribusi Hasil Uji Normalitas Data Pengetahuan

Pengetahuan	Kolmogorov-Smirnov		
	df	Sig.	Kesimpulan
Pre-test	46	0,001	Tidak Normal
Post-test	46	0,000	Tidak Normal

Sumber: Data Primer, 2024

Hasil uji normalitas data pengetahuan yang dianalisis menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa nilai signifikansi untuk data pre-test adalah 0,001 dan untuk data post-test adalah 0,000. Kedua nilai ini lebih kecil dari tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$, yang menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi normalitas dalam analisis statistik tidak

terpenuhi untuk kedua kelompok data tersebut. Ketidakterpenuhan asumsi normalitas ini mengindikasikan bahwa data pre-test dan post-test memiliki pola distribusi yang tidak sesuai dengan distribusi normal. Oleh karena itu, dalam analisis lanjutan, metode statistik non-parametrik lebih direkomendasikan untuk digunakan, karena metode ini tidak bergantung pada asumsi normalitas dalam pengujian hipotesis.

Tabel 7. Distribusi Hasil Uji Normalitas Data Sikap

Sikap	Kolmogorov-Smirnov		
	df	Sig.	Kesimpulan
Pre-test	46	0,001	Tidak Normal
Post-test	46	0,001	Tidak Normal

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan hasil uji normalitas data sikap yang disajikan dalam Tabel 7, diperoleh nilai signifikansi (Sig.) untuk data pre-test dan post-test sebesar 0,001 dengan jumlah sampel (df) sebanyak 46. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari tingkat signifikansi yang ditetapkan ($\alpha = 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data sikap pada kedua kelompok tidak berdistribusi normal. Ketidaknormalan distribusi data ini mengindikasikan bahwa penyebaran nilai pre-test dan post-test tidak mengikuti distribusi normal. Hal ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti karakteristik sampel, metode pembelajaran yang digunakan, atau variabilitas respons siswa terhadap materi yang diberikan. Dengan demikian, dalam analisis lebih lanjut, perlu digunakan uji statistik nonparametrik yang sesuai untuk mengatasi ketidaksesuaian dengan asumsi distribusi normal.

Tabel 8. Pengaruh Edukasi Gizi Gemar Makan Ikan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pencegahan Stunting

Pengetahuan	Ranks		
	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Nilai Setelah- Nilai Sebelum	Negative Ranks	0 ^a	0,00
	Positive Ranks	86 ^b	3741,00
	Ties	1 ^c	
	Total	87	
Asymp. Sig. (2-tailed)		0,000	

Sumber: Data Primer, 2024

Peroleh hasil negatif ranks adalah 0, yang menunjukkan tidak ada penurunan skor pengetahuan sebelum dan setelah edukasi gizi tentang konsumsi ikan. Sementara itu, hasil positif ranks menunjukkan bahwa 86 responden mengalami peningkatan pengetahuan setelah edukasi. Terdapat 1 responden dengan nilai yang sama sebelum dan setelah edukasi.

Hasil uji statistik non-parametrik Wilcoxon menunjukkan nilai p value = 0,000 yang lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, yang mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi mengenai konsumsi ikan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa edukasi gizi tentang konsumsi ikan memiliki dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai pencegahan stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Gu, Kecamatan Gu, Kabupaten Buton Tengah.

Tabel 9. Pengaruh Edukasi Gizi Gemar Makan Ikan Terhadap Peningkatan Sikap Ibu Hamil Tentang Pencegahan Stunting

Sikap	Ranks			
	N	Mean Rank	Sum of Ranks	
Nilai Setelah- Nilai Sebelum	Negative Ranks	0 ^a	0,00	0,00
	Positive Ranks	87 ^b	44,00	3828.00
	Ties	0 ^c		
	Total	87		
Asymp. Sig. (2-tailed)		0,000		

Sumber: Data Primer, 2024

Peroleh hasil negatif ranks adalah 0, yang menunjukkan tidak ada penurunan skor sikap sebelum dan setelah edukasi gizi tentang konsumsi ikan. Sebaliknya, hasil positif ranks menunjukkan bahwa 87 responden mengalami peningkatan sikap setelah edukasi, sementara nilai ties adalah 0, menandakan tidak ada kesamaan nilai sebelum dan setelah edukasi. Hasil uji statistik non-parametrik *Wilcoxon* menunjukkan nilai p value = $0,000 < \alpha = 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa edukasi gizi mengenai konsumsi ikan berpengaruh pada peningkatan sikap ibu hamil tentang pencegahan stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Gu, Kecamatan Gu, Kabupaten Buton Tengah.

3.2 Pembahasan

Pengaruh Edukasi Gizi Gemar Makan Ikan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil

Menurut Notoatmodjo (2019), Pengetahuan adalah hasil dari pemahaman, dan terjadi ketika orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan disebabkan oleh panca indra manusia, khususnya indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Mayoritas pengetahuan manusia diperoleh melalui indra peraba dan penglihatan. Pemahaman, atau cadangan kognitif, adalah domain yang sangat penting untuk mengembangkan tindakan seseorang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan sebelum intervensi adalah 8,49 dengan standar deviasi 1,697. Nilai pengetahuan terendah adalah 6 dan tertinggi adalah 12. Dengan derajat kepercayaan 95%, estimasi interval rata-rata pengetahuan sebelum intervensi diperkirakan berada di antara 8,13 dan 8,86. Setelah intervensi, rata-rata skor pengetahuan meningkat menjadi 10,76 dengan standar deviasi 2,029, dengan nilai pengetahuan terendah 8 dan tertinggi 15. Dengan derajat kepercayaan 95%, estimasi interval rata-rata pengetahuan setelah intervensi diperkirakan berada di antara 10,33 dan 11,19. Hasil ini menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah menerima edukasi gizi gemar makan ikan. Peningkatan pengetahuan ibu hamil terkait edukasi gizi terjadi karena informasi yang disampaikan lebih mudah dipahami serta dimengerti oleh ibu hamil sehingga menimbulkan ketertarikan terhadap informasi yang diberikan. Ibu hamil dengan minat dan kesungguhan yang tinggi dalam mempelajari suatu hal pada akhirnya mendapatkan pengetahuan yang lebih mendalam.

Menurut peneliti pemberian edukasi gizi gemar makan ikan sangat membantu ibu untuk mengetahui segala hal yang berhubungan dengan konsumsi ikan, baik

nilai gizinya serta manfaatnya bagi kelangsungan hidupnya. pemberian edukasi gizi sangat efektif dilakukan karena materi yang disampaikan sangat jelas dan dapat diulang-ulang sehingga mudah dipahami oleh ibu. Dalam penyampaian materi jika ada hal yang kurang jelas atau kurang dipahami oleh ibu, maka pemateri dapat mengulangnya atau memberikan kesempatan kepada responden untuk bertanya, hal ini dilakukan agar responden lebih memahami apa yang disampaikan, sehingga hal ini dapat meningkatkan pengetahuan responden.

Ibu dapat meningkatkan pengetahuan ibu dalam pemenuhan gizi, yaitu ikan dalam mencegah atau menurunkan angka prevalensi stunting pada anak. Dampak dari pemberian edukasi gizi gemar makan ikan. Peningkatan pengetahuan ibu yang diamati juga dikaitkan dengan kepekaan dan kesadaran ibu terhadap tanda-tanda peringatan stunting. Jenis makanan yang diberikan kepada anak, seperti asupan protein tinggi, berdampak pada stunting, oleh karena itu pengetahuan orang tua merupakan faktor yang berkontribusi terhadap stunting tetapi bukan faktor yang permanen.

Tujuan dari pemberian edukasi gizi adalah untuk memperbaiki pola konsumsi makanan sesuai dengan prinsip gizi seimbang, meningkatkan kesadaran tentang gizi, aktivitas fisik, dan kesehatan, serta memperbaiki akses dan kualitas pelayanan gizi sesuai dengan kemajuan ilmu dan teknologi. Edukasi gizi yang informatif dan mudah dipahami dapat mempengaruhi pengetahuan, sikap, dan tindakan seseorang setelah diterima. Selain fokus pada pencegahan, edukasi gizi juga mencakup persiapan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak sejak dini serta pemulihan status gizi anak melalui pemenuhan asupan gizi dan pola asuh ibu (Puspasari & Andriani, 2017).

Menurut Kusumaningati et al.,(2019), memberikan pengetahuan tentang stunting sejak dini kepada ibu balita sangat penting sebagai langkah antisipasi terhadap risiko stunting. Menurut (Ngaisyah & Adiputra (2018), pengoptimalan peran posyandu dalam pencegahan stunting dapat dilakukan melalui penyuluhan tentang pola konsumsi ikan sebagai alternatif pencegahan. Penyuluhan ini mencakup komunikasi mengenai inovasi makanan berbahan dasar ikan, seperti abon dan nugget ikan. Selain itu, Novianti *et al.*,(2021), menyatakan bahwa salah satu cara untuk mengoptimalkan peran posyandu adalah dengan melakukan penyuluhan konseling kesehatan gizi, yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu balita serta mendorong perubahan perilaku yang lebih baik.

Program Gemar Makan Ikan bertujuan untuk memotivasi masyarakat meningkatkan konsumsi ikan. Mengatur pola konsumsi ikan sejak dini sangat penting karena ikan merupakan sumber protein yang esensial untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, dari dalam kandungan hingga usia di bawah 2 tahun. Program Gemar Ikan dilaksanakan dengan harapan bahwa konsumsi ikan yang rutin dapat mengurangi risiko stunting (Mahrus et al., 2020). Ikan adalah sumber pangan hewani yang diandalkan untuk perbaikan gizi karena harganya lebih terjangkau dibandingkan daging sapi dan unggas. Selain itu, ikan mengandung asam amino esensial, zat besi Heme, dan memiliki nilai cerna protein yang tinggi, sehingga sangat bermanfaat bagi perkembangan balita dan anak (Kusharto, 2017).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 87 responden, tidak ada penurunan skor pengetahuan sebelum dan setelah edukasi gizi gemar makan ikan, dengan hasil negatif ranks = 0. Sebanyak 86 responden mengalami peningkatan pengetahuan setelah edukasi, sementara 1 responden memiliki nilai yang sama sebelum dan setelah edukasi, yang tercermin dalam nilai ties. Uji non-parametrik Wilcoxon menghasilkan nilai $p = 0,000 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa edukasi gizi tentang konsumsi ikan berdampak positif pada peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai pencegahan stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Gu, Kecamatan Gu, Kabupaten Buton Tengah.

Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan Aliyya & Sulandjari (2022), yang menunjukkan bahwa uji t-test dependent untuk pretest dan posttest aspek pengetahuan menghasilkan nilai signifikan ($p = <0,000$). Penelitian tersebut mengindikasikan bahwa penggunaan video berdampak positif pada peningkatan pengetahuan dan sikap ibu balita terhadap kebiasaan makan ikan di Wilayah Kenjeran.

Pengaruh Edukasi Gizi Gemar Makan Ikan Terhadap Peningkatan Sikap Ibu Hamil

Sikap secara jelas mencerminkan respons terhadap stimulus tertentu, yang dalam kehidupan sehari-hari berupa reaksi emosional terhadap rangsangan sosial. Sikap belum dianggap sebagai tindakan atau aktivitas, melainkan sebagai kecenderungan untuk melakukan suatu perilaku (Pakpahan et al., 2021).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata sikap sebelum intervensi adalah 23,47 dengan standar deviasi 2,266. Nilai sikap terendah adalah 20 dan tertinggi 29. Dengan derajat kepercayaan 95%, estimasi interval rata-rata sikap sebelum intervensi diperkirakan berada antara 22,99 dan 23,95. Setelah intervensi, rata-rata sikap meningkat menjadi 27,66 dengan standar deviasi 2,156, dengan nilai sikap terendah 22 dan tertinggi 32. Estimasi interval dengan derajat kepercayaan 95% menunjukkan bahwa rata-rata sikap setelah intervensi diperkirakan berada di antara 27,20 dan 28,11. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan sikap ibu, hal ini sesuai dengan pendapat Notoatmodjo (2019), bahwa terbentuknya sikap disebabkan karena adanya pengetahuan baru yang diperoleh dari informasi melalui media. Pengetahuan adalah faktor kunci bagi individu dalam membentuk sikap. Paparan media informasi mempengaruhi sikap seseorang. Keberhasilan penggunaan media edukasi gizi bergantung pada penggunaan dan penerimaan indera yang terlibat. Semakin banyak indera yang digunakan, semakin mudah materi edukasi gizi dipahami. Media yang disajikan dalam bentuk slide (PowerPoint) atau video dapat merangsang penglihatan dan pendengaran, sehingga hasil yang diperoleh lebih optimal. Ini karena sekitar 75%-87% pengetahuan diterima melalui mata, sementara 13%-25% diperoleh melalui indera lainnya (Wahyurin et al., 2019). Selain itu, isi dan tampilan slide (power poin) atau video dibuat dengan desain warna yang menarik dan Bahasa sederhana yang mudah dimengerti sesuai dengan karakteristik kelompok sasaran.

Pengetahuan dan keyakinan responden sangat berpengaruh terhadap sikapnya, termasuk dalam menyikapi edukasi gizi tentang ikan yang telah diberikan. Dalam penentuan sikap gemar makan ikan ini. Penelitian ini dapat menunjukkan bahwa, dibandingkan dengan media tradisional, edukasi ikan dengan menggunakan slide power point merupakan cara yang sangat efektif untuk

meningkatkan kemampuan pemahaman lisan siswa. Dengan sikap responden saat ini, sangat memungkinkan untuk meningkatkan nilai gizi gizi-kaya ikan, mempertahankan, menyehatkan, dan bahkan dapat menimang bayi yang baru lahir sehingga dapat mencegah terjadinya stunting.

Hasil penelitian diperoleh bahwa 87 responden, hasil negatif ranks = 0 yang berarti tidak ada penurunan skor sikap sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi gemar makan ikan, dan pada hasil positif ranks ada 87 responden yang mengalami peningkatan sikap sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi gemar makan ikan sedangkan pada nilai ties = 0, tidak ada kesamaan nilai sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi gemar makan ikan. Hasil uji non parametrik *Wilcoxon* diperoleh nilai $p = 0,000 < 0,05$ sehingga disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi gizi gemar makan ikan terhadap peningkatan sikap ibu hamil tentang pencegahan stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Gu Kecamatan Gu Kabupaten Buton Tengah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Olifia (2022), analisis data menggunakan uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa ada peningkatan sikap ($p=0,00$) sebelum dan setelah intervensi edukasi gizi mengenai konsumsi ikan dengan media audiovisual pada ibu hamil terkait pencegahan stunting.

Menurut peneliti edukasi gizi yang efektif tidak hanya meningkatkan pengetahuan dan sikap, tetapi juga mempengaruhi perilaku. Ibu hamil yang sadar akan manfaat makan ikan lebih cenderung mengubah kebiasaan makan mereka dengan lebih sering mengonsumsi ikan dan mengurangi makanan yang kurang bergizi. Dengan peningkatan konsumsi ikan, status gizi ibu hamil juga meningkat. Nutrisi yang terkandung dalam ikan membantu memenuhi kebutuhan gizi ibu dan janin, yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan janin dan kesehatan ibu serta dapat mencegah terjadinya stunting pada anak. Selain itu dengan mengonsumsi ikan secara teratur dapat membantu mengurangi risiko komplikasi kehamilan seperti preeklampsia, kelahiran prematur, dan berat lahir rendah. Asam lemak omega-3 dalam ikan berperan penting dalam perkembangan otak dan mata janin serta menjaga kesehatan jantung ibu.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengumpulan data, pengolahan, analisis, hingga interpretasi data, maka disimpulkan sebagai berikut: 1) Hasil rata-rata pengetahuan sebelum diberikan intervensi yaitu 8,49 dengan standar deviasi 1,697 dan nilai rata-rata pengetahuan yaitu 10,76 dengan standar deviasi 2,029; 2) Hasil rata-rata sikap sebelum diberikan intervensi yaitu 23,47 dengan standar deviasi 2,266 dan nilai rata-rata sikap yaitu 27,66 dengan standar deviasi 2,156; 3) Ada pengaruh edukasi gizi gemar makan ikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan *stunting* dengan nilai ($p = 0,000 < \alpha = 0,05$); 4) Ada pengaruh edukasi gizi gemar makan ikan terhadap peningkatan sikap ibu hamil tentang pencegahan *stunting* dengan nilai ($p = 0,000 < \alpha = 0,05$).

Daftar Pustaka

Aliyya, T. F., & Sulandjari, S. (2022). The Effect Of Using Video On Knowledge Mastery And Attitudes For Eating Fish In Mothers Of Children Under Five Years In Kenjeran Surabaya. *JURNAL KESMAS DAN GIZI (JKG)*, 5(1), 130–137.

- Anggraini, S. A., Siregar, S., & Dewi, R. (2020). Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Pada Ibu Hamil Tentang Pencegahan Stunting di desa Cinta Rakyat. *Jurnal Ilmiah Kebidanan* <https://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/JURNALKEBIDANAN/article/view/379>
- Azhari, M. A., & Fayasari, A. (2020). Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Ceramah dan Video Animasi Terhadap Pengetahuan Sikap dan Perilaku Sarapan Serta Konsumsi Sayur Buah. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 5(1), 55–61.
- Bagaswoto, H. P. (2020). Short Term and Long Term Effect of Stunting. *Makalah Dalam Seminar Kupas Tuntas Stunting RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten*, 6.
- BKKBN Sultra. (2022). *Angka Stunting di Sultra, Ini Rinciannya di 17 Kabupaten/Kota Artikel ini telah tayang di JPNN.com dengan judul "Angka Stunting di Sultra, Ini Rinciannya di 17 Kabupaten/Kota"*, <https://sultra.jpnn.com/sultra-terkini/1539/angka-stunting-di-sultra-ini-rinci>.
- BPS. (2023). *Statistik Konsumsi Protein Hewani di Indonesia*. Jakarta: Badan Pusat Statistik (BPS).
- Kemendes RI. (2023). *Prevalensi Stunting di Indonesia*. diakses 1 Juli 2023. <https://sehatnegeriku.kemdes.go.id/baca/rilis-media/20230125/3142280/prevalensi-stunting-di-indonesia-turun-ke-216-dari-244/>.
- Kusharto, C. M. (2017). *Invensi Guru Besar Menuju Inovasi Produktif: Seri Pangan Sehat Alami. Inovasi Unik Tepung Ikan Lele (Clarias gariepinus) dan Produk Olahannya*. Penerbit IPB Press.
- Kusumaningati, W., Dainy, N. C., & Kushargina, R. (2019). Edukasi Cespleng (Cegah Stunting Itu Penting) Dan Skrining Stunting di Posyandu Doktren 2 Kecamatan Cikelet Kabupaten Garut. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*.
- Listyarini, A. D., Fatmawati, Y., & ... (2020). Edukasi Gizi Ibu Hamil Dengan Media Booklet Sebagai Upaya Tindakan Pencegahan Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Undaan Kabupaten Kudus. ... *Kesehatan*. <https://jpk.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/index.php/jpk/article/view/70>
- Mahrus, M., Zulkifli, L., Rasmi, D. A. C., Syahrudin, A. R., & Raksun, A. (2020). Peningkatan Gizi Keluarga Melalui Program Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (Gemarikan) di Dusun Bale Kuwu Desa Gunungsari. *Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Masyarakat*, 3(1).
- Naulia, R. P., Hendrawati, H., & Saudi, L. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemenuhan Nutrisi Balita Stunting. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(02), 95–101.
- Ngaisyah, R. D., & Adiputra, A. K. (2018). *Pemberdayaan Kader Posyandu Untuk Perbaikan Pola Konsumsi Terhadap Nugget Ikan dan Abon Ikan Sebagai Alternatif Penurunan Stunting Balita di Desa Kanigoro, Saptosari, Gunungkidul*.

- Notoatmodjo, S. (2019). Pengantar Ilmu Perilaku Kesehatan. In *Jakarta: Rineka Cipta*.
- Novianti, R., Purnaweni, H., & Subowo, A. (2021). Peran Posyandu Untuk Menangani Stunting di Desa Medini Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus. *Journal of Public Policy and Management Review*, 10(3), 378–387.
- Olifia. (2022). *Edukasi Gizi Gemar Makan Ikan Dengan Media Audio-Visual Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Tentang Pencegahan Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Bandarharjo Kota Semarang. Skripsi. Program Studi Gizi Fakultas Psikologi dan Kesehata*.
- Pakpahan, A. F., Prasetio, A., Negara, E. S., Gurning, K., Situmorang, R. F. R., Tasnim, T., Sipayung, P. D., Sesilia, A. P., Rahayu, P. P., & Purba, B. (2021). *Metodologi Penelitian Ilmiah*. Yayasan Kita Menulis.
- Puspasari, N., & Andriani, M. (2017). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dan Asupan Makan Balita Dengan Status Gizi Balita (BB/U) Usia 12-24 Bulan. *Amerta Nutrition*, 1(4), 369–378.
- Rahadiyanti, A., Dina, S. S., Tampubolon, S. P. O., Veicinlun, S. Y., Mattarahmawati, S. A., Jannah, S. R., & Ningsih, S. (2022). Peningkatan Pengetahuan Ibu dan Guru Terkait Gizi Seimbang Anak Usia 5-8 Tahun di Sekolah Al-Hunafa Kota Bandung. *Proactive*, 1(1), 8–14.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: CV Alfabeta.
- Wahyurin, I. S., Aqmarina, A. N., Rahmah, H. A., & ... (2019). Pengaruh Edukasi Stunting Menggunakan Metode Brainstorming dan Audiovisual Terhadap Pengetahuan Ibu Dengan Anak Stunting. *Ilmu Gizi* <https://rulab.respati.ac.id/index.php/ilgi2017/article/view/111>
- WHO. (2018). *Reducing Stunting in Children: Equity Considerations for Achieving the Global Nutrition Targets 2025*.
- WHO. (2023). *World Health Statistics Data Visualizations Dashboard Child Stunting*. diakses 30 Juni 2023. <https://apps.who.int/gho/data/node.sdg.2-2-viz-1?lang=en>.
- Yuwanto, L. (2019). *Metode Penelitian Eksperimen*. Yogyakarta: Graha Ilmu.