

**PENGARUH PENYULUHAN PEMANFAATAN PANGAN LOKAL TERHADAP
PENGETAHUAN DAN PERILAKU IBU BALITA DALAM PENCEGAHAN
STUNTING DI PUSKESMAS SIKUMANA KOTA KUPANG**

Estiyani Wulandari^{1*}, Tria Anita²

¹⁻²Universitas Citra Bangsa

Email Korespondensi: m.arifkiz@gmail.com

Disubmit: 23 Desember 2024

Diterima: 27 Juni 2025

Diterbitkan: 01 Juli 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v5i7.18850>

ABSTRACT

Based on Basic Health Research data, the prevalence of stunting in Indonesia is 30.8%, consisting of 11.5% very short and 19.3% short. The results of monitoring nutritional status in Kupang City in 2022, the number of toddlers was 25,543 toddlers, stunting was 5,497 (21.5%) toddlers, consisting of 4,075 short and 1,422 very short. One of the causes of the high number of stunted toddlers is the lack of understanding of toddler mothers regarding the nutritional value and health benefits, especially the use of local food in efforts to prevent stunting, so it is necessary to provide counseling to toddler mothers. The purpose of this study was to determine the effect of counseling on the use of local food on the knowledge and behavior of toddler mothers in preventing stunting at the Sikumana Health Center in Kupang City. This type of research is a mixed method with a sequential explanatory design. Quantitative research uses quasi-experimental with a one group pretest-posttest design, with a questionnaire instrument for knowledge and behavior of the use of local food in preventing stunting. This study was conducted from September to October 2024. The sample was mothers who had toddlers aged 12-60 months at the Sikumana Health Center in Kupang City, totaling 255 mothers of toddlers. Data analysis used the pair t-test and linear regression test. Qualitative research used a phenomenological study with interview guideline instruments. Counseling was given at the Sikumana Health Center Posyandu in Kupang City using the lecture method using power point and leaflets. Pre-tests of knowledge and behavior were given before counseling, post-tests were given 2 weeks after counseling. The results of the study showed that there was an effect of changes in knowledge and behavior in the use of local food in preventing stunting in mothers of toddlers before and after counseling.

Keywords: Local Food, Knowledge, Behavior, Mother of Toddler, Stunting

ABSTRAK

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar prevalensi stunting di Indonesia sebesar 30,8% yang terdiri dari 11,5% sangat pendek dan 19,3% pendek. Hasil pemantauan status gizi di Kota Kupang tahun 2022, jumlah balita sebanyak 25.543 balita, stunting sebanyak 5.497 (21,5%) balita, yang terdiri dari 4.075 pendek dan 1.422 sangat pendek. Salah satu penyebab tingginya angka balita stunting yaitu masih kurangnya pemahaman ibu balita terhadap nilai gizi dan manfaat kesehatan

khususnya pemanfaatan pangan lokal dalam upaya pencegahan stunting, maka perlu dilakukan upaya pemberian penyuluhan pada ibu balita. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penyuluhan pemanfaatan pangan lokal terhadap pengetahuan dan perilaku ibu balita dalam pencegahan stunting di Puskesmas Sikumana Kota Kupang. Jenis penelitian ini adalah *mixed method* dengan desain *sequential explanatory*. Penelitian kuantitatif menggunakan *quasi experimental* dengan rancangan *one group pretest-posttest design*, dengan instrumen kuesioner pengetahuan dan perilaku pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September sampai dengan Oktober 2024. Sampel yaitu ibu yang memiliki balita usia 12-60 bulan di Puskesmas Sikumana Kota Kupang sebanyak 255 ibu balita. Analisis data menggunakan uji *pair t- test* dan uji *regresi linear*. Penelitian kualitatif menggunakan studi fenomenologi dengan instrumen pedoman wawancara. Penyuluhan diberikan di posyandu Puskesmas Sikumana Kota Kupang dengan metode ceramah menggunakan *power point* dan *leaflet*. *Pre test* pengetahuan dan perilaku diberikan sebelum penyuluhan, *post tes* diberikan 2 minggu setelah penyuluhan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh perubahan pengetahuan dan perilaku pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting pada ibu balita sebelum dan sesudah penyuluhan.

Kata Kunci: Pangan Lokal, Pengetahuan, Perilaku, Ibu Balita, Stunting

PENDAHULUAN

Masalah gizi yang dihadapi di seluruh dunia, khususnya di negara-negara miskin dan berkembang, adalah anak balita stunting, yang merupakan masalah gizi kronis yang menunjukkan kegagalan pertumbuhan yang terakumulasi sejak sebelum dan sesudah kelahiran yang disebabkan oleh kekurangan asupan zat gizi yang cukup. Stunting dikenal sebagai kekurangan gizi kronis, yaitu masalah gizi yang disebabkan oleh asupan makanan yang tidak memadai selama waktu yang cukup lama (Simbolon et al., 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO), balita pendek (stunting) didefinisikan sebagai panjang badan atau tinggi badan yang kurang dari -2 SD jika dibandingkan dengan anak lain seusia mereka. Kejadian stunting akan memberikan dampak yang tidak baik bagi balita. Dampak stunting jangka pendek berupa perkembangan fisik dan mental terganggu, kecerdasan menurun,

hingga masalah metabolisme. Dampak stunting jangka panjang berupa menurunnya kemampuan kognitif, menurunnya daya tahan tubuh sehingga tubuh rentan terserang penyakit berisiko. Hasil riset kesehatan dasar pada tahun 2018 menunjukkan prevalensi stunting masih tinggi yaitu 30,8%. Jumlah tersebut masih di atas angka batas Stunting WHO yaitu <20% (WHO, 2020). Kota Kupang merupakan salah satu kabupaten/kota di Nusa Tenggara Timur (NTT) yang masuk kedalam kota prioritas penanganan stunting. Berdasarkan hasil pemantauan status gizi di Kota Kupang tahun 2022, jumlah balita sebanyak 25.543 balita, pendek atau stunting sebanyak 5.497 (21,5%) balita, yang terdiri dari 4.075 pendek dan 1.422 sangat pendek (Dinas Kesehatan Kabupaten Kupang, 2023). Faktor penyebab utama terjadinya stunting yakni tidak terpenuhinya asupan gizi yang optimal pada awal 1.000 hari pertama kehidupan yaitu sejak awal

kehamilan (konsepsi) hingga anak berusia dua tahun (Schwarzenberg & Georgieff, 2018).

Menurut penelitian (Wulandari & Fitri, 2023) pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) pada balita yang kurang baik, berisiko 6,469 kali lebih besar mengalami stunting. Terbatasnya pengetahuan dalam pemanfaatan pangan lokal seperti daun kelor menjadi salah satu penyebab masyarakat jarang mengonsumsi pangan lokal yang memiliki nilai gizi tinggi. Pangan lokal menunjukkan perannya yang signifikan untuk perbaikan gizi balita. Pemanfaatan pangan lokal atau pangan yang ada di sekitar masyarakat merupakan salah satu alternatif dalam mengatasi terbatasnya akses pangan keluarga, dengan adanya upaya pemanfaatan pangan lokal, masyarakat desa dapat meminimalisir alokasi pendapatan keluarga untuk membeli pangan. Pangan lokal bisa ditanam di pekarangan atau taman rumah sehingga memudahkan untuk dikonsumsi dan mampu mengatasi kerawanan pangan dan kekurangan gizi (Sutyawan et al., 2022).

Pengelolaan pangan lokal menjadi makanan yang diminati, namun masih banyak yang belum dilakukan. Kegiatan pengelolaan pangan berbasis pangan lokal tingkat rumah tangga belum berkembang dengan baik, sebagian masyarakat masih menjual dalam bentuk bahan segar masyarakat dan membeli hasil olahan industri besar dengan relatif mahal. Rendahnya konsumsi pangan mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan organ, jaringan tubuh, dan lemahnya daya tahan tubuh terhadap penyakit, serta menurunnya produktivitas kerja. Seiring berjalannya waktu konsumsi pangan lokal mengalami kemunduran nilai, perilaku masyarakat cenderung lebih memilih konsumsi makanan siap saji

misalnya mie instan, bubur jadi sebagai makanan pokok rumah tangga ataupun menyajikannya dalam acara-acara besar, dalam hal ini pengetahuan dan tindakan merupakan komponen dan prasyarat penting terjadinya perubahan perilaku gizi untuk menurunkan masalah gizi. Pengetahuan mengenai gizi menyumbangkan pengaruh yang cukup besar terhadap status gizi seseorang. Tingkat pengetahuan gizi seseorang akan mempengaruhi tindakan, serta kurangnya pengetahuan mengenai gizi akan mengurangi kemampuan seseorang dalam menerapkan informasi gizi dalam kehidupannya sehari-hari. Sekitar 75%-87% pengetahuan manusia diperoleh melalui indera penglihatan, 13% melalui indera pendengaran dan 12% melalui indera yang lain (Mayesti Akhriani, Eriza Fadhilah, 2015).

Keunggulan penelitian ini yaitu menggunakan jenis penelitian *mixed method*. Pengumpulan data kuantitatif, peneliti melakukan penyuluhan dengan metode ceramah menggunakan *power point* dan *leaflet*. *Post test* diberikan dua minggu setelah *pre test* pada ibu yang memiliki balita usia 12-60 bulan, untuk mengetahui adanya pengaruh peningkatan perilaku ibu balita. Materi penyuluhan dikhususkan pada pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting. Selanjutnya dilakukan pengumpulan dan analisis data kualitatif melalui wawancara mendalam untuk menggali pengetahuan dan perilaku ibu balita.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penyuluhan pemanfaatan pangan lokal terhadap pengetahuan dan perilaku ibu balita dalam pencegahan stunting di Puskesmas Sikumana Kota Kupang.

TINJAUAN PUSTAKA

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh sebagai akibat dari kekurangan gizi kronis terutama dalam 1000 hari pertama kehidupan, kekurangan gizi terjadi sejak bayi masih didalam kandungan dan masa awal setelah bayi lahir, tetapi kondisi stunting baru akan terlihat setelah anak berusia 2 tahun. Balita dikatakan pendek apabila nilai z-score pada indeks panjang badan menurut umur (PB/U) atau tinggi badan menurut umur (TB/U) kurang dari -2 standar deviasi (stunted) dan kurang dari -3 standar deviasi (severly stunted) (Hizriyanti, 2017).

Pertumbuhan yang cepat pada masa anak membuat gizi yang memadai menjadi sangat penting pada masa ini. Buruknya gizi selama kehamilan, masa pertumbuhan dan masa awal kehidupan anak dapat menyebabkan anak menjadi stunting. Terjadinya retardasi pertumbuhan janin juga dapat disebabkan oleh buruknya gizi maternal. Pada 1.000 hari pertama kehidupan anak, buruknya gizi memiliki konsekuensi yang permanen. Pada masa ini jika anak dikeluarkan dari paparan lingkungan yang merugikan, anak dapat mengejar pertumbuhannya.

Upaya pencegahan yang dapat dilakukan dengan sasaran balita diantaranya dengan pemantauan pertumbuhan balita, menyelenggarakan kegiatan pemberian makanan tambahan (PMT) untuk balita, menyelenggarakan stimulasi dini perkembangan anak dan memberikan pelayanan kesehatan yang optimal (vizianti, 2022).

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah *mixed method* (campuran) dengan desain *sequential explanatory* yaitu dengan cara mengumpulkan dan

menganalisis data kuantitatif pada tahap pertama, yang diikuti oleh pengumpulan dan analisis data kualitatif pada tahap kedua yang ditentukan berdasarkan hasil awal kuantitatif (J. W. Creswell, 2018), dalam hal ini untuk mengetahui pengaruh penyuluhan pemanfaatan pangan lokal terhadap pengetahuan dan perilaku ibu balita dalam pencegahan stunting.

Penelitian kuantitatif menggunakan *quasi experimental* dengan rancangan atau desain penelitian ini adalah *one group pretest-posttest design*. Penelitian kualitatif menggunakan studi fenomenologi yaitu salah satu jenis pendekatan kualitatif, peneliti melakukan sebuah observasi pada partisipan untuk mengetahui fenomena- fenomena yang terjadi dalam hidup partisipan tersebut (J. Creswell, 2017).

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki balita usia 12-60 bulan di Puskesmas Sikumana Kota Kupang yaitu sebanyak 4257 ibu balita. Sampel kuantitatif sebanyak 255 ibu balita, sampel kualitatif sebanyak enam informan yang diambil secara *purposive sampling*. Pemilihan sampel berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.

Prosedur pelaksanaan penelitian diawali dengan pemberian *inform consent* dan pengisian *Pre test* pengetahuan dan perilaku pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting, kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan dengan metode ceramah menggunakan *power point* dan *leaflet*. *Post tes* diberikan dua minggu setelah penyuluhan. Selanjutnya melakukan wawancara mendalam (*Indept Interview*) hingga informasi yang diberikan informan sudah jenuh.

Penelitian ini sudah melakukan uji kelayakan etik pada komisi etik

kesehatan Fakultas Kedokteran
Universitas Nusa Cendana dengan
nomor : 83/UN15.21/KEPK/2024.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Responden yaitu Ibu Balita yang diberikan Penyuluhan Pemanfaatan Pangan Lokal di Puskesmas Sikumana Kota Kupang

Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Umur		
20-30 tahun	55	21.6
31-40 tahun	103	40.4
41-50 tahun	97	38.0
Total	255	100.0
Pendidikan		
SD	66	25.9
SMP	56	22.0
SMA	114	44.7
Sarjana	19	7.4
Total	255	100.0
Pekerjaan		
IRT	211	82.7
SWASTA	30	11.8
PNS	14	5.5
Total	255	100.0

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur 31-40 tahun yaitu sebanyak 103 (40.4 %). Karakteristik responden berdasarkan pendidikan yang ditamatkan

responden yaitu mayoritas pendidikan SMA sebanyak 114 (44.7%). Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan, sebagian besar bekerja sebagai IRT yaitu sebanyak 211 (82.7%).

Tabel 2. Pengetahuan dan Perilaku Pemanfaatan Pangan Lokal dalam Pencegahan Stunting pada Ibu Balita sebelum dan setelah diberikan Penyuluhan di Puskesmas Sikumana Kota Kupang

Variabel	Sebelum Rerata $\pm$ SD	Setelah Rerata $\pm$ SD
Pengetahuan	79.60 $\pm$ 5.669	88.61 $\pm$ 4.000
Perilaku	65.88 $\pm$ 8.936	82.00 $\pm$ 4.559

Berdasarkan Tabel 2 menunjukan bahwa pengetahuan ibu balita sebelum diberikan penyuluhan rata-rata sebesar 79.60 sedangkan setelah diberikan penyuluhan mengalami peningkatan dengan

rata-rata sebesar 88.61. Perilaku ibu balita sebelum diberikan penyuluhan rata-rata sebesar 65.88 sedangkan setelah diberikan penyuluhan mengalami peningkatan dengan rata-rata sebesar 82.00.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Pemanfaatan Pangan Lokal dalam Pencegahan Stunting pada Ibu Balita Sebelum dan Setelah diberikan Penyuluhan di Puskesmas Sikumana Kota Kupang

Pengetahuan	N	Mean differences	95% Interval	Confidence	Sig. (2-tailed)
			Lower	Upper	
Sebelum dan Setelah	255	9.012	8.416	9.608	0.000

Berdasarkan Tabel 3 diketahui secara *practice* perbedaan pengetahuan pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting pada ibu balita sebelum dan setelah diberikan penyuluhan rata-rata sebesar 9.012. Hal ini berarti bahwa peningkatan nilai rata-rata sebelum dan setelah penyuluhan sebesar 9.012. Selisih perbedaan sebelum dan setelah penyuluhan antara 8.416 sampai dengan 9.608.

Hasil analisis pada uji statistik diperoleh $0.000 < 0.05$ maka hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_o) ditolak yang artinya terdapat perbedaan pengetahuan pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting pada ibu balita sebelum dan setelah diberikan penyuluhan di Puskesmas Sikumana Kota Kupang.

Table 4. Perbedaan Perilaku Pemanfaatan Pangan Lokal dalam Pencegahan Stunting pada Ibu Balita Sebelum dan Setelah diberikan Penyuluhan di Puskesmas Sikumana Kota Kupang

Perilaku	N	Mean differences	95% Interval	Confidence	Sig. (2-tailed)
			Lower	Upper	
Sebelum dan Setelah	255	5.250	4.658	5.624	0.000

Berdasarkan Tabel 4 diketahui secara *practice* perbedaan perilaku pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting pada ibu balita sebelum dan setelah diberikan penyuluhan rata-rata sebesar 5.250. Hal ini berarti bahwa peningkatan nilai rata-rata sebelum dan setelah penyuluhan sebesar 5.250. Selisih perbedaan sebelum dan setelah penyuluhan antara 4.658 sampai dengan 5.624.

Hasil analisis pada uji statistik diperoleh $0.000 < 0.05$ maka hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_o) ditolak yang artinya terdapat perbedaan perilaku pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting pada ibu balita sebelum dan setelah diberikan penyuluhan di Puskesmas Sikumana Kota Kupang.

Tabel 5. Analisis Hubungan Variabel *Confounding* dengan Variabel *Dependen*

Variabel <i>Confounding</i>	N	p-value	
		Pengetahuan	Perilaku
Umur	255	0.000	0.000
Pendidikan	255	0.000	0.000
Pekerjaan	255	0.000	0.000

Berdasarkan tabel 5 didapatkan hasil uji analisis variabel *confounding* dengan pengetahuan bahwa umur, pendidikan, dan pekerjaan memiliki nilai p-value $0.000 < 0.05$, hal ini berarti terdapat hubungan yang bermakna antara umur, pendidikan dan pekerjaan terhadap pengetahuan setelah diberikan penyuluhan.

Hasil uji analisis statistik variabel *confounding* dengan

perilaku bahwa umur, pendidikan, dan pekerjaan memiliki nilai p-value $0.000 < 0.05$, hal ini berarti terdapat hubungan yang bermakna antara umur, pendidikan dan pekerjaan terhadap perilaku setelah diberikan penyuluhan. Hasil analisis bivariat ini diketahui $p < 0.25$, sehingga semua variabel dapat dilakukan analisis multivariat.

Table 6. Model Hasil Analisis Regresi Pengetahuan Ibu Balita Dengan Karakteristik Responden

Variabel	Model I OR (95%CI)	Model II OR (95%CI)	Model III OR (95%CI)
Umur	-1.153 (-1.788- 0.518)	0.188 (-0.437- 0.812)	0.272 (-0.376-0.919)
Pendidikan		2.314 (1.812-2.817)	2.488 (1.873-3.103)
Pekerjaan			-0.472 (-1.434-0.490)
N	255	255	255
R ²	0.048	0.282	0.285
Costanta	91.121	82.794	82.784

Berdasarkan Tabel 6 menunjukkan hasil uji statistik tersebut dapat disimpulkan bahwa umur, pendidikan, dan pekerjaan mempengaruhi pengetahuan ibu balita, dari tiga model tersebut juga dapat diketahui model yang diambil yaitu model III, hal ini dikarenakan

mempunyai R *Square* yang lebih tinggi yaitu 0,285 yang berarti umur, pendidikan, dan pekerjaan mempunyai pengaruh terhadap pengetahuan ibu balita sebesar 28,5%.

Tabel 7. Model Hasil Analisis Regresi Perilaku Ibu Balita Dengan Karakteristik Responden

Variabel	Model I	Model II	Model III
	OR (95%CI)	OR (95%CI)	OR (95%CI)
Umur	-0.612 (-1.350-0.126)	-0.723 (-1.559-0.112)	-0.333 (-1.181-0.515)
Pendidikan		-0.192 (-0.864-0.480)	0.617 (0.189-1.422)
Pekerjaan			-2.197 (-3.457-0.937)
N	255	255	255
R ²	0.010	0.012	0.056
Costanta	83.332	84.023	83.280

Berdasarkan Tabel 7 menunjukkan hasil uji statistik tersebut dapat disimpulkan bahwa umur, pendidikan, dan pekerjaan mempengaruhi perilaku ibu balita, dari tiga model tersebut juga dapat diketahui model yang diambil yaitu model III, hal ini dikarenakan mempunyai R Square yang lebih tinggi yaitu 0,056 yang berarti umur, pendidikan, dan pekerjaan mempunyai pengaruh terhadap perilaku ibu balita sebesar 5.6%

Analisis Penelitian Kualitatif

Hasil wawancara responden mengenai pengetahuan dan perilaku ibu balita, dilakukan terhadap 6 informan menghasilkan 2 makna final yaitu pengetahuan dan perilaku pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting. Dua makna final dapat dengan penjabaran sebagai berikut :

Pengetahuan

Ada dua sub tema dalam tema ini yaitu “pemanfaatan pangan lokal dalam pemenuhan asupan nutrisi balita” dan “pemeliharaan kesehatan balita”. Sub tema “pemanfaatan pangan lokal dalam pemenuhan asupan nutrisi balita” menjelaskan tentang pengetahuan ibu memanfaatkan pangan lokal dalam memenuhi kebutuhan nutrisi balita, dan variasi menu makanan

yang dikonsumsi sehari - hari. Sub tema “pemeliharaan kesehatan balita” menjelaskan tentang pengetahuan ibu dalam menjaga pola makan balita, menjaga kebersihan makanan, dan menjaga pola tidur.

Perilaku

Ada dua sub tema dalam tema ini yaitu “Dukungan suami, orang tua, mertua dan keluarga dalam pemenuhan nutrisi balita” dan “Pengalaman ibu balita dalam pemanfaatan pangan lokal serta kesadaran diri akan pentingnya menjaga kesehatan balita”. Sub tema “Dukungan suami, orang tua, mertua dan keluarga dalam pemenuhan nutrisi balita” mendeskripsikan tentang pengalaman ibu mendapatkan dukungan suami, orang tua, mertua dan keluarga dalam pemberian asupan nutrisi balita. Sub tema “Pengalaman ibu balita dalam pemanfaatan pangan lokal serta kesadaran diri akan pentingnya menjaga kesehatan balita” mendeskripsikan tentang pengalaman ibu balita memanfaatkan pangan lokal dalam pencegahan stunting setelah diberikan penyuluhan dan kesadaran serta kebiasaan ibu balita dalam menjaga kesehatan balitanya.

PEMBAHASAN

Pengaruh Pengetahuan Pemanfaatan Pangan Lokal Dalam Pencegahan Stunting Setelah Diberikan Konseling

Hasil uji statistik dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting sebelum dan setelah diberikan penyuluhan mengalami rata-rata peningkatan sebesar 9.012, yang artinya terdapat pengaruh pengetahuan pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting setelah diberikan penyuluhan pada ibu balita di puskesmas Sikumana Kota Kupang.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi perubahan pengetahuan ibu balita karena keberhasilan penyuluhan yang diberikan. Keberhasilan penyuluhan dipengaruhi seperti faktor penyuluh yang berkompeten akan memberikan pengaruh pada perubahan pengetahuan seseorang. Hal ini sesuai dengan (Nuheriana et al., 2022), bahwa dengan penyuluhan dapat merubah pengetahuan ibu balita tentang pola makan anak yang stunting di wilayah kerja Puskesmas Kahu Kecamatan Kahu Kabupaten Bone.

Pemahaman seseorang merupakan komponen dan prasyarat penting terjadinya perubahan pengetahuan dan perilaku untuk menurunkan masalah gizi. Pengetahuan mengenai gizi menyumbangkan pengaruh yang cukup besar terhadap status gizi seseorang. Tingkat pengetahuan gizi seseorang akan mempengaruhi tindakan. Kurangnya pengetahuan mengenai gizi akan mengurangi kemampuan seseorang dalam menerapkan informasi gizi dalam kehidupannya sehari-hari. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan tentang stunting

adalah dengan memberikan edukasi gizi dengan cara memberikan penyuluhan. Hal ini dikarenakan semakin tinggi pengetahuan gizi akan berpengaruh terhadap pengetahuan dan perilaku konsumsi makanan (Chabibah et al., 2020). Edukasi dapat dilakukan melalui beberapa media dan metode serta kemampuan materi dalam menarik minat serta antusiasme responden agar mereka dapat menerima pengetahuan tentang gizi dan kesehatan dengan baik. Edukasi penyuluhan yang dilaksanakan dengan bantuan media akan mempermudah dan memperjelas audiens dalam menerima dan memahami materi yang disampaikan (Dinanda et al., 2024).

Pengaruh Perilaku Pemanfaatan Pangan Lokal Dalam Pencegahan Stunting Setelah Diberikan Penyuluhan.

Hasil uji statistik dalam penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting sebelum dan setelah diberikan penyuluhan mengalami rata-rata peningkatan sebesar 5.25, yang artinya terdapat pengaruh perilaku pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting setelah diberikan penyuluhan pada ibu balita di Puskesmas Sikumana Kota Kupang.

Hal ini sesuai dengan (Ginting et al., 2022) pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik ibu tentang pencegahan stunting. Penggunaan media dalam pendidikan kesehatan dapat memudahkan peserta serta membuat para peserta tidak bosan dengan penyuluhan. Berbagai macam media mampu memberikan informasi secara menarik dan singkat tentang informasi tentang gizi, pola makan, kecukupan karbohidrat, gizi

serta protein yang baik serta kebersihan lingkungan yang harus dilakukan oleh ibu balita dalam kehidupan sehari-hari.

Hubungan Umur, Pendidikan Dan Pekerjaan Dengan Pengetahuan Pemanfaatan Pangan Lokal Dalam Pencegahan Stunting Pada Ibu Balita Di Puskesmas Sikumana Kota Kupang.

Hasil uji statistik dalam penelitian ini menunjukkan bahwa umur ibu balita memiliki hubungan yang bermakna terhadap pengetahuan pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting setelah diberikan penyuluhan di Puskesmas Sikumana Kota Kupang.

Hal ini sesuai dengan penelitian (Yunica., 2023) mengungkap bahwa ada hubungan antara umur dan pendidikan dengan pengetahuan ibu balita terhadap stunting. Umur ibu akan memperlihatkan kemampuan berfikir dan bertindak yang lebih matang berdasarkan pengalaman yang didapat selama proses pembelajaran dalam kehidupannya sehingga dapat memungkinkan bagi seorang ibu yang umurnya sehat secara produktif dan sudah matang dapat memberikan perawatan yang terbaik bagi bayinya terutama dalam pencegahan stunting melalui pemenuhan kebutuhan zat gizi pada balita. Semakin bertambahnya usia maka semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperoleh juga akan semakin membaik dan bertambah berdasarkan pengalaman. Ibu dengan pendidikan tinggi akan lebih mudah menerima informasi sehingga akan membuat ibu tersebut semakin banyak memiliki pengetahuan khususnya pengetahuan tentang stunting pada balita sehingga ibu dapat memahami cara untuk

mencegah kejadian stunting pada anaknya.

Tingkat pendidikan dapat memengaruhi daya pikir seseorang untuk dapat menerima segala informasi dari lingkungan sekitarnya. Pendidikan yang tinggi atau baik akan memudahkan ibu dalam mengakses informasi termasuk dalam mengakses informasi melalui internet sehingga dapat memperluas ilmu pengetahuan. Ibu yang berpendidikan tinggi mempunyai kepedulian yang lebih besar dalam mengasuh anaknya terutama memberikan makanan yang mengandung nutrisi yang baik sebagai upaya mencegah stunting pada balita.

Hubungan umur, pendidikan dan pekerjaan dengan pengetahuan dan perilaku pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting pada ibu balita di Puskesmas Sikumana Kota Kupang.

Hasil uji statistik dalam penelitian ini menunjukkan bahwa umur, pendidikan dan pekerjaan ibu balita memiliki hubungan yang bermakna terhadap pengetahuan dan perilaku pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting setelah diberikan penyuluhan di Puskesmas Sikumana Kota Kupang. Hal ini sesuai dengan (Rahmanindar & Harnawati, 2020) bahwa ibu dengan usia yang matang cenderung memiliki pengetahuan dan bertanggung jawab dalam mengasuh balita termasuk pola asuh dalam hal pemberian gizi pada balitanya, serta pendidikan dapat mempengaruhi individu, kelompok, atau masyarakat, semakin tinggi tingkat pendidikan dapat mempengaruhi pengetahuan dan tindakan yang dilakukan ibu.

Menurut penelitian (Yunita et al., 2019) mengungkap bahwa ada keeratan hubungan yang cukup antara status pekerjaan dengan

perilaku ibu dalam pemenuhan gizi, dan berperilaku positif dalam pemberian makanan sarapan pagi bagi anak.

Analisis Mendalam Faktor Perubahan pengetahuan dan perilaku pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting pada ibu balita setelah diberikan penyuluhan.

Hasil analisis kualitatif didapatkan bahwa ada perubahan pengetahuan dan perilaku ibu balita terhadap pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting setelah diberikan penyuluhan. Berdasarkan hasil wawancara mendalam, selain faktor umur, pendidikan dan pekerjaan, ada faktor lain yang mempengaruhi pengetahuan dan perilaku ibu balita yaitu faktor pemenuhan asupan nutrisi, dukungan suami, orang tua, mertua dan keluarga serta kesadaran diri akan pentingnya menjaga kesehatan balita.

Pemenuhan Nutrisi Balita

Hasil wawancara mendalam didapatkan bahwa sebagian besar ibu balita lebih banyak memberikan balitanya makanan yang tidak bervariasi setiap harinya. Lauk pauk yang dikonsumsi setiap hari hampir sama dan tidak bervariasi seperti kebanyakan makan tahu atau tempe. Untuk jenis makanan dengan daya serap zat besi tinggi seperti ikan, ayam, dan daging hanya sesekali di konsumsi. Hal ini juga dipengaruhi oleh masalah ekonomi pada ibu balita yang ada di Puskesmas Sikumana Kota Kupang.

Menurut penelitian (Mahmudiono et al., 2017) bahwa keragaman makanan yang dikonsumsi memberikan dampak yang baik, dan kemungkinan lebih rendah untuk mengalami stunting pada anak atau balita. Oleh karena itu, intervensi harus difokuskan pada

promosi atau edukasi pola makan pada ibu dan anak, termasuk makanan yang kaya akan nutrisi pemacu pertumbuhan seperti susu, unggas, dan daging. Hubungan antara keragaman jenis makanan dengan tingkat konsumsi energi dan protein, tingkat konsumsi energi dengan BB/U dan TB/U, tingkat konsumsi protein dengan BB/TB dan BB/U, ketahanan pangan dengan BB/TB karena nilai $p > 0,050$. Rata-rata tingkat ketahanan pangan keluarga yang tergolong tidak tahan pangan disebabkan oleh adanya kekhawatiran akan habisnya persediaan pangan, tidak dapat menyediakan makanan bergizi seimbang untuk rumah tangga, ketidakmampuan ibu dalam menyediakan makanan bergizi seimbang untuk anak, dan pemerolehan makanan pokok yang terkadang bergantung dari pemberian orang lain.

Dukungan Suami, Orang Tua, Mertua Dan Keluarga.

Menurut penelitian ini didapatkan hasil wawancara mendalam tentang dukungan suami, orang tua dan mertua yaitu semuanya memberikan dukungan dalam hal pemenuhan nutrisi balita dirumahnya, juga ada ibu balita yang mengungkapkan bahwa suaminya berada diluar kota, sehingga hanya bisa memberikan dukungan berupa telpon dengan anak jika anak kesusahan untuk makan.

Menurut (Juwita dan Ediyono., 2023) dukungan suami terhadap perilaku ibu dalam pencegahan stunting pada anak balita memiliki hubungan yang signifikan dengan $p\text{-value}$ 0.000. Dukungan suami terhadap perilaku ibu memiliki pengaruh yang besar terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak terutama dalam masalah gizi untuk pencegahan stunting pada anak balita.

Pencegahan stunting harus optimal karena suami, orang tua maupun keluarga merupakan penyumbang dukungan terbesar seorang istri dalam pencegahan stunting pada balita. Dukungan suami terhadap istri seperti memberikan perhatian kepada istri pada pertumbuhan dan perkembangan anak, memfasilitasi ibu ketika ibu akan membawa anak ke puskesmas, memberikan semangat dan bantuan pada ibu dalam mengawasi pertumbuhan dan perkembangan anak setiap bulannya (Mahmudiono, 2017).

Selain itu seorang suami aktif dalam mencari informasi terkait nutrisi dalam pertumbuhan dan perkembangan balitanya, asupan gizi yang sesuai usia untuk anak. Begitupun dengan orang tua, mertua dan keluarga dalam memberikan dukungan pada ibu yaitu sangat penting dalam pencegahan stunting seperti cara merawat dalam keluarga adalah keterampilan dalam memberi makan, merawat, membersihkan dan mendapatkan pelayanan kesehatan terkait kasus stunting pada balita (Bella et al., 2020).

Pengalaman Ibu Balita Dalam Pemanfaatan Pangan Lokal Serta Kesadaran Diri Akan Pentingnya Menjaga Kesehatan Balita.

Hasil wawancara mendalam didapatkan bahwa sebagian besar ibu balita setelah diberi penyuluhan lebih menjaga kesehatan balitanya, antara lain merubah kebiasaan kurang memperhatikan dalam menyiapkan makanan yang dikonsumsi balita, seperti sayur dan ikan yang bervariasi dan olahan makanan yang dikonsumsi sehari-hari.

Hasil penelitian (Adam M, Tomlinson M, Le Roux I, Lefevre AE, McMahon SA, Johnston J, 2019) pada responden ibu yang mempunyai anak

di Afrika dengan intervensi Pemberian pendidikan kesehatan melalui *program mobile video intervensi* untuk pemberian makanan eksklusif untuk anak dengan video pendek berdurasi 2- 5 menit yang sesuai dengan standard Kesehatan menjelaskan bahwa ada dampak dari pemberian edukasi kesehatan menggunakan metode audiovisual terhadap peningkatan pengetahuan ibu dalam pemberian gizi anak (Chabibah, 2020).

Semua video audiovisual dapat meningkatkan pengetahuan ibu. Peningkatan pengetahuan ibu meliputi peningkatan pengetahuan dan kesadaran ibu dalam memberikan makanan tambahan, meningkatkan pengetahuan ibu dalam praktik pemberian makanan pada anak, meningkatkan pengetahuan ibu tentang pentingnya asupan buah dan sayuran serta protein hewani untuk pemenuhan gizi, meningkatkan pengetahuan ibu dalam pemberian makanan.

Budaya orang tua yang kurang memperhatikan dan kurang menyiapkan makanan yang sesuai untuk balita dan tidak khawatir dengan tinggi badan balita yang pendek merupakan dua dari beberapa penyebab terjadinya stunting di Indonesia. Oleh karena itu edukasi ibu balita sangat penting dalam pemanfaatan pangan lokal yang tidak kalah memiliki nilai gizi yang tinggi dan mudah dijumpai dengan mudah di kehidupan sehari-hari seperti olahan sayur kelor, labu kuning, daun singkong, jagung, labu siam, wortel, bayam, ikan laut, telur, ayam, daging, dan buah-buahan lokal, yang bisa diolah menjadi berbagai macam varian makanan untuk pertumbuhan dan perkembangan balita. Hal ini sesuai dengan penelitian (Virgia & Widiyawati, 2023) yang menjelaskan bahwa pemberian churros berbahan olahan tepung daun kelor terbukti

lebih efektif dalam memperbaiki status gizi balita stunting/meningkatkan status gizi balita stunting.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh perubahan pengetahuan dan perilaku pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting pada ibu balita sebelum dan setelah diberikan penyuluhan. Perubahan pengetahuan dan perilaku pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting pada ibu balita setelah diberikan penyuluhan dipengaruhi faktor asupan nutrisi, dukungan suami, orangtua, mertua dan keluarga serta kesadaran diri ibu balita akan pentingnya menjaga kesehatan balitanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, M., Tomlinson, M., Le Roux, I., Lefevre, A. E., McMahon, S. A., Johnston, J., Kirton, A., Mbewu, N., Strydom, S. L., Prober, C., & Bärnighausen, T. (2019). The Philani MOVIE study: A cluster-randomized controlled trial of a mobile video entertainment-education intervention to promote exclusive breastfeeding in South Africa. *BMC Health Services Research*, 19(1), 1-14. <https://doi.org/10.1186/s12913-019-4000-x>
- Bella, F. D., Fajar, N. A., & Misnaniarti, M. (2020). Hubungan antara Pola Asuh Keluarga dengan Kejadian Balita Stunting pada Keluarga Miskin di Palembang. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 5(1), 15-22. <https://doi.org/10.14710/jek.k.v5i1.5359>
- Chabibah, N., Khanifah, M., & Kristiyanti, R. (2020). Pengaruh Pemberian Modifikasi Edukasi Booklet Gizi Balita Dan Cooking Class Terhadap Pengetahuan Dan Pola Pemberian Makan Balita. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 11(2), 47. <https://doi.org/10.36419/jkebin.v11i2.372>
- Creswell, J. (2017). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Pustaka Pelajar.
- Creswell, J. W. (2018). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran* (Keempat). Pustaka Pelajar.
- Dinanda, C., Manikam, R. M., & Angesti, A. N. (2024). Pengaruh Edukasi Gizi menggunakan Media Leaflet terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Ibu Balita di Kelompok Bermain Al-Muttaqin Desa Ladan Kabupaten Kepulauan Anambas. 16(September), 432-442.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Kupang. (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Kupang*. Dinas Kesehatan Kabupaten Kupang.
- Ginting, S., Simamora, A. C., & Siregar, N. (2022). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Dengan Media Audiovisual Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Ibu Hamil Dalam Pencegahan Stunting di Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Husundutan Tahun 2021. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 8(1), 2615-109.
- Hizriyani, R. (2021). Pemberian asi eksklusif sebagai pencegahan stunting. *Jurnal Jendela Bunda*

- Program Studi PG-PAUD Universitas Muhammadiyah Cirebon, 8(2), 55-62.
- Juwita dan Ediyono. (2023). Dukungan Suami Terhadap Perilaku Ibu Dalam Pencegahan Stunting Pada Balita, *Jurnal Ilmu Kesehatan. Jurnal Ilmu Kesehatan*.
- Mahmudiono, T., Sumarmi, S., & Rosenkranz, R. R. (2017). Household dietary diversity and child stunting in East Java, Indonesia. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, 26(2), 317-325. <https://doi.org/10.6133/apjcn.012016.01>
- Mayesti Akhriani, Eriza Fadhillah, F. N. K. (2015). Indonesian Journal of Human Nutrition. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 5(2), 74-84. https://www.researchgate.net/profile/Fajar_Ari_Nugroho/publication/314713055_Kadar_NF_Kb_Pankreas_Tikus_Model_Type_2_Diabetes_Mellitus_dengan_Pemberian_Tepung_Susu_Sapi/links/5b4dbf09aca27217ff9b6fcb/Kadar-NF-Kb-Pankreas-Tikus-Model-Type-2-Diabetes-Melli
- Nadimin, N., Theresia Dewi, K. B., Salam, A., & Adam, A. (2021). Local snacks and virtual nutrition counseling services increasing growth of stunting children. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(B), 331-336. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.5875>
- Nuheriana, A., Rate, S., Yusuf, K., Musdalifah, & Intang, N. (2022). Pengaruh Penyuluhan Gizi Dengan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Tindakan Ibu Anak Yang Stunting. *Gizido*, 14(1), 42-53.
- Putriani, Nining, Nurannisa Fitria Aprianti, N. N. Y. (2023). Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Pencegahan Stunting Pada Balita Usia 12-36 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Ambalawi. 4(2), 80-90. <https://doi.org/10.58258/rehat.v3i1.6703/https>
- Rahmanindar, N., & Harnawati, R. A. (2020). Pengaruh Penyuluhan Program Isi Piringku Terhadap Peningkatan Sikap Dan Perilaku Ibu Dalam Manangani Balita Gizi Buruk. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 7(2), 259-270. <https://doi.org/10.36743/medikes.v7i2.235>
- Schwarzenberg, S. J., & Georgieff, M. K. (2018). Advocacy for improving nutrition in the first 1000 days to support childhood development and adult health. *Pediatrics*, 141(2). <https://doi.org/10.1542/peds.2017-3716>
- Simbolon, D., Adevianti, D., Setianingsih, L., & Andriani, L. (2021). The relationship between maternal and child health service. *August 2020, August*, 1177-1178. <https://doi.org/10.20473/ijph.vl16il.2021.177-187>
- Sutyawan, Novidiyanto, & Wicaksono, A. (2022). Optimization the Utilization of Local Food that is Safe and Nutritious in Stunting Prevention Efforts in Ibul Village, West Bangka Regency. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(3), 566. <http://journal.unhas.ac.id/index.php/panritaabdi>
- Virgia, V., & Widiyawati, R. (2023). Fortification of Moringa Leaves to Fulfill the Nutritional Needs of Stunting Toddler. *International Journal of*

- Scientific Research and Management (IJSRM)*, 11(10), 87-96.
<https://doi.org/10.18535/ijsrm/v11i10.nd01>
- Vizianti, L. (2022). peran dan fungsi pos pelayanan terpadu (Posyandu) dalam pencegahan stunting di kota Medan. *Warta Dharmawangsa*, 16(3), 563-580.
- WHO. (2020). Childhood Stunting: Context, Causes and Consequences. *World Health Organization*.
- Wulandari, E., & Fitri, H. N. (2023). Kajian Stunting Pada Anak Balita Ditinjau Dari Pemberian Asi Eksklusif, Mpasi Dan Status Imunisasi Di Kelurahan Alak Kota Kupang. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 8(2), 103-118.
- Yunica., and H. (2023). Hubungan Usia Dan Pendidikan Dengan Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Pada Balita. *Jurnal Masker Medika*.
- Yunita, N. R., Sumarsono, H., & Farida, U. (2019). Hubungan Status Pekerjaan Dengan Perilaku Ibu Dalam Pemenuhan Gizi Berdasarkan Kebiasaan Sarapan. *Artikel Ilmiah Mahasiswa*.