

Pengaruh Kelas Balita Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Status Gizi Balita Usia 1-5 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Sebengkok Kota Tarakan

Agus Purnama Sari^{*1}, Nurul Hidayatun Jalilah², Sabaniah³

^{1,2,3} Universitas Borneo Tarakan

Email: aguspurnamasari@gmail.com

Abstrak

Status gizi balita merupakan faktor penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Permasalahan gizi seperti stunting masih ditemukan di wilayah kerja Puskesmas Sebengkok Kota Tarakan, sehingga diperlukan upaya peningkatan pengetahuan ibu melalui kelas balita. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kelas balita terhadap pengetahuan ibu tentang status gizi balita usia 1–5 tahun. Penelitian ini menggunakan desain *quasi eksperimen* dengan rancangan one group pretest-posttest. Sampel penelitian sebanyak 102 ibu balita. Data dikumpulkan melalui kuesioner pengetahuan dan pengukuran antropometri. Analisis data menggunakan uji paired sample *t-test* dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu dari 55,9% menjadi 80,4% setelah intervensi. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 62,4 menjadi 78,9 dengan nilai $p < 0,05$, yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan kelas balita terhadap pengetahuan ibu. Kesimpulan penelitian ini adalah kelas balita efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu yang berpotensi memperbaiki status gizi balita. Disarankan agar program kelas balita dilaksanakan secara berkelanjutan dan lebih interaktif untuk meningkatkan efektivitasnya.

Kata kunci: Kelas Balita, Status Gizi, Balita

Abstract

*Nutritional status in toddlers is a crucial factor influencing growth and development. Nutritional problems such as stunting are still found in the working area of Sebengkok Public Health Center, Tarakan City, highlighting the need to improve mothers' knowledge through toddler classes. This study aimed to determine the effect of toddler classes on the nutritional status of children aged 1–5 years. This study employed a quantitative approach with a quasi-experimental one group pretest-posttest design. The sample consisted of 102 mothers with toddlers. Data were collected using a knowledge questionnaire and anthropometric measurements. Data analysis was performed using the paired sample *t-test* with a significance level of 0.05. The results showed an increase in mothers' knowledge from 55.9% to 80.4% after the intervention. The mean knowledge score also increased from 62.4 to 78.9, with a p -value < 0.05 , indicating a significant effect of the toddler class intervention. In conclusion, toddler classes are effective in improving mothers' knowledge, which may contribute to better nutritional status among toddlers. It is recommended that toddler class programs be continuously implemented and enhanced with more interactive methods to improve their effectiveness.*

Keywords: Toddler Class, Nutritional Status, Children

1. PENDAHULUAN

Gizi merupakan faktor penting dalam proses tumbuh kembang balita yang berpengaruh terhadap kesehatan fisik, kecerdasan, serta kualitas hidup di masa mendatang. Status gizi balita dapat diukur menggunakan indikator antropometri seperti berat badan menurut umur, tinggi badan menurut umur, serta indeks massa tubuh menurut umur. Ketidakseimbangan asupan gizi pada masa balita dapat menyebabkan berbagai permasalahan kesehatan, termasuk stunting yang berdampak jangka panjang dan bersifat irreversible [1].

Secara global, masalah gizi masih menjadi salah satu penyebab utama tingginya angka kematian pada balita. Data menunjukkan bahwa sebagian besar kematian balita berkaitan dengan kekurangan gizi dan pola pemberian makan yang tidak tepat [2]. Di Indonesia, meskipun prevalensi masalah gizi menunjukkan tren penurunan, angka kejadian gizi kurang dan stunting masih tergolong tinggi dan menjadi prioritas nasional dalam pembangunan kesehatan, khususnya dalam program 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) [3].

Di Provinsi Kalimantan Utara, prevalensi masalah gizi balita masih cukup tinggi. Kota Tarakan sebagai salah satu wilayah perkotaan juga masih menghadapi permasalahan gizi, termasuk stunting. Di wilayah kerja Puskesmas Sebengkok, jumlah balita cukup besar dan masih ditemukan kasus gangguan pertumbuhan. Hal ini menunjukkan bahwa upaya peningkatan status gizi balita masih perlu ditingkatkan, terutama melalui peningkatan pengetahuan dan perilaku ibu sebagai pengasuh utama [4].

Salah satu upaya yang dilakukan pemerintah melalui fasilitas pelayanan kesehatan adalah penyelenggaraan kelas balita. Kelas balita merupakan kegiatan edukasi berbasis kelompok yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan ibu dalam pemenuhan gizi, perawatan, serta stimulasi tumbuh kembang anak. Program ini dinilai efektif karena melibatkan interaksi langsung, diskusi, serta pendampingan oleh tenaga kesehatan sehingga materi lebih mudah dipahami dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari [5].

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kelas balita dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam merawat anak serta berkontribusi terhadap perbaikan status gizi balita. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh kelas balita terhadap status gizi balita di wilayah Puskesmas Sebengkok Kota Tarakan masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kelas balita terhadap status gizi balita usia 1–5 tahun di wilayah kerja Puskesmas Sebengkok Kota Tarakan [6]

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi eksperimen menggunakan rancangan *one group pretest-posttest*. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Sebengkok Kota Tarakan pada bulan Juni hingga November 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki balita usia 1–5 tahun sebanyak 1.059 orang. Sampel penelitian ditentukan menggunakan rumus Slovin sehingga diperoleh sebanyak 102 responden yang memenuhi kriteria inklusi.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen berupa kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu terkait gizi balita, serta pengukuran antropometri meliputi berat badan dan tinggi badan untuk menentukan status gizi balita. Data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari data primer yang diperoleh langsung dari responden melalui kuesioner dan pengukuran, serta data sekunder yang diperoleh dari Puskesmas dan Dinas Kesehatan Kota Tarakan.

Prosedur penelitian diawali dengan pengukuran awal (*pretest*) untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu sebelum intervensi. Selanjutnya dilakukan pemberian edukasi melalui kegiatan kelas balita yang berisi materi tentang pemenuhan gizi, perawatan, dan stimulasi tumbuh kembang anak. Setelah intervensi, dilakukan pengukuran ulang (*posttest*) untuk mengetahui perubahan pengetahuan ibu. Selain itu, dilakukan pengukuran status gizi balita untuk melihat gambaran kondisi gizi setelah intervensi.

Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi karakteristik responden dan variabel penelitian, serta analisis bivariat untuk mengetahui perbedaan hasil sebelum dan sesudah intervensi. Uji statistik yang digunakan adalah uji *paired t-test* apabila data berdistribusi normal, dan uji Wilcoxon apabila data tidak berdistribusi normal, dengan tingkat signifikansi yang ditetapkan sebesar 0,05.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1. Usia		
< 20 tahun dan > 35 tahun	52	51
20 – 35 tahun	50	49
2. Pendidikan		
Dasar	59	57.8
Menengah	40	39.2
Tinggi	3	3
3. Pekerjaan		
IRT	94	92.2
Wiraswasta	8	7.8
Jumlah	102	100 %

Pada tabel 1 menunjukkan 52 responden (51%) responden masuk kategori berusia kurang dari 20 tahun atau lebih tua dari 35 tahun, usia ini masuk usia reproduksi yang berisiko. Pada kategori pendidikan, mayoritas responden berpendidikan dasar atau menamatkan sekolah menengah pertama sebanyak 59 responden (57.8) serta 3 responden (3%) yang mencapai pendidikan tinggi atau sarjana. Pada kategori pekerjaan mayoritas responden bekerja sebagai ibu rumah tangga yaitu 94 (92.2%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi *Pre-test* Pengetahuan Ibu

Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
Kurang	45	44.1
Baik	57	55.9
Jumlah	102	100 %

Berdasarkan tabel 2 sebelum dilakukan intervensi hampir separuh responden masih memiliki pengetahuan yang dibawah hasil rata-rata atau kurang sebanyak 45 responden (44.1%). Sedangkan responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik jauh lebih banyak yakni 57 responden (55.9%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi *Post-test* Pengetahuan Ibu

Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
Kurang	20	19.6
Baik	82	80.4
Jumlah	102	100 %

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi berupa kelas balita, terjadi peningkatan pengetahuan ibu secara signifikan. Sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 82 orang (80,4%), sedangkan responden dengan pengetahuan kurang menurun menjadi 20 orang (19,6%). Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu dibandingkan sebelum intervensi, dimana pada pre-test hanya

55,9% yang memiliki pengetahuan baik. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi melalui kelas balita efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu terkait gizi dan tumbuh kembang balita.

Tabel 4. Hasil Uji Paired Sample T-Test Pengetahuan Ibu

Variabel	Mean \pm SD	t hitung	p-value
Pre-Test	62.4 \pm 8.5	12.87	0.001
Post-Test	78.9 \pm 7.2		

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan ibu sebelum intervensi (*pre-test*) sebesar 62.4, sedangkan setelah intervensi (*post-test*) meningkat menjadi 78.9. Selisih rata-rata peningkatan pengetahuan sebesar 16.5 poin. Hasil uji Paired Sample T-Test diperoleh nilai t hitung sebesar 12.87 dengan nilai $p = 0.001$ ($p < 0.05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan ibu sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kelas balita berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu setelah diberikan intervensi melalui kelas balita. Peningkatan ini terlihat dari bertambahnya jumlah responden dengan kategori pengetahuan baik dari 55,9% menjadi 80,4%. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan melalui kelas balita efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu mengenai gizi dan tumbuh kembang balita [7].

Pengetahuan merupakan faktor penting yang mempengaruhi perilaku seseorang, khususnya dalam praktik pemenuhan gizi anak. Ibu dengan pengetahuan yang baik cenderung mampu memberikan asupan gizi yang sesuai dengan kebutuhan anak sehingga dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Pentingnya penyuluhan mengenai gizi seimbang bagi ibu balita harus diutamakan untuk meningkatkan pengetahuan mereka dan, pada gilirannya, memperbaiki pemenuhan gizi anak. Edukasi yang efektif dapat mengubah perilaku orang tua dalam memilih dan mengolah makanan, sehingga berkontribusi pada pemenuhan gizi seimbang bagi anak-anak. [8]

Karakteristik responden yang sebagian besar berpendidikan dasar juga menjadi faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan. Pendidikan yang rendah dapat membatasi akses dan pemahaman terhadap informasi kesehatan, sehingga intervensi edukasi seperti kelas balita menjadi sangat penting. Metode pembelajaran yang digunakan dalam kelas balita, seperti diskusi dan penyampaian materi secara langsung, memungkinkan ibu lebih mudah memahami informasi yang diberikan [9].

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa kelas balita dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam merawat anak. Edukasi yang dilakukan secara terstruktur dan interaktif terbukti mampu meningkatkan pemahaman ibu secara signifikan [10].

Dengan demikian, kelas balita merupakan salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu dan berpotensi memperbaiki status gizi balita. Oleh karena itu, program ini perlu terus dikembangkan dan dilaksanakan secara berkelanjutan di fasilitas pelayanan kesehatan. Selain itu, penggunaan media edukasi yang menarik dan interaktif dalam kelas balita juga dapat meningkatkan daya serap informasi oleh ibu. Kombinasi metode ceramah, diskusi, serta praktik langsung terbukti lebih efektif dibandingkan metode konvensional dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan [11] [12].

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu setelah diberikan intervensi melalui kelas balita. Hal ini ditunjukkan dari meningkatnya proporsi pengetahuan baik dari sebelum intervensi sebesar 55,9% menjadi 80,4% setelah intervensi. Hasil uji statistik menggunakan paired sample t-test menunjukkan nilai $p < 0,05$, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan ibu sebelum dan sesudah intervensi.

Dengan demikian, kelas balita terbukti berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu mengenai gizi dan tumbuh kembang balita. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat berdampak pada perubahan perilaku ibu dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak sehingga mendukung perbaikan status gizi balita. Oleh karena itu, program kelas balita perlu terus dikembangkan dan dilaksanakan secara berkelanjutan sebagai salah satu upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kesehatan ibu dan anak.

5. UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih penulis ucapkan sebesar-besarnya kepada LP2M Universitas Borneo Tarakan yang telah memberikan kami kesempatan memperoleh pembiayaan penelitian sesuai dengan DIPA UBT untuk mendukung Tridarma perguruan tinggi Dosen di Lingkungan Universitas Borneo Tarakan. Taklupa penulis juga mengucapkan terimakasih kepada Semua pihak yang telah mendukung dan membantu terlaksananya penelitian ini.

6. DAFTAR PUSTAKA

- [1] D. A. Perdana, S. Maimunah, and M. Afif Hilmi, "Relationship Between Nutritional Status With The Development of Toddlers (Age 1-5 Years) in The Work Area of The Candi Sidoarjo Community Health Center," *Global Ten Public Health and Nursing Journal*, vol. 2, no. 2, pp. 29–38, Jun. 2024, doi: 10.36568/gtphnj.v2i2.142.
- [2] A. Mallikarjun and H. H. Bharadi, "Impact of Malnutrition Among Children on Child Mortality in Developing Countries," *International Journal of Innovative Research in Multidisciplinary Education*, vol. 3, no. 1, pp. 127–130, 2024.
- [3] S. Tahir and L. Utami, "Faktor-faktor yang mempengaruhi gizi kurang pada balita di wilayah kerja puskesmas Baluase Kecamatan Dolo Selatan Kabupaten Sigi," *Jurnal Kolaboratif Sains*, vol. 5, no. 9, pp. 627–632, 2022.
- [4] A. Purnamasari, "COMPARISON OF NUTRITION STATUS OF CHILDREN WITH AGED 1-2 YEARS IN COASTAL AND URBAN AREAS," in *Childhood Stunting, Wasting, and Obesity, as the Critical Global Health Issues: Forging Cross-Sectoral Solutions*, Masters Program in Public Health, Universitas Sebelas Maret, 2020, pp. 154–161. doi: 10.26911/the7thicph-FP.03.10.
- [5] M. Yundelfa, N. Rita, I. Ismeiyanti, and R. Rahmi, "Implementasi Kelas Ibu Hamil sebagai Upaya Pencegahan TB Anak Di Posyandu Mawar Puskesmas Seberang Padang," *Jurnal Abdimas Sainika*, vol. 5, no. 2, pp. 20–24, 2023.
- [6] A. P. Rahayu and N. Yuliwati, "The Influence Of Children's Mother Class With Improving Mother's Knowledge About Balanced Nutrition In Toddlers At Posyandu Mawar X Kelurahan Adiarsa Barat Working Area Puskesmas Nagasari District Karawang," *International Journal Of Health Science*, vol. 3, no. 2, pp. 60–71, 2023.
- [7] A. Kharani, R. Aulia, and H. T. Sinaga, "The Influence of Nutrition Education on Balanced Nutritional Patterns Using Lembar baliks on Mothers Knowledge and Toddlers Eating Patterns," *JURNAL KESMAS DAN GIZI (JKG)*, vol. 8, no. 1, pp. 166–172, 2025.

- [8] I. Kharomain, W. Eka, and U. Hasanah, “Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang dengan Perilaku Keluarga dalam Pemenuhan Gizi pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas,” *Indonesian Journal of Nursing Sciences and Practice*, vol. 6, no. 1, pp. 35–38, 2023.
- [9] P. Andanawarih, N. Ulya, and S. Artanti, “Pendidikan kesehatan dalam kelas balita dan pembuatan makanan pendamping ASI (MP ASI) di Posyandu Puskesmas Buaran Kota Pekalongan,” *Jurnal ABDIMAS-HIP Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 5, no. 1, pp. 55–59, 2024.
- [10] N. Nurfatimah, L. W. Longgupa, K. Ramadhan, and D. N. Suharto, “Meningkatkan Pengetahuan Ibu Balita melalui Flipbook dan Permainan Edukatif: Upaya Pencegahan Stunting,” *Ahmar Metakarya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, vol. 4, no. 1, pp. 115–123, 2024.
- [11] H. Jusuf and V. Hadju, “Efektivitas program kelas ibu balita pada penanganan stunting,” *THE JOURNAL OF Mother and Child Health Concerns*, vol. 4, no. 5, pp. 265–272, 2025.
- [12] K. Virgian, D. Setiawati, W. Asmalinda, and V. Veratiwi, “Pelaksanaan Kelas Ibu Balita dengan Metode Focus Group Discussion (Fgd) dan Multimedia Di Posyandu Anyelir Wilayah Kerja Puskesmas Dempo Palembang,” *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, vol. 5, no. 8, pp. 2589–2602, 2022.