



## Eksplorasi Persepsi Ibu Balita Terhadap Program Edukasi Gizi di Posyandu

Fadhiah Aprilia<sup>1</sup>, Syadeli Hanafi<sup>2</sup>, Ahmad Fauzi<sup>3</sup>

Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

Email: [fadhiahapril@gmail.com](mailto:fadhiahapril@gmail.com)

---

*Received:* 3 Maret 2025

*Revised:* 27 Desember 2025

*Accepted:* 28 Desember 2025

---

### ABSTRACT

This study aims to explore the perceptions of mothers of toddlers regarding the nutrition education program at Posyandu and its impact on efforts to improve child nutrition. The method used is a qualitative phenomenological approach, with the population consisting of mothers of toddlers at five Posyandu in Cipondoh District. Data were collected through in-depth interviews, observations, and documentation. The results indicate that mothers' perceptions of the nutrition education program vary, influenced by personal experiences, social support, and levels of understanding about nutrition. Practices of mutual assistance, discipline in attending Posyandu, and collaboration among mothers have proven to contribute positively to the success of the nutrition education program. It is hoped that the findings of this study will provide recommendations for developing more effective nutrition education programs that meet community needs.

**Keywords:** Nutrition education, mother perceptions, posyandu.

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi persepsi ibu balita terhadap program edukasi gizi di Posyandu dan dampaknya terhadap upaya peningkatan gizi anak. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif fenomenologis, dengan populasi ibu balita di lima Posyandu di Kecamatan Cipondoh. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa persepsi ibu terhadap program edukasi gizi bervariasi, dipengaruhi oleh pengalaman pribadi, dukungan sosial, dan tingkat pemahaman tentang gizi. Praktik tolong-menolong, disiplin dalam menghadiri Posyandu, dan kerja sama antar ibu terbukti berkontribusi positif terhadap keberhasilan program edukasi gizi. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan rekomendasi untuk pengembangan program edukasi gizi yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan masyarakat.

**Kata kunci:** Edukasi gizi, persepsi ibu, posyandu.

©2025 by Fadhiah Aprilia, Syadeli Hanafi, Ahmad Fauzi  
Under the license CC BY-SA 4.0

---

### PENDAHULUAN

Gaya hidup manusia yang terus berkembang turut memengaruhi berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam pemilihan makanan dan upaya menjaga kesehatan. Dalam rumah tangga, peran utama dalam hal ini biasanya dipegang oleh ibu. Khususnya, ibu yang memiliki anak balita memiliki peran penting dalam upaya perbaikan gizi. Angka prevalensi stunting di Provinsi Banten mengalami penurunan sejak tahun 2021, yaitu sebesar 24,5%, kemudian menurun menjadi 20% pada tahun 2022. Namun, pada tahun 2023, angka tersebut kembali

meningkat menjadi 24,0%. Meskipun demikian, terdapat tiga daerah di Banten yang menunjukkan penurunan prevalensi stunting secara konsisten dalam tiga tahun terakhir, yakni Kabupaten Pandeglang, Kabupaten Serang, dan Kota Tangerang Selatan (Kemenko PMK, 2024). Fenomena ini mengindikasikan bahwa meskipun upaya pencegahan telah dilakukan, tantangan dalam memastikan gizi yang baik bagi anak balita masih terus ada. Hal ini menuntut perhatian lebih terhadap faktor-faktor yang memengaruhi pola pikir dan tindakan ibu dalam memilih makanan yang bergizi bagi anak-anak mereka.

Masa balita merupakan fase krusial bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Asupan gizi yang memadai diperlukan untuk mendukung pertumbuhan yang optimal. Jika gizi tidak terpenuhi dengan baik pada masa ini, perkembangan anak dapat terhambat. Kekurangan gizi yang berlangsung dalam jangka panjang berisiko menyebabkan stunting (Noor & Muniroh, 2023). Masalah gizi pada anak pada dasarnya disebabkan oleh ketidakseimbangan antara asupan dan pengeluaran zat gizi (nutritional imbalance), baik karena asupan yang berlebihan maupun yang kurang. Selain itu, faktor lain yang berkontribusi adalah kesalahan dalam pemilihan jenis makanan yang dikonsumsi (Dewi, Suryaningsih, dan Hasibuan, 2024).

Kurangnya gizi pada anak dapat disebabkan oleh rendahnya pengetahuan ibu mengenai pemberian makanan bergizi serta keterbatasan konsumsi makanan dengan gizi seimbang. Kurangnya pemahaman ibu terhadap variasi jenis makanan dapat menghambat proses pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama perkembangan otaknya. Banyak orang tua kurang memperhatikan asupan nutrisi anak mereka, padahal anak usia dini lebih rentan terhadap penyakit dan peradangan karena sistem imunnya belum cukup kuat melawan infeksi dari luar. Oleh karena itu, pengetahuan ibu memiliki peran penting dalam meningkatkan status gizi anak. Edukasi gizi menjadi salah satu cara alternatif untuk meningkatkan pemahaman ibu, yang diharapkan dapat mendorong motivasi dan perilaku positif dalam memberikan makanan bergizi kepada anak.

Edukasi gizi merupakan proses pemberian informasi terkait aspek gizi dan kesehatan pada suatu topik tertentu (Layung *et al.*, 2022). Edukasi gizi bertujuan

untuk mengatasi permasalahan gizi dengan berfokus pada peningkatan pemahaman dan perilaku ibu balita dalam memenuhi kebutuhan gizi serta mendukung pertumbuhan anak secara optimal (Segapangamianu *et al.*, 2023). Berdasarkan penelitian Wirakhmi *et al.*, 2024, Edukasi mengenai gizi seimbang dapat meningkatkan pemahaman ibu terkait pola makan yang sehat. Oleh karena itu, upaya penyuluhan gizi kepada masyarakat dalam rangka mencegah permasalahan gizi perlu dilakukan secara menyeluruh dan berkelanjutan.

Posyandu merupakan bentuk Upaya Kesehatan Bersumberdaya Masyarakat (UKBM) yang dijalankan secara kolektif oleh masyarakat, dengan tujuan utama memberdayakan warga serta mempermudah akses terhadap layanan kesehatan dasar. Optimalisasi peran dan fungsi Posyandu tidak hanya menjadi tanggung jawab pemerintah, tetapi juga membutuhkan partisipasi aktif seluruh elemen masyarakat, termasuk para kader, (Nugroho & Wardani, 2022). Posyandu memiliki salah satu program yaitu peningkatan gizi anak melalui pos pelayanan gizi. Pelayanan gizi adalah salah satu aktivitas yang dilakukan oleh posyandu secara rutin setiap bulan. Di posyandu, kader berperan dalam melaksanakan berbagai jenis layanan, seperti pengukuran berat badan, pengisian Kartu Menuju Sehat (KMS), deteksi awal masalah pertumbuhan, penyuluhan gizi, serta pemberian Pangan Makanan Tambahan (PMT), vitamin A, dan sirup besi (Fe). Untuk ibu hamil dan ibu yang baru melahirkan, diberikan tablet besi dan yodium, terutama di wilayah yang terkena dampak gondok (Hara dkk, 2014; Mulat, 2017).

Kurangnya gizi pada anak dapat disebabkan oleh rendahnya pengetahuan ibu mengenai pemberian makanan bergizi serta kurangnya asupan makanan dengan kandungan gizi seimbang. Keterbatasan pemahaman ibu terhadap variasi jenis makanan dapat berdampak pada terganggunya proses pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama perkembangan otak. Banyak orang tua kurang memperhatikan kecukupan nutrisi anak mereka, padahal anak usia dini sangat rentan terhadap penyakit dan peradangan. Hal ini disebabkan oleh sistem kekebalan tubuh mereka yang masih lemah dalam melawan infeksi dari virus atau kuman. Pengetahuan ibu memiliki peran penting dalam meningkatkan status gizi anak. Edukasi gizi dapat menjadi salah satu alternatif untuk meningkatkan

pemahaman ibu mengenai pentingnya asupan gizi yang baik. Dengan meningkatnya wawasan ibu, diharapkan motivasi dan perilaku dalam memberikan makanan bergizi kepada anak juga semakin baik. Jika status gizi balita dapat diperbaiki dalam enam bulan pertama kehidupannya, maka terdapat kemungkinan tinggi badan balita dapat berkembang secara normal serta terhindar dari risiko stunting di usia berikutnya, (Oktavia, Ekawaty, Aryanty, 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kusmawardani, Lita, Heni, *et al.*, (2020) dengan judul “Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang pada Ibu Balita Melalui Edukasi dan Simulasi Pembuatan Makanan Bergizi” mengungkapkan bahwa terdapat peningkatan pemahaman ibu setelah diberikan intervensi berupa edukasi serta simulasi atau praktik dalam pemberian makanan bergizi seimbang kepada anak. Penelitian yang dilakukan oleh Nelista, Yosefina, *et al.*, (2021) dengan judul “Intervensi Berbasis Supportive Educative Nursing Intervention terhadap Pengetahuan dan Praktik Pemberian Makan pada Ibu Balita Gizi Kurang” menunjukkan bahwa penerapan empat tahapan yaitu pengajaran, bimbingan, dukungan, dan penyediaan lingkungan berhasil meningkatkan pengetahuan ibu. Sebelum intervensi, tingkat pengetahuan ibu tercatat sebesar 83,3%, yang kemudian meningkat menjadi 93,3% setelah intervensi dilaksanakan. Temuan penelitian ini mengindikasikan bahwa intervensi yang dilakukan memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan pengetahuan dan praktik pemberian makan pada ibu yang memiliki balita dengan gizi kurang.

Dengan latar belakang ini, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi persepsi ibu balita terhadap program edukasi gizi di Posyandu, serta bagaimana persepsi ini dapat memengaruhi upaya peningkatan gizi anak di daerah tersebut. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan rekomendasi yang bermanfaat untuk pengembangan program edukasi gizi yang lebih efektif dan sesuai kebutuhan masyarakat.

## **METODE**

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kualitatif fenomenologis. Fenomenologi adalah metode penelitian kualitatif yang digunakan untuk menggali makna bersama yang menjadi inti dari suatu konsep atau fenomena, yang secara

sadar dan secara pribadi dialami oleh sekelompok individu dalam kehidupan mereka (Suyanto, 2019). Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis untuk mengeksplorasi persepsi masyarakat terhadap program edukasi gizi di Posyandu.

Penelitian ini dilaksanakan di lima posyandu, yaitu Posyandu Mawar, Posyandu Mekar Jaya 4, Posyandu Anggrek XV, Posyandu Mekar Jaya 9, dan Posyandu Soleh Kenanga 6. Penelitian dilakukan pada bulan Desember 2024. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini bersifat kualitatif, yang meliputi informasi mendalam mengenai pandangan, pengalaman, dan sikap ibu terhadap program edukasi gizi. Data ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif tentang faktor-faktor yang memengaruhi keputusan mereka dalam memilih makanan bergizi untuk anak-anak mereka.

Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi observasi, wawancara, dan dokumentasi. Setiap teknik memiliki peran penting dalam memperoleh pemahaman yang mendalam tentang pengalaman dan pandangan ibu. Proses pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung selama kegiatan edukasi gizi di Posyandu. Observasi ini memungkinkan peneliti untuk melihat interaksi antara ibu dan penyuluh serta dinamika kelompok secara alami. Selain itu, wawancara mendalam dilakukan dengan ibu-ibu yang terlibat dalam program tersebut. Wawancara ini dirancang dengan pertanyaan terbuka untuk menggali pengalaman, pandangan, dan sikap ibu terhadap program edukasi gizi. Dokumentasi juga digunakan untuk melengkapi data yang diperoleh. Peneliti mengumpulkan materi edukasi gizi dan catatan kegiatan di Posyandu, yang memberikan konteks tambahan terhadap data yang diperoleh melalui observasi dan wawancara.

Analisis data berfokus pada reduksi, penyajian, dan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan mentranskripsikan wawancara dan menyaring informasi yang relevan. Penyajian data dilakukan dalam bentuk narasi yang terstruktur, mengidentifikasi tema-tema kunci yang muncul dari hasil wawancara dan observasi. Akhirnya, kesimpulan ditarik berdasarkan analisis yang dilakukan, memberikan gambaran menyeluruh tentang persepsi ibu terhadap program

edukasi gizi. Dengan pendekatan ini, penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan yang berarti mengenai faktor-faktor yang memengaruhi sikap dan perilaku ibu dalam memilih makanan bergizi untuk anak-anak mereka, serta rekomendasi untuk pengembangan program edukasi gizi yang lebih efektif.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

#### **1. Tolong Menolong**

Dalam penelitian ini, informan memberikan berbagai pandangan mengenai praktik tolong menolong di lingkungan Posyandu. Sebagian besar informan mengungkapkan bahwa mereka merasa sangat terbantu oleh adanya dukungan dari sesama orang tua dan kader Posyandu. Praktik tolong menolong ini sering kali terlihat dalam bentuk saling berbagi informasi, pengalaman, dan sumber daya terkait kesehatan dan gizi anak. Banyak informan yang menyatakan bahwa mereka saling membantu dalam mengingatkan jadwal kegiatan Posyandu. Misalnya, ketika salah satu ibu tidak dapat hadir, teman-teman di grup WhatsApp akan memberikan informasi mengenai apa yang terjadi selama pertemuan, termasuk hasil pemeriksaan kesehatan anak-anak. Ini menciptakan suasana saling mendukung yang kuat di antara para orang tua.

Selain itu, beberapa informan juga menyoroti pentingnya kolaborasi antara orang tua dan kader Posyandu dalam menjalankan kegiatan. Kader seringkali memberikan dukungan kepada orang tua untuk memahami informasi kesehatan yang disampaikan dan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang muncul. Informan merasa bahwa adanya komunikasi yang baik antara orang tua dan kader membuat mereka lebih percaya diri dalam merawat anak-anak mereka. Praktik tolong menolong juga terlihat dalam kegiatan lain, seperti saat ada acara imunisasi atau penyuluhan gizi. Informan menyebutkan bahwa mereka sering bekerja sama untuk mengatur transportasi menuju lokasi kegiatan atau membantu satu sama lain dalam menjaga anak-anak selama acara berlangsung. Ini menunjukkan bahwa rasa kebersamaan dan solidaritas di antara orang tua sangat kuat. Terdapat juga tantangan dalam praktik tolong menolong ini. Beberapa informan mengungkapkan bahwa tidak semua orang memiliki waktu atau kemampuan

untuk terlibat secara aktif. Ada kalanya, orang tua yang sibuk dengan pekerjaan atau tanggung jawab lainnya merasa kesulitan untuk memberi dukungan kepada yang lain. Meskipun begitu, mayoritas informan berusaha untuk saling membantu sebisa mungkin, dan mereka menghargai setiap bentuk dukungan yang diberikan. Secara keseluruhan, praktik tolong menolong di lingkungan Posyandu menjadi aspek penting yang diungkapkan oleh informan. Mereka merasa bahwa dengan saling mendukung dan berbagi, mereka dapat mengatasi tantangan yang dihadapi dalam merawat anak-anak dan memastikan kesehatan mereka. Rasa kebersamaan ini tidak hanya memperkuat hubungan antar orang tua, tetapi juga menciptakan lingkungan yang lebih baik untuk perkembangan anak-anak.

## **2. Disiplin**

Dalam penelitian ini, informan memberikan berbagai pandangan mengenai disiplin dalam menghadiri kegiatan Posyandu. Sebagian besar informan menyatakan bahwa mereka sering hadir di Posyandu karena anak-anak mereka dapat diperiksa secara gratis. Kehadiran di Posyandu tidak hanya memberikan kesempatan untuk pemeriksaan kesehatan, tetapi juga untuk mendapatkan informasi penting mengenai gizi dan kesehatan anak. Rata-rata informan rutin mengikuti sesi edukasi gizi, yang dianggap sangat bermanfaat dalam memberikan arahan mengenai gizi yang tepat untuk anak. Mereka merasa bahwa informasi yang diperoleh dari sesi ini membantu mereka dalam merencanakan makanan yang lebih sehat dan bergizi untuk keluarga. Banyak informan yang mengaku bahwa mereka jadi lebih paham tentang pentingnya asupan gizi yang seimbang setelah mengikuti sesi-sesi tersebut.

Pentingnya disiplin dalam mengikuti kegiatan Posyandu juga diungkapkan oleh banyak informan. Mereka menilai bahwa kehadiran yang tepat waktu sangat penting tidak hanya untuk kesehatan anak, tetapi juga untuk menunjukkan tanggung jawab sebagai orang tua. Beberapa informan menekankan bahwa kedisiplinan dalam menghadiri Posyandu juga membantu petugas kesehatan dan kader dalam melaksanakan tugas mereka dengan lebih efektif, karena mereka dapat mempersiapkan segala sesuatu dengan baik sebelum acara dimulai. Banyak informan yang mengandalkan grup WhatsApp sebagai pengingat untuk jadwal

kegiatan Posyandu. Pengingat ini sangat membantu mereka untuk tidak terlewatkan dan memastikan anak mendapatkan pemeriksaan yang diperlukan. Informan juga menyebutkan bahwa dukungan dari kader Posyandu dalam memberikan informasi dan pengingat sangat berharga, sehingga mereka merasa lebih terlibat dan termotivasi untuk hadir. Namun, terdapat beberapa kendala yang dihadapi oleh informan dalam mematuhi jadwal pemeriksaan kesehatan. Kesibukan sehari-hari, seperti pekerjaan, kegiatan keluarga, dan kondisi kesehatan anak, sering kali menjadi hambatan. Beberapa informan berbagi pengalaman tentang bagaimana mereka harus menyesuaikan jadwal atau mencari cara agar bisa tetap hadir, meskipun ada bentrokan dengan kegiatan lain. Meskipun demikian, mayoritas informan tetap berusaha untuk hadir, menyadari bahwa kehadiran di Posyandu sangat penting untuk memantau tumbuh kembang anak dan mendeteksi masalah gizi sejak dini. Secara keseluruhan, disiplin dalam menghadiri kegiatan Posyandu menjadi tema sentral yang diungkapkan oleh informan. Mereka menunjukkan komitmen yang tinggi terhadap kesehatan anak dan menyadari manfaat dari kehadiran yang konsisten. Meskipun ada tantangan, informan tetap berupaya untuk mendisiplinkan diri dalam mengikuti kegiatan-kegiatan yang dianggap sangat penting bagi perkembangan anak-anak mereka.

### **3. Kerja sama**

Berdasarkan wawancara, ditemukan bahwa ibu-ibu saling membantu dalam memahami materi edukasi gizi, baik dengan berbagi pengalaman terkait pola makan sehat maupun dengan mendiskusikan cara mengoptimalkan asupan gizi anak dengan bahan makanan yang tersedia di rumah. Selain itu, beberapa ibu juga berperan aktif dalam membantu jalannya kegiatan posyandu, seperti mencatat data berat badan dan tinggi anak, serta mendampingi ibu-ibu yang baru pertama kali datang agar lebih memahami prosedur yang ada. Di beberapa posyandu, kerja sama ini meluas ke aspek logistik, di mana warga setempat menyediakan tempat atau fasilitas tambahan jika lokasi utama posyandu tidak mencukupi.

Penyebaran informasi terkait kegiatan edukasi gizi juga melibatkan kerja sama antarwarga. Beberapa ibu menyampaikan bahwa mereka sering mendapat

informasi melalui grup WhatsApp ibu-ibu posyandu, sesama peserta, atau melalui pemberitahuan dari kader posyandu secara langsung. Namun, ada kendala yang dihadapi, seperti masih adanya ibu-ibu yang kurang aktif dalam kegiatan edukasi gizi dan lebih memilih menjadi peserta pasif tanpa banyak berkontribusi dalam diskusi maupun kegiatan teknis lainnya.

Meskipun terdapat tantangan dalam meningkatkan partisipasi, sebagian besar ibu mengakui bahwa semangat gotong royong masih terasa dalam kegiatan posyandu. Mereka menyebut bahwa adanya dukungan dari sesama peserta dan kader sangat membantu dalam meningkatkan pemahaman dan motivasi untuk menerapkan pola makan sehat di keluarga masing-masing.

## **Pembahasan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa persepsi ibu balita terhadap program edukasi gizi di Posyandu bervariasi tergantung pada pengalaman, pemahaman, serta dukungan sosial yang mereka terima. Persepsi ini berpengaruh pada tingkat partisipasi dan keberhasilan program edukasi gizi dalam meningkatkan kesadaran serta penerapan pola makan sehat bagi anak-anak mereka.

### **1. Tolong Menolong**

Praktik tolong-menolong di lingkungan Posyandu memainkan peran krusial dalam meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan ibu dan anak. Studi ini mengungkapkan bahwa dukungan antar orang tua dan kader Posyandu menciptakan suasana saling mendukung yang kuat, yang tercermin dalam berbagai bentuk interaksi dan kolaborasi. Sebagian besar informan merasa sangat terbantu oleh adanya dukungan dari sesama orang tua dan kader Posyandu. Praktik tolong-menolong ini sering kali terlihat dalam bentuk saling berbagi informasi, pengalaman, dan sumber daya terkait kesehatan dan gizi anak.

Beberapa informan menyoroti pentingnya kolaborasi antara orang tua dan kader Posyandu dalam menjalankan kegiatan. Kader seringkali memberikan dukungan kepada orang tua untuk memahami informasi kesehatan yang disampaikan dan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang muncul. Informan merasa bahwa adanya komunikasi yang baik antara orang tua dan kader membuat

mereka lebih percaya diri dalam merawat anak-anak mereka. Praktik tolong-menolong juga terlihat dalam kegiatan lain, seperti saat ada acara imunisasi atau penyuluhan gizi. Informan menyebutkan bahwa mereka sering bekerja sama untuk mengatur transportasi menuju lokasi kegiatan atau membantu satu sama lain dalam menjaga anak-anak selama acara berlangsung. Ini menunjukkan bahwa rasa kebersamaan dan solidaritas di antara orang tua sangat kuat. Terdapat juga tantangan dalam praktik tolong-menolong ini. Beberapa informan mengungkapkan bahwa tidak semua orang memiliki waktu atau kemampuan untuk terlibat secara aktif. Ada kalanya, orang tua yang sibuk dengan pekerjaan atau tanggung jawab lainnya merasa kesulitan untuk memberi dukungan kepada yang lain. Meskipun begitu, mayoritas informan berusaha untuk saling membantu sebisa mungkin, dan mereka menghargai setiap bentuk dukungan yang diberikan.

Praktik tolong-menolong di lingkungan Posyandu tidak hanya memperkuat hubungan antar orang tua, tetapi juga berkontribusi signifikan terhadap efektivitas program Posyandu itu sendiri. Partisipasi aktif masyarakat dalam kegiatan Posyandu, seperti yang terlihat dalam bentuk gotong royong dan saling mendukung, telah terbukti meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan. Hal ini sejalan dengan temuan yang menunjukkan bahwa partisipasi masyarakat yang tinggi dapat meningkatkan efektivitas program Posyandu dalam meningkatkan kesehatan ibu, bayi, dan balita, (Wati & Harahap, 2024).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Aswadi, Syahrir, Adha, 2018) ibu-ibu menilai posyandu sebagai layanan yang sangat membantu karena mudah dijangkau dan tidak memakan waktu lama. Selain itu, penyuluhan yang diberikan di posyandu dianggap bermanfaat karena dapat langsung diterapkan di rumah untuk meningkatkan kesehatan keluarga. Hal ini semakin memperkuat pentingnya sikap tolong-menolong antarwarga dalam memastikan ibu-ibu tetap mendapatkan manfaat dari program posyandu. Saling membantu mencerminkan rasa kebersamaan yang berkembang dalam kehidupan masyarakat (Putra, Bahtiar, Upe, 2018).

## 2. Disiplin

Disiplin pada dasarnya merujuk pada konsep bahwa setiap organisme, dalam tingkatan tertentu, belajar untuk mengontrol dirinya sendiri agar dapat menyesuaikan dengan berbagai situasi di lingkungan yang pernah dialaminya (Widodo dalam Na'imah, 2019). Disiplin ibu dalam menghadiri posyandu dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kesibukan kerja dan acara keluarga. Sebagian besar narasumber menyatakan bahwa mereka rutin datang, kecuali dalam kondisi tertentu. Ibu bekerja cenderung mengandalkan anggota keluarga lain untuk membawa anak ke posyandu. Selain itu, media sosial seperti WhatsApp juga menjadi alat yang membantu mengingatkan jadwal posyandu.

Disiplin sosial merupakan kepatuhan terhadap ketentuan atau peraturan yang berlaku dalam masyarakat dan harus ditaati oleh banyak orang, (Ernawati, 2016). Dalam konteks ini, kader posyandu berperan sebagai pengontrol sosial yang mengingatkan dan memotivasi ibu balita untuk tetap hadir. Namun, keterbatasan dalam mematuhi jadwal menunjukkan bahwa diperlukan strategi lebih lanjut, seperti fleksibilitas waktu atau peningkatan sosialisasi tentang pentingnya kehadiran di posyandu.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Pongoh & Okta, 2022) yang menjelaskan bahwa kepatuhan ibu dalam membawa balitanya ke Posyandu menjadi faktor krusial dalam pemantauan tumbuh kembang anak. Ibu seharusnya memahami bahwa Posyandu berperan sebagai fasilitas utama untuk melakukan deteksi dini terhadap kondisi kesehatan balita. Kesiediaan ibu untuk membawa anaknya ke Posyandu dipengaruhi oleh sikap positifnya terhadap layanan tersebut. Sebaliknya, jika ibu memiliki pandangan negatif terhadap Posyandu, maka ia cenderung enggan untuk melakukan kunjungan. Dengan demikian, meningkatkan pemahaman dan kesadaran ibu tentang pentingnya posyandu dapat berkontribusi dalam meningkatkan kedisiplinan mereka dalam mengikuti program posyandu.

Disiplin dalam menghadiri Posyandu juga berkaitan dengan akses informasi. Mayoritas responden menyatakan bahwa mereka mengandalkan pengingat dari kader melalui grup WhatsApp untuk mengingat jadwal kegiatan. Berdasarkan penelitian (Pongoh & Okta, 2022) pesan pengingat dapat dijadikan pertimbangan

oleh penanggung jawab Posyandu di Puskesmas Malaimsimsa sebagai salah satu strategi dalam meningkatkan kunjungan Posyandu balita. Hal ini menunjukkan bahwa peran teknologi dalam penyebaran informasi sangat membantu meningkatkan kehadiran ibu-ibu ke Posyandu. Namun, bagi ibu yang bekerja, keterbatasan waktu sering kali menjadi hambatan utama, sehingga beberapa dari mereka lebih memilih memeriksakan anak ke klinik yang memiliki jadwal lebih fleksibel.

disiplin dalam menghadiri Posyandu sangat berpengaruh terhadap keberhasilan program pencegahan stunting. Meskipun sebagian besar ibu menyadari pentingnya Posyandu, terdapat beberapa kendala yang masih menghambat keterlibatan mereka, seperti faktor waktu dan kesibukan. Peran kader Posyandu dalam menyebarkan informasi dan memberikan dukungan menjadi faktor kunci dalam meningkatkan disiplin masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan strategi inovatif dalam penyampaian edukasi dan pengingat jadwal agar semakin banyak ibu yang dapat mengakses layanan Posyandu secara optimal.

### **3. Kerjasama**

Penelitian ini mengungkapkan bahwa ibu-ibu saling membantu dalam memahami materi edukasi gizi melalui berbagi pengalaman dan diskusi mengenai pola makan sehat serta cara mengoptimalkan asupan gizi anak dengan memanfaatkan bahan makanan yang tersedia di rumah. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa frekuensi kunjungan ibu ke posyandu memiliki hubungan dengan status gizi balita, di mana kehadiran rutin dapat meningkatkan pemahaman ibu tentang gizi anak (Assyfa *et al.*, 2023).

Keterlibatan masyarakat merupakan wujud partisipasi aktif dalam berbagai kegiatan yang berlangsung di lingkungan mereka. Posyandu menjadi salah satu pendekatan yang efektif dalam upaya meningkatkan status kesehatan masyarakat, (Wati & Harahap, 2024). Selain itu, keterlibatan ibu dalam kegiatan posyandu, seperti pencatatan data berat badan dan tinggi anak, serta mendampingi ibu baru, mencerminkan partisipasi aktif masyarakat dalam pelayanan kesehatan. Peran aktif ibu dalam posyandu terbukti berhubungan dengan status gizi balita yang lebih baik. Penyebaran informasi melalui grup WhatsApp dan komunikasi

langsung dengan kader posyandu menunjukkan adaptasi terhadap teknologi untuk meningkatkan edukasi gizi. Namun, tantangan seperti kurangnya partisipasi aktif beberapa ibu dalam kegiatan edukasi gizi masih dihadapi. Hal ini sejalan dengan temuan yang menunjukkan bahwa keaktifan ibu dalam kegiatan posyandu berperan dalam status gizi balita (Utami *et al.*, 2014).

Meskipun demikian, semangat gotong royong yang masih terasa dalam kegiatan posyandu, didukung oleh sesama peserta dan kader, berperan penting dalam meningkatkan pemahaman dan motivasi untuk menerapkan pola makan sehat dalam keluarga. Dukungan sosial dan partisipasi aktif masyarakat dalam posyandu telah terbukti meningkatkan cakupan pelayanan kesehatan dan kesadaran akan pentingnya kesehatan ibu dan anak.

#### **SIMPULAN**

Program edukasi gizi di Posyandu memiliki dampak signifikan dalam upaya pencegahan stunting dan peningkatan status gizi anak balita, yang ditinjau dari aspek tolong-menolong, disiplin, dan kerja sama: Secara keseluruhan, keberhasilan program edukasi gizi di Posyandu sangat bergantung pada keterlibatan aktif masyarakat, dukungan sosial, dan komitmen untuk menjaga disiplin dalam menghadiri kegiatan posyandu. Dengan pendekatan yang tepat, diharapkan status gizi anak-anak balita dapat meningkat, serta risiko stunting dapat diminimalkan.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Assyfa, N., Hodijah, A., Drama, B. I., & Rahmat, D. Y. (2023). Hubungan frekuensi kunjungan ibu ke posyandu dengan status gizi balita. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3)
- Aswadi, A., Syahrir, S., & Adha, A. S. (2018). Perilaku ibu terhadap pemanfaatan Posyandu balita di wilayah kerja Puskesmas Tarakan Kecamatan Wajo Kota Makassar. *Al-Sihah: Public Health Science Journal*, 10(1), 12-25.
- Ernawati, I. (2016). Pengaruh layanan informasi dan bimbingan pribadi terhadap kedisiplinan siswa kelas XII MA Cokroaminoto Wanadadi Banjarnegara tahun ajaran 2014/2015. *G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(1). ISSN 2541-6782.
- Hara, M. K., Adhi, K. T., & Pangkahila, A. (2014). Pengetahuan Kader dan Perilaku Asupan Nutrisi Berhubungan dengan Perubahan Status Gizi Balita,

Puskesmas Kawangu, Sumba Timur. *Public Health and Preventive Medicine Archive*, 2(1), 33. <https://doi.org/10.15562/phpma.v2i1.120>

Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan Republik Indonesia (Kemenko PMK). (2024, Oktober 12). Kemenko PMK mendorong peningkatan intervensi bagi balita bermasalah gizi di Provinsi Banten. Kemenko PMK.

Kusumawardani, L. H., Khoiriyah, A., Trenggono, A. H., Saputra, R. B., Annisa, S. N., Muniroh, S. W., Kholifa, E., Putri, E. S., Riyanti, I., & Purnomo, D. (2020). Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang pada Ibu Balita Melalui Edukasi dan Simulasi Pembuatan Makanan Bergizi di Desa Kebumen, Baturraden. *Journal of Bionursing*, 2(1), 9–14. <https://doi.org/10.20884/1.bion.2020.2.1.32>

Layung, A., Nawang, E., Febriyanti, F., Suci, M., Rahman, S., Anindita, S., Pambudi, S., Chobita, Z., & Pramono, A. (2022). Edukasi gizi secara daring terhadap pengetahuan gizi mahasiswa non-kesehatan. *Jurnal Proactive*, 1(1), 41-45.

Mulat, T. C. (2017). Peran Kader Posyandu Terhadap Upaya Peningkatan Status Gizi Balita (3-5) Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Batua Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 5(1), 9±24. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v5i1.69>

Na'imah, K. (2019). Kedisiplinan Pada Anak Panti Asuhan Ditinjau Dari Latar Belakang Keluarga (Studi Kasus Di Unit Pelaksanaan Teknis Pelayanan Sosial Asuhan Anak (UPT PSAA) Trenggalek). IAIN Kediri.

Nelista, Y., Keytimu, Y. M. H., & Toto, E. M. (2021). Intervensi Berbasis Suportive Educative Nursing Intervention terhadap Pengetahuan dan Praktik Pemberian Makan pada Ibu Balita Gizi Kurang. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3(3), 257–266.

Noor, R. I., & Muniroh, L. (2023). Hubungan antara persepsi ibu dengan kejadian stunting berdasarkan teori Health Belief Model. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 4009.

Nugroho, R. F., & Wardani, E. M. (2022). Edukasi gizi pada kader posyandu sebagai upaya peningkatan pengetahuan kader di wilayah kerja Puskesmas Medokan Ayu Kota Surabaya. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(2), 967.

Oktavia, C., Ekawaty, F., & Aryanty, N. (2023). Efektivitas edukasi gizi terhadap pengetahuan dan perilaku ibu tentang pemberian makanan bergizi pada balita di Posyandu Kenanga Kelurahan Cempaka Putih wilayah kerja

Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi. *Jurnal Ners*, 7(2), 1561–1566.  
<http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>

Pongoh, A., & Akta, W. O. (2022). Peningkatan kepatuhan kunjungan ke Posyandu balita melalui pemberian reminder message di Puskesmas Malaimsimsa Kota Sorong. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 8(2), Agustus.

Segapangamianu, Y., Sugiyanto, S., & Normila, N. (2023). Pengaruh edukasi terhadap pengetahuan dan sikap ibu balita tentang PHBS di Posyandu Suka Maju Desa Kandui Kecamatan Gunung Timang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Science Journal*, 14(2), 346-351.  
<https://doi.org/10.34305/jikbh.v14i02.796>

Suyanto. (2019). Fenomenologi sebagai metode dalam penelitian pertunjukan teater musikal. *Lakon: Jurnal Seni Pertunjukan*, XVI(1), 1-14.

Utami, Y. R. W., Fitriasih, S. H., & Siswanti, S. (2014). Peranan keaktifan ibu dalam kegiatan Posyandu dengan status gizi balita untuk menunjang sistem informasi perkembangan balita. *Jurnal Ilmiah SINUS*, 12(1).

Wati, M., & Harahap, A. (2024). Partisipasi masyarakat dalam pelaksanaan program Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) Melati di Desa Lumbang Kecamatan Muara Uya Kabupaten Tabalong. *Jurnal Administrasi Publik dan Bisnis (JAPB)*, 7(1)

Widodo, B. (2013). Perilaku Disiplin Siswa Ditinjau dari Aspek Pengendalian Diri (Self Control) dan Keterbukaan Diri (Self Disclosure) pada Siswa SMK Wonoasri Caruban Kabupaten Madiun. *Widya Warta*, 37(1).

Wirakhmi, I. N., Safitri, M., Purnawan, I., & Azizy, A. W. (2024). Edukasi pada ibu tentang gizi seimbang di Posyandu Balita Mugi Sehat Desa Dukuhwaluh. *Jurnal Altifani: Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(5), 406-413. <https://doi.org/10.59395/altifani.v4i5.571>