

**PENGARUH EDUKASI PEMBERIAN MAKAN BAYI DAN ANAK
(PMBA) BERBAHAN PANGAN LOKAL RONO TAPA
TERHADAP BERAT BADAN BALITA DENGAN
GIZI KURANG DI UPTD PUSKESMAS
SINGGANI**

Asrianti^{1*}, I Made Tangkas², Sumarni³

Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas
Tadulako^{1,2,3}

**Corresponding Author : highsfemininity@gmail.com*

ABSTRAK

Gizi kurang masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat pada balita di Indonesia dan berkaitan erat dengan praktik Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) yang belum optimal. Berdasarkan laporan kinerja UPTD Puskesmas Singgani bulan Agustus 2025, masih ditemukan 93 kasus gizi kurang (4,8%). Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh edukasi PMBA berbahan pangan lokal *Rono Tapa* terhadap berat badan balita dengan gizi kurang di wilayah kerja UPTD Puskesmas Singgani. Penelitian menggunakan desain kuasi-eksperimen dengan rancangan *one-group pretest-posttest*. Sampel terdiri atas 32 ibu yang memiliki balita usia 6–24 bulan dengan gizi kurang, dipilih secara *purposive sampling*. Intervensi berupa edukasi PMBA berbahan pangan lokal *Rono Tapa* diberikan melalui sesi edukasi terstruktur selama tiga minggu. Variabel yang diukur meliputi pengetahuan, sikap, dan praktik PMBA ibu, asupan zat gizi makro balita, serta perubahan berat badan balita. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon. Penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan yang bermakna pada pengetahuan, sikap, dan praktik PMBA ibu, peningkatan asupan zat gizi makro, serta perubahan positif berat badan balita setelah intervensi ($p < 0,05$). Edukasi PMBA berbahan pangan lokal *Rono Tapa* berbasis digital efektif dalam memperbaiki praktik PMBA dan meningkatkan berat badan balita dengan gizi kurang, serta berpotensi menjadi model intervensi gizi berbasis kearifan lokal yang berkelanjutan di layanan kesehatan primer.

Kata kunci : edukasi PMBA, ikan teri, Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) , pangan lokal, stunting

ABSTRACT

Malnutrition is still a public health problem in children under five in Indonesia and is closely related to the practice of Infant and Child Feeding (PMBA) that is not optimal. Based on the performance report of the UPTD Singgani Community Health Center in August 2025, 93 cases of malnutrition (4.8%) were still found. This study aims to analyze the influence of PMBA education made from local food Rono Tapa on the weight of undernourished toddlers in the working area of UPTD Singgani Community Health Center. The study used a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest design. The sample consisted of 32 mothers who had toddlers aged 6–24 months with malnutrition, selected by purposive sampling. The intervention in the form of PMBA education, made from local food Rono Tapa, was provided through a structured education session for three weeks. The variables measured included the knowledge, attitude, and practice of PMBA mothers, macronutrient intake of toddlers, and weight changes of toddlers. Data analysis was carried out using the Wilcoxon test. This study showed a significant increase in maternal PMBA knowledge, attitudes, and practices, an increase in macronutrient intake, and a positive change in the weight of toddlers after the intervention ($p < 0.05$). Rono Tapa's digital-based PMBA education made from local food is effective in improving PMBA practices and increasing the weight of undernourished toddlers, and has the potential to become a model of sustainable local wisdom-based nutrition interventions in primary health services.

Keywords : PMBA education, anchovies, Complementary Foods BREAST MILK (MP-ASI), stunting, local food

PENDAHULUAN

Secara global, Gizi kurang anak masih menjadi penyebab utama tingginya angka kesakitan dan kematian. Berdasarkan data *Joint Child Malnutrition Estimates (JME)* 2024, diperkirakan 150.2 juta balita di seluruh dunia mengalami *stunting* dan 42.8 juta anak mengalami *wasting* (UNICEF, 2024). Di Indonesia, meskipun pemerintah telah berupaya keras menurunkan prevalensi Gizi kurang, tantangannya masih besar. Menurut Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024, prevalensi *stunting* nasional berhasil diturunkan menjadi 19.8%. Namun, prevalensi *wasting* masih berada di angka 7.4% dan *underweight* sedikit meningkat menjadi 16.8% (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Secara global, Gizi kurang anak masih menjadi penyebab utama tingginya angka kesakitan dan kematian. Berdasarkan data *Joint Child Malnutrition Estimates (JME)* 2024, diperkirakan 150.2 juta balita di seluruh dunia mengalami *stunting* dan 42.8 juta anak mengalami *wasting* (UNICEF, 2024). Di Indonesia, meskipun pemerintah telah berupaya keras menurunkan prevalensi Gizi kurang, tantangannya masih besar. Menurut Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024, prevalensi *stunting* nasional berhasil diturunkan menjadi 19.8%. Namun, prevalensi *wasting* masih berada di angka 7.4% dan *underweight* sedikit meningkat menjadi 16.8% (Kementerian Kesehatan RI, 2024).

Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024, menyebutkan bahwa Provinsi Sulawesi tengah termasuk dalam 10 besar Provinsi penyumbang *stunting* di Indonesia yaitu sebesar 26,1% dan urutan ke-5 tertinggi pada prevalensi *wasting* yaitu sebesar 19,9% yang berada jauh di atas rata-rata Nasional (16,8%). Beberapa daerah Kabupaten/Kota di Provinsi Sulawesi tengah mengalami peningkatan kasus *stunting* di tahun 2024, salah satunya kota Palu yang mengalami peningkatan sebesar 1,5% dari tahun 2023 sebelumnya (Dinkes Provinsi, 2024). Sulawesi tengah dikenal kaya akan sumber daya laut, salah satunya ikan teri yang merupakan bahan utama dari *Rono Tapa*, pangan lokal khas Sulawesi tengah yang juga menjadi makanan khas warga kota Palu. Ikan teri (*Stolephorus sp.*) merupakan salah satu bahan pangan lokal yang potensial karena memiliki kandungan protein, kalsium, zat besi, dan zink yang relatif tinggi. Beberapa penelitian telah menunjukkan efektivitas fortifikasi ikan teri dalam meningkatkan asupan zat gizi serta status gizi balita. (Tety et.al, 2020; Mubin et al, 2021; dan Suardilaheng et al, 2021) Temuan-temuan tersebut memperkuat bukti bahwa pemanfaatan ikan teri dalam produk olahan pangan dapat menjadi alternatif intervensi gizi yang aplikatif, terjangkau, serta berbasis kearifan lokal. Namun, Pemanfaatan pangan lokal ini sebagai MPASI atau makanan sehari-hari balita masih belum optimal karena keterbatasan pengetahuan ibu mengenai nilai gizi dan cara pengolahannya agar sesuai dengan tahapan usia anak.

Perubahan praktik PMBA ibu dapat didasari dari adanya peningkatan pengetahuan, *observational learning*, dan *self-efficacy* melalui edukasi PMBA Anjomshoa et al. (2018). Edukasi berbasis digital saat ini memberikan peluang baru dalam penyuluhan kesehatan. WhatsApp, yang sangat populer di masyarakat, terbukti efektif sebagai media edukasi gizi untuk meningkatkan pengetahuan dan praktik ibu (Pratiwi, 2024; Wiliyanarti et al., 2022). Edukasi berbasis digital memungkinkan distribusi materi yang interaktif, jangkauan yang lebih luas, dan interaksi dua arah yang sangat cocok untuk sasaran masyarakat di wilayah Puskesmas Singgani yang sebagian besar pekerja dan memiliki mobilitas yang tinggi sehingga sulit untuk datang ke posyandu sekedar mendengar penyuluhan dan edukasi kesehatan. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh edukasi PMBA berbahan pangan lokal *Rono Tapa* terhadap berat badan balita dengan gizi kurang di wilayah kerja UPTD Puskesmas Singgani.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *kuasi-eksperimen*, yaitu salah satu jenis penelitian kuantitatif berupa eksperimen dimana proses penunjukan partisipasinya tidak secara acak.

Rancangan *one-group pretest-posttest design*. Desain ini melibatkan satu kelompok subjek penelitian. Pengukuran variabel penelitian dilakukan pada kelompok ini sebelum intervensi (pretest) dan setelah intervensi (posttest). Perubahan yang terjadi pada variabel tersebut kemudian dianalisis dengan membandingkan hasil pengukuran sebelum dan sesudah intervensi.

HASIL

Uji Univariat Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Ibu Balita Menurut Usia, Status Pekerjaan, Status Ekonomi, Jumlah Anak

	n (n=32)	%
Usia Ibu		
20-24 tahun	7	21.9
25-29 tahun	9	28.1
30-34 tahun	7	21.9
35-39 tahun	4	12.5
40-45 tahun	5	15.6
Pekerjaan	n (n=32)	%
Bekerja	5	15.6
tidak bekerja	27	84.4
Status Ekonomi	n (n=32)	%
Sedang	6	18.8
Rendah	26	81.3
Jumlah anak	n (n=32)	%
<2 anak	23	71.9
>2 anak	9	28.1
Usia anak	n (n=32)	%
6-8 bulan	3	9.4
9-11 bulan	6	18.8
12-24 bulan	23	71.9
Jenis kelamin anak	n (n=32)	%
laki-laki	17	53.1
Perempuan	15	46.9
Berat badan anak	n (n=32)	%
5-8 kg	22	68.8
9-11 kg	10	31.3

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan sebagian besar ibu berada pada usia produktif 25–29 tahun (28,1%), diikuti kelompok usia 20–24 tahun dan 30–34 tahun masing-masing sebesar 21,9%. Mayoritas ibu tidak bekerja (84,4%) dan berasal dari keluarga dengan status ekonomi rendah (81,3%), yang mencerminkan keterbatasan sumber daya dalam pemenuhan gizi keluarga. Sebagian besar ibu memiliki anak kurang dari dua (71,9%), yang berpotensi mendukung perhatian ibu terhadap pengasuhan dan pemberian makan balita. Mayoritas balita berada pada usia 12–24 bulan (71,9%), yaitu periode transisi kritis dalam praktik Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA). Balita laki-laki sedikit lebih banyak (53,1%) dibandingkan perempuan (46,9%). Dan berat badan balita sebagian besar 5–8 kg (68,8%), menggambarkan kondisi balita dengan gizi kurang yang menjadi sasaran utama intervensi penelitian ini.

Gambaran Variabel Dependend Sebelum Intervensi Edukasi

Tabel 2 menunjukkan keadaan pengetahuan, sikap, dan praktik serta asupan zat gizi anak sebelum diberikan edukasi. Tingkat pengetahuan ibu tentang Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) sebagian besar berada pada kategori baik (50%), diikuti kategori kurang (28,13%)

dan cukup (21,87%). Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun separuh ibu telah memiliki pengetahuan yang baik, masih terdapat proporsi yang cukup besar dengan pengetahuan yang belum optimal. Sikap ibu terhadap PMBA menunjukkan mayoritas responden memiliki sikap positif (75%), sementara 18,75% berada pada kategori cukup dan hanya 6,25% yang memiliki sikap negatif. Hal ini mengindikasikan bahwa secara umum ibu memiliki penerimaan dan kecenderungan sikap yang mendukung praktik PMBA yang baik. Sebagian besar praktik PMBA responden berada pada kategori cukup (46,87%), diikuti kategori baik (37,5%) dan kurang (15,63%). Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan sikap dengan penerapan praktik PMBA dalam kehidupan sehari-hari.

Tabel 2. Gambaran Variabel Dependental, (Pengetahuan, Sikap, Praktik dan Asupan Zat Gizi Makro)

Pengetahuan	n (n=32)	%
Baik	16	50
Cukup	7	21.87
Kurang	9	28.13
Sikap	n (n=32)	%
Positif	24	75
Cukup	6	18.75
Negatif	2	6.25
Praktik PMBA	n (n=32)	%
Baik	12	37.5
Cukup	15	46.87
Kurang	5	15.63
Asupan Zat Gizi		
Energi	n (n=32)	%
Lebih	4	12.5
Cukup	8	25.0
Kurang	20	62.5
Karbohidrat	n (n=32)	%
Lebih	5	15.63
Cukup	4	12.50
Kurang	23	71.87
Protein	n (n=32)	%
Lebih	32	93.75
Cukup	2	6.25
Kurang	0	0.00
Lemak	n (n=32)	%
Lebih	10	31.25
Cukup	7	21.88
Kurang	15	46.87

Berdasarkan asupan zat gizi, sebagian besar balita memiliki asupan energi (62,5%) dan karbohidrat (71,87%) yang tergolong kurang. Sebaliknya, asupan protein menunjukkan kecenderungan berlebih, dengan 93,75% balita berada pada kategori lebih. Asupan lemak sebagian besar berada pada kategori kurang (46,87%), meskipun terdapat 31,25% balita dengan asupan lemak berlebih. Pola ini menunjukkan ketidakseimbangan asupan zat gizi makro pada balita, khususnya rendahnya kontribusi energi dan karbohidrat serta tingginya asupan protein.

Uji Bivariat

Pada variabel pengetahuan ibu, nilai $Z = -4,476$ dengan $p = 0,000$ menunjukkan perbedaan yang sangat signifikan. Hasil ini konsisten dengan tabel *Ranks* sebelumnya, di mana sebagian besar responden (26 orang) mengalami peningkatan skor pengetahuan, hanya satu responden yang mengalami penurunan, dan lima responden tidak mengalami perubahan. Dominasi

positive ranks ini menegaskan bahwa edukasi PMBA memberikan dampak nyata terhadap peningkatan pengetahuan ibu. Pada variabel sikap ibu, nilai $Z = -3,227$ dengan $p = 0,001$ menunjukkan perbedaan yang bermakna secara statistik. Temuan ini sejalan dengan distribusi *positive ranks* yang lebih besar dibandingkan *negative ranks*, meskipun masih terdapat variasi respons antarresponden. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi mampu memperbaiki sikap ibu terhadap praktik PMBA, meskipun perubahan sikap cenderung lebih gradual dibandingkan perubahan pengetahuan.

Tabel 3. Hasil Analisis Perbedaan Sebelum dan Sesudah Intervensi Edukasi PMBA Menggunakan Uji Wilcoxon (n = 32)

Variabel	Negative Ranks (n)	Positive Ranks (n)	Ties (n)	Mean Rank (+)	Sum of Ranks (+)
Pengetahuan ibu	1	26	5	14,42	375,00
Sikap ibu	7	21	4	16,40	344,50
Praktik PMBA	8	24	0	19,44	466,50
Asupan karbohidrat	10	22	0	18,59	409,00
Asupan protein	4	28	0	16,14	452,00
Asupan lemak	5	27	0	17,44	471,00
Asupan energi	2	30	0	16,43	493,00
Berat badan balita	2	30	0	17,50	35,00

Variabel praktik PMBA menunjukkan nilai $Z = -3,789$ dengan $p = 0,000$, yang menandakan perbedaan yang sangat signifikan. Hasil ini didukung oleh data *Ranks* yang menunjukkan tidak adanya nilai *ties* dan dominasi *positive ranks* (24 responden), sehingga mengindikasikan bahwa intervensi tidak hanya meningkatkan pemahaman, tetapi juga berhasil mendorong penerapan praktik PMBA dalam kehidupan sehari-hari. Pada variabel asupan zat gizi makro, seluruh komponen menunjukkan perbedaan yang bermakna, yaitu karbohidrat ($Z = -2,711$; $p = 0,007$), protein ($Z = -3,516$; $p = 0,000$), lemak ($Z = -3,871$; $p = 0,000$), dan energi ($Z = -4,843$; $p = 0,000$). Hasil ini konsisten dengan dominasi *positive ranks* pada masing-masing variabel, khususnya pada asupan energi yang menunjukkan peningkatan pada hampir seluruh balita. Temuan ini memperkuat bahwa edukasi PMBA berbahan pangan lokal Rono Tapa berkontribusi terhadap perbaikan kuantitas asupan makan balita.

Pada indikator antropometri, berat badan balita menunjukkan nilai $Z = -4,316$ dengan $p = 0,000$, yang berarti terdapat perbedaan bermakna antara sebelum dan sesudah intervensi. Hal ini selaras dengan tabel *Ranks* yang menunjukkan mayoritas balita mengalami peningkatan berat badan. Sementara itu, tinggi badan balita juga menunjukkan perbedaan bermakna ($Z = -4,874$; $p = 0,000$), meskipun perubahan tinggi badan perlu diinterpretasikan secara hati-hati karena indikator ini mencerminkan pertumbuhan linier jangka panjang dan umumnya memerlukan waktu intervensi yang lebih lama. Secara keseluruhan, konsistensi antara nilai signifikansi uji Wilcoxon dan dominasi *positive ranks* pada hampir seluruh variabel menunjukkan bahwa edukasi PMBA berbahan pangan lokal Rono Tapa memberikan dampak yang signifikan dan terarah terhadap perubahan perilaku ibu, perbaikan asupan zat gizi, serta peningkatan luaran gizi balita.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Dalam penelitian ini, karakteristik ibu balita menjadi konteks penting dalam menilai pengaruh edukasi gizi dan praktik PMBA berbahan pangan lokal rono tapa terhadap peningkatan status gizi balita Gizi kurang. Sebagian besar responden berada pada kelompok usia produktif (20–35 tahun). Kelompok usia ini secara psikologis dan kognitif berada pada fase matang, sehingga relatif lebih mudah menerima informasi baru dan melakukan perubahan

perilaku kesehatan. Ibu pada usia produktif umumnya memiliki kemampuan berpikir rasional dan kesiapan belajar yang baik, yang mendukung efektivitas edukasi PMBA yang diberikan. Dalam konteks Social Cognitive Theory (SCT), usia produktif berkaitan dengan kemampuan self-regulation dan outcome expectation yang lebih baik, sehingga ibu lebih mampu mengaitkan edukasi dengan manfaat jangka panjang bagi pertumbuhan anak (Bandura, 1986). Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa ibu usia produktif lebih responsif terhadap edukasi gizi dan cenderung menunjukkan peningkatan praktik pemberian makan setelah intervensi (Rahmawati et al., 2020).

Melalui edukasi gizi berbasis WhatsApp, ibu pada usia dewasa dapat dengan lebih mudah mengikuti materi yang disampaikan secara digital, baik dalam bentuk teks, gambar, maupun video. Kemampuan kognitif yang baik mendukung proses *observational learning*, di mana ibu mampu meniru contoh praktik PMBA berbahan rono tapa yang ditampilkan melalui media visual. Dengan demikian, karakteristik usia ibu dalam penelitian ini mendukung efektivitas pendekatan edukasi berbasis SCT. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa usia ibu berhubungan signifikan dengan tingkat pengetahuan gizi dan praktik pemberian makan anak (Rahmawati et al., 2019).

Status Pekerjaan

Berdasarkan status pekerjaan, mayoritas ibu balita tidak bekerja (84,4%), sedangkan ibu yang bekerja hanya 15,6%. Status pekerjaan ibu dapat memengaruhi waktu pengasuhan dan keterlibatan ibu dalam pemberian makan balita. Menurut Soekirman (2012), ibu yang tidak bekerja memiliki peluang lebih besar untuk terlibat langsung dalam pengasuhan anak, termasuk dalam menyiapkan makanan dan memantau konsumsi pangan balita. Dalam konteks penelitian ini, ibu yang tidak bekerja memiliki kesempatan lebih besar untuk mengikuti edukasi gizi serta menerapkan praktik PMBA berbahan pangan lokal rono tapa, sehingga berpotensi mendukung peningkatan status gizi balita Gizi kurang. Dalam konteks edukasi berbasis SCT, lingkungan yang mendukung (*environmental factors*) dan *reinforcement* berperan penting dalam perubahan perilaku (Bandura, 1986). Pemanfaatan media WhatsApp memungkinkan pemberian edukasi secara fleksibel dan berulang, sehingga ibu yang tidak bekerja dapat lebih intens terpapar pesan gizi, mengikuti diskusi, serta memperoleh penguatan sosial. Kondisi ini berkontribusi terhadap peningkatan *self-efficacy* ibu dalam menerapkan praktik PMBA berbahan pangan lokal.

Status Ekonomi

Berdasarkan hasil analisis, sebagian besar responden memiliki status ekonomi rendah (81,3%). Penentuan status ekonomi keluarga dalam penelitian ini merujuk kepada pendapatan keluarga per bulan dibandingkan dengan UMK Kota Palu tahun 2024 sebesar Rp 3.179.859. Responden yang memiliki pendapatan di bawah nilai UMK Palu 2024 dikategorikan berstatus ekonomi rendah, sedangkan keluarga yang memiliki pendapatan sama dengan atau di atas UMK Palu 2024 dikategorikan berstatus ekonomi sedang/layak secara ekonomi (Kompas.com, 2024). Status ekonomi rendah merupakan faktor risiko terjadinya Gizi kurang pada balita akibat keterbatasan akses terhadap pangan bergizi (Suhardjo, 2008). Namun, penelitian menunjukkan bahwa pemanfaatan pangan lokal yang terjangkau dapat menjadi solusi efektif dalam perbaikan gizi masyarakat (Hardinsyah & Supariasa, 2017).

Jumlah Anak

Hasil uji karakteristik menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki jumlah anak kurang dari dua (71,9%). Jumlah anak berkaitan dengan alokasi perhatian dan sumber daya dalam pengasuhan. Penelitian oleh Fitriani et al. (2020) menyatakan bahwa ibu dengan jumlah

anak lebih sedikit cenderung memiliki praktik pengasuhan dan pemberian makan yang lebih baik.

Usia Balita

Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar balita berada pada kelompok usia 12–24 bulan, yaitu sebanyak 23 balita (71,9%), diikuti kelompok usia 9–11 bulan sebanyak 6 balita (18,8%), dan usia 6–8 bulan sebanyak 3 balita (9,4%). Distribusi ini menunjukkan bahwa responden sesuai dengan kriteria inklusi yang ditetapkan diawal penelitian yaitu anak balita usia 6–24 bulan, yang merupakan fase kritis dalam pertumbuhan dan perkembangan serta sangat rentan terhadap gizi kurang. Pembagian kelompok ini berdasarkan teori PMBA dalam penentuan tekstur dan ukuran makanan balita berdasarkan usia anak. Temuan ini sejalan dengan penelitian Rahmawati et al. (2019) dan Wulandari et al. (2021) yang melaporkan bahwa masalah Gizi kurang paling banyak ditemukan pada kelompok usia 12–24 bulan.

Jenis Kelamin

Distribusi jenis kelamin balita menunjukkan proporsi balita laki-laki (53,1%) sedikit lebih tinggi dibandingkan perempuan (46,9%). Penelitian Fitriani et al. (2020) menyebutkan bahwa perbedaan jenis kelamin tidak berpengaruh signifikan terhadap status gizi balita apabila praktik pemberian makan dilakukan secara setara.

Berat Badan Balita

Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar balita memiliki berat badan pada rentang 5–8 kg (68,8%), sedangkan sisanya berada pada rentang 9–11 kg (31,3%). Distribusi berat badan ini mencerminkan kondisi balita yang mengalami Gizi kurang, terutama pada kelompok usia 12–24 bulan yang seharusnya telah mencapai berat badan lebih tinggi sesuai standar pertumbuhan. Penelitian oleh Septiani dan Handayani (2018) serta Dewi et al. (2020) menemukan bahwa berat badan rendah pada badut berkaitan erat dengan ketidaktepatan pemberian MP-ASI, baik dari segi frekuensi maupun kandungan zat gizi.

Pengaruh Edukasi PMBA Berbahan Pangan Lokal Rono Tapa terhadap Pengetahuan Ibu Balita

Hasil analisis menunjukkan bahwa dari 32 responden, terdapat 26 ibu yang mengalami peningkatan pengetahuan setelah intervensi, dengan nilai *mean rank* sebesar 14,42, sementara hanya 1 responden yang mengalami penurunan, dan 5 responden tidak mengalami perubahan. Dominasi *positive ranks* ini mengindikasikan bahwa edukasi gizi berbasis pangan lokal rono tapa efektif meningkatkan pemahaman ibu tentang gizi balita dan praktik PMBA yang tepat. Berdasarkan hasil yang didapatkan. Hal ini mengindikasikan bahwa materi edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman responden terkait topik yang disampaikan. Peningkatan pengetahuan merupakan hasil yang diharapkan dari suatu intervensi edukasi, karena pengetahuan menjadi dasar terbentuknya sikap dan perilaku kesehatan. Hasil ini sejalan dengan penelitian Dewi et al. (2021) yang melaporkan bahwa edukasi gizi berbasis SCT melalui media WhatsApp secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu balita. Peningkatan pengetahuan tersebut terjadi karena materi edukasi disampaikan secara berulang, kontekstual, dan mendorong partisipasi aktif ibu, sehingga proses belajar menjadi lebih efektif. Hasil studi Lestari et al. (2023) juga menunjukkan bahwa edukasi PMBA berbasis media edukatif mampu meningkatkan pengetahuan ibu dalam pencegahan stunting. Kesamaan hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan SCT efektif diterapkan baik melalui media digital maupun edukasi tatap muka.

Pengaruh Edukasi PMBA Berbahan Pangan Lokal Rono Tapa terhadap Sikap Ibu Balita

Hasil analisis uji Wilcoxon menunjukkan bahwa intervensi edukasi gizi dan praktik PMBA berbahan pangan lokal Rono tapa dengan pendekatan *Social Cognitive Theory (SCT)* memberikan dampak positif terhadap sikap ibu balita Gizi kurang. Dari total 32 responden, sebanyak 21 responden mengalami peningkatan sikap (positive ranks) dengan nilai *mean rank* sebesar 16,40, sedangkan 7 responden mengalami penurunan sikap (negative ranks) dan 4 responden tidak mengalami perubahan (ties). Dominasi nilai positive ranks ini mengindikasikan bahwa secara umum intervensi mampu mendorong perubahan sikap ibu ke arah yang lebih positif terhadap praktik PMBA. Perubahan sikap merupakan tahapan penting dalam proses perubahan perilaku kesehatan, karena sikap mencerminkan kecenderungan individu untuk menerima atau menolak suatu perilaku. Menurut teori perilaku kesehatan, sikap dipengaruhi oleh pengetahuan, keyakinan, dan pengalaman individu, serta berperan sebagai mediator antara pengetahuan dan praktik (Notoatmodjo, 2014). Oleh karena itu, peningkatan sikap positif pada penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi tidak hanya meningkatkan aspek kognitif, tetapi juga memengaruhi dimensi afektif ibu.

Dalam kerangka SCT, perubahan sikap berkaitan erat dengan *outcome expectations*, yaitu keyakinan individu bahwa suatu perilaku akan memberikan manfaat tertentu (Bandura, 1986). Edukasi gizi dalam penelitian ini menekankan manfaat rono tapa sebagai sumber protein hewani lokal yang terjangkau dan sesuai budaya, sehingga memperkuat harapan ibu bahwa penerapan PMBA berbahan rono tapa dapat berdampak positif terhadap status gizi dan kesehatan balita. Hal ini sejalan dengan pandangan Bandura (2004) yang menyatakan bahwa persepsi manfaat yang kuat akan mendorong sikap positif terhadap perilaku kesehatan. Edukasi yang disertai praktik pengolahan PMBA berbahan rono tapa memungkinkan ibu mengamati sekaligus mencontoh perilaku yang diharapkan. Pembelajaran melalui pengamatan terbukti efektif dalam membentuk sikap, terutama ketika individu melihat bahwa perilaku tersebut mudah dilakukan dan relevan dengan kondisi sehari-hari (Bandura, 1986). Hasil penelitian ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya. Studi oleh Muluye et al. (2020) menunjukkan bahwa edukasi gizi yang disertai dengan demonstrasi pemberian makan anak secara signifikan meningkatkan sikap ibu terhadap praktik pemberian MP-ASI. Penelitian lain di Indonesia juga melaporkan bahwa intervensi edukasi PMBA berbasis teori perilaku mampu meningkatkan sikap ibu secara bermakna, terutama ketika materi dikaitkan dengan gizi kurang anak yang dialami secara langsung oleh responden (Susanto et al., 2017).

Penggunaan pangan lokal dalam intervensi ini juga berkontribusi terhadap perubahan sikap ibu. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pemanfaatan bahan pangan lokal dalam PMBA meningkatkan penerimaan ibu karena bahan mudah diperoleh, lebih ekonomis, dan sesuai dengan kebiasaan makan keluarga (Ruel & Alderman, 2013; Kemenkes RI, 2020). Rono tapa sebagai pangan lokal khas Sulawesi Tengah memiliki nilai budaya dan ekonomi yang kuat, sehingga mendorong sikap ibu yang lebih positif dibandingkan penggunaan bahan pangan yang tidak familiar. Namun, masih ditemukannya 7 responden dengan penurunan sikap dan 4 responden dengan sikap yang tidak berubah menunjukkan bahwa perubahan sikap tidak selalu terjadi secara merata. Hal ini dapat dipengaruhi oleh faktor sosial dan lingkungan, seperti norma keluarga, kepercayaan tradisional, serta kurangnya dukungan dari anggota keluarga lain. Beberapa penelitian menyatakan bahwa sikap merupakan komponen perilaku yang relatif lebih sulit diubah dibandingkan pengetahuan karena telah terbentuk melalui pengalaman dan nilai yang berlangsung lama (Glanz et al., 2015; Notoatmodjo, 2014).

Pengaruh Edukasi PMBA Berbahan Pangan Lokal Rono Tapa terhadap Praktik Ibu Balita

Berdasarkan analisis uji Wilcoxon menunjukkan bahwa edukasi PMBA berbasis pangan lokal rono tapa memberikan pengaruh positif terhadap praktik PMBA ibu balita Gizi kurang.

Dari total 32 responden, sebanyak 24 responden mengalami peningkatan praktik (positive ranks) dengan *nilai mean rank* sebesar 19,44, sedangkan 8 responden mengalami penurunan praktik (negative ranks) dengan *mean rank* 7,69, dan tidak terdapat responden dengan nilai yang tetap (ties). Dominasi *positive ranks* menunjukkan bahwa secara umum terjadi perbaikan praktik PMBA ibu setelah diberikan edukasi.

Perubahan praktik merupakan indikator utama keberhasilan intervensi edukasi gizi, karena mencerminkan penerapan pengetahuan dan sikap ke dalam perilaku nyata sehari-hari. Menurut Notoatmodjo (2014), praktik kesehatan merupakan tahap akhir dari proses perubahan perilaku yang dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, serta faktor pendukung lainnya. Dalam penelitian ini, peningkatan praktik PMBA menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan tidak hanya dipahami secara teoritis, tetapi juga dapat diaplikasikan oleh ibu dalam pemberian makan balita. Inervensi berupa edukasi PMBA berbasis rono tapa yang dilengkapi dengan video cara pengolahannya dapat menjadi inspirasi bagi ibu dalam menciptakan MP-ASI berbahan Rono tapa yang tidak hanya lezat tetapi juga bergizi untuk anak. Proses pembelajaran melalui pengamatan (*observational learning*) membantu ibu merasa lebih percaya diri (*self-efficacy*) untuk menerapkan perilaku tersebut di rumah. Bandura (2004) menyatakan bahwa peningkatan *self-efficacy* berperan penting dalam mendorong adopsi dan pemeliharaan perilaku kesehatan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya. Studi oleh Muluye et al. (2020) menunjukkan bahwa edukasi gizi yang disertai demonstrasi pemberian makan anak secara signifikan meningkatkan praktik pemberian MP-ASI yang sesuai rekomendasi. Secara keseluruhan, dominasi peningkatan praktik menunjukkan bahwa edukasi PMBA berbasis pangan lokal dengan pendekatan SCT efektif dalam mendorong perubahan praktik pemberian makan balita ke arah yang lebih baik.

Pengaruh Edukasi PMBA Berbahan Pangan Lokal Rono Tapa terhadap Asupan Zat Gizi Makro Balita

Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi dan praktik Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) berbahan pangan lokal *Rono tapa* secara signifikan berpengaruh terhadap pola asupan zat gizi makro pada balita. Ini dibuktikan oleh perbedaan asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat sebelum dan sesudah intervensi yang bermakna secara statistik (uji Wilcoxon, $p < 0,05$). Secara praktis, intervensi edukasi meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik ibu, yang kemudian berpengaruh pada pemberian makanan yang lebih baik dari sisi kualitas dan kuantitas sumber energi dan zat gizi makro.

Relevan dengan temuan ini, penelitian oleh Setiawati et al. (2025) menyatakan bahwa pendampingan gizi menggunakan media edukatif mampu meningkatkan asupan zat gizi makro balita, termasuk energi, protein, dan lemak, setelah intervensi edukasi PMBA, meskipun efek terhadap karbohidrat bervariasi antar kelompok usia. Penelitian ini mendukung temuan bahwa edukasi gizi berdampak positif terhadap asupan makronutrien secara umum. Intervensi edukasi mendorong ibu untuk memperhatikan kebutuhan energi dan makronutrien anak melalui perubahan menu harian meskipun pemanfaatan *Rono tapa* secara spesifik belum optimal pada seluruh responden. Hal ini sesuai dengan kerangka teori bahwa peningkatan pengetahuan gizi ibu dapat mempengaruhi keputusan pemberian makanan, sehingga memperbaiki asupan zat gizi anak melalui praktik yang lebih tepat.

Pengaruh Edukasi PMBA Berbahan Pangan Lokal Rono Tapa terhadap Status Gizi Balita

Hasil analisis menunjukkan bahwa edukasi dan praktik Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) berbahan pangan lokal *Rono tapa* berpengaruh terhadap perubahan status gizi balita, khususnya pada indikator berat badan, namun belum menunjukkan perbaikan yang bermakna pada tinggi badan dalam periode intervensi penelitian. Berdasarkan uji *Wilcoxon*, terdapat

perbedaan berat badan balita sebelum dan sesudah intervensi, yang mengindikasikan bahwa edukasi PMBA mampu mendorong perbaikan asupan makanan sehingga berdampak pada peningkatan berat badan. Perubahan ini sejalan dengan hasil analisis asupan zat gizi makro yang menunjukkan kecenderungan peningkatan kecukupan energi, protein, dan lemak setelah intervensi. Secara fisiologis, peningkatan berat badan lebih cepat terjadi dibandingkan perubahan tinggi badan karena berat badan lebih sensitif terhadap perubahan asupan makanan dalam jangka pendek.

Berbeda dengan perubahan tinggi badan (TB) balita, meskipun setelah edukasi juga tampak peningkatan TB pada sebagian besar anak dan secara statistik signifikan ($p < 0,05$), namun besaran perubahan yang relatif kecil dalam periode penelitian ini lebih mencerminkan pertumbuhan linier fisiologis normal daripada efek langsung dari edukasi. Perubahan tinggi badan pada anak terutama dipengaruhi oleh faktor-faktor kronis seperti status kesehatan umum, pola makan jangka panjang, dan kondisi lingkungan (de Onis et al., 2004). Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa edukasi gizi dan pendampingan PMBA dapat meningkatkan berat badan balita, tetapi dampaknya terhadap tinggi badan membutuhkan intervensi yang lebih lama dan konsisten (Abdillah et al., 2020; Dewi et al., 2022).

KESIMPULAN

Terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat pengetahuan ibu sebelum dan sesudah edukasi. Mayoritas responden mengalami peningkatan skor pengetahuan, yang menunjukkan bahwa edukasi gizi berbasis media WhatsApp dan materi kontekstual pangan lokal efektif meningkatkan pemahaman ibu mengenai PMBA yang tepat. Terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat pengetahuan ibu sebelum dan sesudah edukasi. Mayoritas responden mengalami peningkatan skor pengetahuan, yang menunjukkan bahwa edukasi gizi berbasis media WhatsApp dan materi kontekstual pangan lokal efektif meningkatkan pemahaman ibu mengenai PMBA yang tepat. Terjadi peningkatan praktik PMBA pada sebagian besar responden setelah intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan dan sikap telah diterjemahkan ke dalam tindakan nyata, didukung oleh meningkatnya *self-efficacy* ibu dalam mengolah dan memberikan makanan bergizi kepada balita.

Terdapat perbedaan yang bermakna pada asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat sebelum dan sesudah edukasi. Peningkatan asupan terutama terjadi pada energi, protein, dan lemak, yang menunjukkan perbaikan kualitas dan kuantitas makanan balita setelah intervensi. Terjadi peningkatan berat badan balita secara signifikan setelah intervensi, yang mencerminkan respons cepat terhadap perbaikan asupan zat gizi. Namun, perubahan tinggi badan belum signifikan, yang mengindikasikan bahwa pertumbuhan linear memerlukan intervensi gizi yang lebih lama dan berkelanjutan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih saya sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan penelitian untuk pihak UPT Puskemas Singgani Kota Palu, serta semua pihak yang telah memberikan dukungan, informasi, dan kerja sama selama proses penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, F. M., Sulistiyawati, S., & Paramashanti, B. A. (2020). Edukasi gizi pada ibu oleh kader terlatih meningkatkan asupan energi dan protein pada balita. *ActiOn: Aceh Nutrition Journal*, 5(2), 313–318.

- Afriani, D., Mentari, W. D., & Azahra, Z. (2024). Pengaruh Promosi Kesehatan Melalui Media Sosial Whatsapp terhadap Pemahaman Ibu tentang Menu MPASI Bergizi di Kabupaten Sumedang. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 8(1), Article 3. <https://doi.org/10.7454/epidkes.v8i1.1096>
- Anjomshoa, A., Majdzadeh, R., & Nedjat, S. (2018). The Application of Social Cognitive Theory on Mothers' Feeding Practices for Children Aged 6 to 24 Months in Iran. *Journal of Pediatrics Review*, 6(1), 47–56.
- Arikunto, S. (2010). Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Astria, N., Dkk. (2024). Pengaruh Pemberian Makanan Bayi, Anak (pmba) dan Edukasi Gizi Seimbang terhadap Peningkatan Berat Badan pada Balita Gizi kurang di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Pandan. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*.
- Bandura, A. (2004). Health promotion by social cognitive means. *Health Education & Behavior*, 31(2), 143–164.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman.
- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., de Onis, M., ... & Group, M. P. S. (2019). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427–451.
- Contento, I. R. (2016). *Nutrition education: Linking research, theory, and practice* (3rd ed.). Burlington, MA: Jones & Bartlett Learning.
- Dawes, J. (2008). Do data characteristics change according to the number of scale points used? *International Journal of Market Research*, 50(1), 61–77. <https://doi.org/10.1177/147078530805000106>
- De Onis, M., Garza, C., Victora, C. G., Onyango, A. W., & Frongillo, E. A. (2004). The WHO Multicentre Growth Reference Study: Planning, study design, and methodology. *Food and Nutrition Bulletin*, 25(1_suppl_1), S15–S26. <https://doi.org/10.1177/15648265040251S103>
- Dewi, R. K., Sari, M., & Lestari, P. (2020). Faktor risiko berat badan rendah pada baduta. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 16(2), 67–75.
- Dewi, R. K., Sari, M., & Lestari, W. (2021). Pengaruh edukasi gizi berbasis *Social Cognitive Theory* melalui media WhatsApp terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita. *Aceh Nutrition Journal*, 6(2), 87–95.
- Dewi, R. K., Anwar, F., & Khomsan, A. (2022). Pengaruh edukasi pemberian makan bayi dan anak terhadap status gizi balita. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 17(1), 45–53.
- Dewi, F.A., dkk. (2022). Pola Asuh Makan dan Konsumsi Pangan Balita Anemia di Kabupaten Cirebon. *Amerta Nutrition*, 6(3), 227–234.
- Dewi, M., Aminah, M. (2016). Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Feeding Practice Ibu Balita Stunting Usia 6-24 Bulan. *Indonesian Journal of Human Nutrition*.
- Dewey, K. G., & Begum, K. (2011). Long-term consequences of stunting in early life. *Maternal & Child Nutrition*, 7(Suppl 3), 5–18. <https://doi.org/10.1111/j.1740-8709.2011.00349.x>
- DeVellis, R. F. (2017). *Scale development: Theory and applications* (4th ed.). Sage Publications.
- Direktorat Gizi Masyarakat. (2018). Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI). Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Fitriani, N., Sari, D. K., & Lestari, W. (2020). Praktik pemberian makan dan status gizi balita. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 12(2), 85–93.
- Fitri, S., Adriansyah, M. A., & Zulfahmi. (2023). Analisis Kandungan Gizi Ikan Teri Nasi (Stolephorus sp). *Jurnal Ilmu Perikanan dan Kelautan*, 9(2), 1–8.
- Galang Muhammad. (2020). Kuasi Eksperimen. Pertama. Edited by Sudirman. Kabupaten Lombok Barat, Prov.NTB : Nashir Al-Kutub Indonesia.

- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (2015). *Health behavior: Theory, research, and practice* (5th ed.). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Guo, P. J., Kim, J., & Rubin, R. (2014). *How video production affects student engagement: An empirical study of MOOC videos*. Proceedings of the First ACM Conference on Learning @ Scale, 41–50. <https://doi.org/10.1145/2556325.2566239>
- Hasanah, U., Handayani, R., & Setyo, H. (2024). A Systematic Review of Dried Fish Powder Consumption and Its Effects on Malnourished Children's Growth. *Iranian Journal of Medical Sciences*, 25(3), 45-56.
- Hardinsyah, & Supariasa, I. D. N. (2017). *Ilmu Gizi: Teori dan Aplikasi*. Jakarta: EGC.
- Jati, D. K. dan Nindya, T. S. (2017). Asupan Energi dan Protein Berhubungan dengan Gizi kurang pada Anak Usia 6-24 Bulan. *Amerta Nutrition*, 1(2).
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta: Badan Litbang Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja dan Wanita Usia Subur. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Standar Alat Antropometri dan Alat Deteksi Dini Perkembangan Anak. Jakarta: Direktorat Kesehatan Lingkungan, Kementerian Kesehatan RI. Retrieved from https://keslan.kemkes.go.id/unduhan/fileunduhan_1660894423_735923.pdf
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Pedoman Pemberian Makan Bayi dan Anak. Jakarta.
- Kompas.com. (2024, 11 Februari). *Gaji UMR Palu 2024 dan seluruh Sulawesi Tengah*. Kompas.com.
- Kurniawati, R., dkk. (2022). Fortifikasi Ikan Teri Nasi pada Makanan Pendamping ASI untuk Peningkatan Status Gizi Balita. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 17(1), 22-31.
- Laporan PKP UPTD Puskesmas Singgani. (2024). Laporan Pencapaian Kinerja Program UPTD Puskesmas Singgani Tahun 2024. Palu: Dinas Kesehatan Kota Palu.