Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2776-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
4 (1) 2024, Page: 37626-37633

Program Intervensi Berbasis Selfcare terhadap Orang Tua Balita Gizi Kurang dalam Pemanfaatan Pangan Lokal di Desa Karang Rejo

Yani Lestari[1], **Reny Juliana Sihombing**[1]
[1]Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Darmo. Jln. Tali Air No.23 Kel Mangga Lingk. III, Kec. Medan Tuntungan. Medan, Sumatera Utara 20141
e-mail: adifatihulusep1988@gmail.com , renysihombing82@gmail.com

Published: January , 2024

ABSTRAK

Latar Belakang: Gizi kurang pada balita masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius di Indonesia, khususnya di daerah pedesaan. Kondisi ini berdampak signifikan terhadap pertumbuhan, perkembangan, dan kecerdasan anak. Upaya penanggulangan memerlukan pendekatan yang melibatkan peran aktif orang tua melalui program intervensi berbasis selfcare yang terintegrasi dengan pemanfaatan sumber pangan lokal.
Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas program intervensi berbasis selfcare terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku orang tua balita gizi kurang dalam memanfaatkan pangan lokal di Desa Karang Rejo.
Metode: Penelitian menggunakan desain quasi experiment dengan pendekatan pre-test dan post-test. Populasi adalah seluruh orang tua balita gizi kurang di Desa Karang Rejo. Sampel dipilih menggunakan teknik total sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner terstruktur yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dan uji Mann-Whitney.
Hasil: Terdapat peningkatan yang bermakna pada pengetahuan orang tua setelah diberikan intervensi selfcare ($p<0,05$). Sikap orang tua dalam memanfaatkan pangan lokal meningkat secara signifikan ($p<0,05$). Perilaku pemberian makan berbasis pangan lokal juga mengalami perbaikan bermakna pasca intervensi ($p<0,05$).
Kesimpulan: Program intervensi berbasis selfcare terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku orang tua balita gizi kurang dalam memanfaatkan pangan lokal di Desa Karang Rejo. Implementasi program ini dapat menjadi model intervensi gizi yang berkelanjutan berbasis komunitas.
Kata Kunci: *selfcare, gizi kurang, balita, pangan lokal, intervensi kebidanan*

ABSTRACT

Background: Malnutrition in children under five remains a serious public health issue in Indonesia, particularly in rural areas, significantly affecting children's growth, development, and cognitive abilities. Addressing this problem requires an approach that actively involves parents through a selfcare-based intervention program integrated with local food utilization.
Objective: This study aimed to analyze the effectiveness of a selfcare-based intervention program on the knowledge, attitudes, and behaviors of parents of malnourished toddlers in utilizing local food in Karang Rejo Village.
Methods: The study employed a quasi-experimental design with a pre-test and post-test approach. The population comprised all parents of malnourished toddlers in Karang Rejo Village. Samples were selected using total sampling. The research instrument was a structured questionnaire validated for validity and reliability. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test and the Mann-Whitney test.
Results: A significant improvement was observed in parents' knowledge following the selfcare intervention ($p<0.05$). Parents' attitudes toward local food utilization increased significantly ($p<0.05$). Local food-based feeding behavior also showed significant improvement post-intervention ($p<0.05$).
Conclusion: The selfcare-based intervention program was proven effective in improving the knowledge, attitudes, and behaviors of parents of malnourished toddlers in utilizing local food in Karang Rejo Village, and may serve as a model for sustainable community-based nutritional intervention.
Keywords: *selfcare, malnutrition, toddlers, local food, midwifery intervention*
© The Author(s). 2026 Open Access. This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Gizi kurang pada balita merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang masih menjadi prioritas penanganan di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Menurut World Health

Organization (WHO, 2023), sekitar 149 juta anak di bawah usia lima tahun mengalami stunting dan 45 juta mengalami wasting akibat kekurangan gizi. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga mempengaruhi perkembangan kognitif, kecerdasan emosional, serta kapasitas produktivitas jangka panjang (UNICEF, 2022). Gizi kurang pada tahap awal kehidupan berkontribusi terhadap meningkatnya risiko penyakit kronis di usia dewasa, sehingga menjadi perhatian lintas sektor dalam pembangunan sumber daya manusia.

Di tingkat nasional, prevalensi gizi kurang pada balita di Indonesia menunjukkan angka yang masih perlu mendapat perhatian serius. Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi gizi kurang (wasting) pada balita secara nasional mencapai 7,7%, sementara prevalensi underweight berada pada angka 17,1% (Kemenkes RI, 2022). Angka ini menempatkan Indonesia sebagai salah satu negara dengan beban gizi kurang yang cukup tinggi di kawasan Asia Tenggara. Pemerintah Indonesia telah menetapkan target penurunan prevalensi stunting menjadi 14% pada tahun 2024 melalui program Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi (Bappenas, 2021), namun pencapaian target ini memerlukan sinergi berbagai pihak termasuk tenaga kesehatan, keluarga, dan komunitas.

Pada tingkat provinsi Riau, permasalahan gizi kurang pada balita juga masih menjadi isu yang signifikan. Data Dinas Kesehatan Provinsi Riau (2023) menunjukkan prevalensi gizi kurang pada balita mencapai 9,2%, lebih tinggi dari rata-rata nasional. Kondisi ini diperparah oleh faktor geografis, keterbatasan akses layanan kesehatan di daerah pedesaan, dan rendahnya pengetahuan orang tua mengenai pola asuh gizi yang baik. Beberapa kabupaten di Provinsi Riau, termasuk wilayah yang memiliki desa-desa terpencil, mencatatkan angka prevalensi gizi kurang yang jauh melampaui angka provinsi, mencerminkan ketimpangan layanan kesehatan yang masih perlu diatasi.

Di Desa Karang Rejo, permasalahan gizi kurang pada balita terpantau melalui kegiatan posyandu dan kunjungan bidan desa. Data menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua balita gizi kurang di desa ini memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai kandungan gizi pangan lokal serta cara pengolahannya yang tepat untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anak. Pangan lokal yang tersedia di lingkungan sekitar, seperti daun kelor, tempe, ikan sungai, dan berbagai jenis umbi-umbian, sesungguhnya memiliki nilai gizi yang tinggi dan berpotensi besar untuk mengatasi masalah gizi kurang apabila dimanfaatkan secara optimal (Sari et al., 2022). Namun, keterbatasan pengetahuan dan motivasi orang tua menjadi hambatan utama dalam pemanfaatan potensi pangan lokal tersebut.

Selfcare atau perawatan mandiri merupakan konsep yang banyak diaplikasikan dalam bidang kesehatan ibu dan anak sebagai upaya untuk meningkatkan kapasitas individu dan keluarga dalam mengelola kesehatan secara mandiri. Menurut Orem (dalam Nursalam, 2021), selfcare adalah kemampuan seseorang untuk melakukan tindakan mandiri dalam memelihara kehidupan, kesehatan, dan kesejahteraannya. Dalam konteks gizi balita, selfcare orang tua mencakup kemampuan mengenali status gizi anak, memilih dan mengolah bahan makanan bergizi seimbang berbasis pangan lokal, serta menerapkan pola makan yang tepat sesuai usia dan kebutuhan anak (Dewi & Suryani, 2022). Program intervensi yang berbasis selfcare diharapkan mampu memberdayakan orang tua sebagai agen perubahan dalam penanganan masalah gizi balita di tingkat keluarga.

Beberapa penelitian terdahulu telah menunjukkan efektivitas pendekatan selfcare dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku orang tua terkait gizi balita. Rahmawati dan Lestari (2021) menemukan bahwa program edukasi berbasis selfcare secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemberian makan anak usia 6-24 bulan. Penelitian Pratiwi et al. (2022) di Jawa Tengah juga menunjukkan bahwa intervensi selfcare yang melibatkan pemanfaatan pangan lokal efektif memperbaiki status gizi balita. Namun demikian, penelitian mengenai program intervensi berbasis selfcare yang secara khusus mengintegrasikan pemanfaatan pangan lokal dalam konteks komunitas pedesaan di Sumatera masih sangat terbatas. Hal ini menjadi celah (research gap) yang perlu diisi guna menghasilkan bukti ilmiah yang kontekstual dan aplikatif.

Kebaruan (novelty) penelitian ini terletak pada pengembangan model intervensi berbasis selfcare yang dirancang secara spesifik untuk meningkatkan kemampuan orang tua balita gizi kurang dalam mengidentifikasi, memilih, dan mengolah pangan lokal yang tersedia di Desa Karang Rejo sebagai solusi praktis dan berkelanjutan untuk perbaikan status gizi anak. Pendekatan ini memadukan teori selfcare dengan konsep ketahanan pangan lokal dan pemberdayaan keluarga dalam pelayanan

kebidanan komunitas. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas program intervensi berbasis selfcare terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku orang tua balita gizi kurang dalam memanfaatkan pangan lokal di Desa Karang Rejo.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain quasi experiment menggunakan pendekatan one group pre-test post-test design. Pendekatan ini dipilih untuk mengukur perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku orang tua balita gizi kurang sebelum dan sesudah diberikan program intervensi berbasis selfcare. Desain quasi experiment dianggap tepat karena penelitian dilakukan dalam setting komunitas nyata di mana pengacakan murni (true randomization) sulit untuk dilakukan.

Penelitian dilaksanakan di Desa Karang Rejo, yang merupakan salah satu desa yang tercatat memiliki prevalensi gizi kurang pada balita di atas rata-rata wilayah setempat. Waktu penelitian mencakup tahap pengajuan pada 01 Juli 2024, pelaksanaan pada 15 Agustus 2024, dan penyelesaian pada 30 November 2024. Lokasi ini dipilih secara purposive berdasarkan tingginya prevalensi balita gizi kurang dan tersedianya pangan lokal yang berpotensi untuk dimanfaatkan sebagai solusi perbaikan gizi.

Populasi penelitian adalah seluruh orang tua (ibu/wali) dari balita yang teridentifikasi mengalami gizi kurang di Desa Karang Rejo berdasarkan hasil penimbangan posyandu dan laporan bidan desa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, yaitu seluruh anggota populasi yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan sampel penelitian. Kriteria inklusi meliputi: (1) orang tua yang memiliki balita usia 12-59 bulan dengan status gizi kurang berdasarkan indeks berat badan menurut umur (BB/U) <-2 SD; (2) bertempat tinggal menetap di Desa Karang Rejo; (3) bersedia menjadi responden penelitian dengan menandatangani lembar persetujuan (informed consent). Kriteria eksklusi meliputi orang tua yang tidak hadir pada dua sesi intervensi atau lebih, serta anak yang mengalami penyakit kronis atau kondisi medis tertentu yang mempengaruhi status gizi.

Variabel penelitian terdiri atas variabel independen berupa program intervensi berbasis selfcare, dan variabel dependen berupa pengetahuan, sikap, dan perilaku orang tua balita gizi kurang dalam pemanfaatan pangan lokal. Program intervensi berbasis selfcare dirancang dalam empat sesi yang mencakup: (1) edukasi gizi dan pemahaman selfcare; (2) pengenalan dan pemilihan pangan lokal bergizi; (3) demonstrasi pengolahan pangan lokal; dan (4) pendampingan praktik mandiri.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner terstruktur yang terdiri atas empat bagian: (1) karakteristik responden; (2) pengetahuan tentang gizi balita dan pangan lokal (20 item); (3) sikap terhadap pemanfaatan pangan lokal (15 item dengan skala Likert 1-4); dan (4) perilaku pemberian makan berbasis pangan lokal (15 item observasi). Instrumen telah melalui uji validitas menggunakan Pearson Product Moment (r hitung > r tabel) dan uji reliabilitas menggunakan Cronbach Alpha (α > 0,70) sebelum digunakan dalam penelitian.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara terstruktur menggunakan kuesioner pada saat pre-test (sebelum intervensi) dan post-test (empat minggu setelah intervensi selesai). Analisis data menggunakan dua pendekatan: (1) analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan distribusi variabel penelitian; (2) analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test untuk membandingkan skor pengetahuan, sikap, dan perilaku sebelum dan sesudah intervensi dalam kelompok yang sama, dengan tingkat signifikansi $p<0,05$.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari komite etik penelitian kesehatan setempat. Seluruh responden mendapatkan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian serta menandatangani lembar persetujuan sebelum berpartisipasi. Kerahasiaan identitas dan data responden dijaga dengan menggunakan kode numerik. Responden berhak mengundurkan diri dari penelitian kapan saja tanpa konsekuensi apa pun.

HASIL

Bagian ini menyajikan hasil penelitian yang meliputi karakteristik responden serta perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku orang tua balita gizi kurang sebelum dan sesudah diberikan program intervensi berbasis selfcare.

Karakteristik Responden

Tabel 1 menampilkan distribusi frekuensi karakteristik responden yang menjadi subjek penelitian di Desa Karang Rejo.

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian (n=32)

Karakteristik	Kategori	n	%
Usia Ibu			
< 20 tahun	< 20 th	2	6,3
20-35 tahun	20-35 th	25	78,1
> 35 tahun	> 35 th	5	15,6
Tingkat Pendidikan			
SD/sederajat	SD	8	25,0
SMP/sederajat	SMP	14	43,8
SMA/sederajat	SMA	9	28,1
Perguruan Tinggi	PT	1	3,1
Pekerjaan Ibu			
Ibu Rumah Tangga	IRT	22	68,8
Petani/Buruh	Petani	7	21,9
Wiraswasta	Wiraswasta	3	9,4
Usia Balita			
12-24 bulan	12-24 bln	11	34,4
25-36 bulan	25-36 bln	13	40,6
37-59 bulan	37-59 bln	8	25,0

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas responden berada pada kelompok usia produktif 20-35 tahun (78,1%). Sebagian besar responden berpendidikan SMP/sederajat (43,8%) dan berstatus sebagai ibu rumah tangga (68,8%). Balita yang menjadi subjek penelitian paling banyak berada pada kelompok usia 25-36 bulan (40,6%), yang merupakan periode kritis pertumbuhan dan perkembangan anak.

Pengetahuan Orang Tua Sebelum dan Sesudah Intervensi

Tabel 2 menyajikan perbandingan skor pengetahuan orang tua tentang gizi balita dan pangan lokal sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) program intervensi berbasis selfcare.

Tabel 2. Perbandingan Pengetahuan Orang Tua Sebelum dan Sesudah Intervensi (n=32)

Variabel	Mean Pre	Mean Post	SD Pre	SD Post	p-value
Pengetahuan	52,34	78,91	7,82	6,54	0,000*

*Keterangan: *Signifikan pada p<0,05 (Uji Wilcoxon Signed Rank Test)*

Tabel 2 menunjukkan terdapat peningkatan rerata skor pengetahuan orang tua yang bermakna dari 52,34 (SD=7,82) sebelum intervensi menjadi 78,91 (SD=6,54) setelah intervensi. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai p=0,000 (p<0,05), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara pengetahuan orang tua sebelum dan sesudah program intervensi berbasis selfcare.

Sikap Orang Tua Sebelum dan Sesudah Intervensi

Tabel 3 menyajikan perbandingan skor sikap orang tua terhadap pemanfaatan pangan lokal sebelum dan sesudah program intervensi.

Tabel 3. Perbandingan Sikap Orang Tua Sebelum dan Sesudah Intervensi (n=32)

Variabel	Mean Pre	Mean Post	SD Pre	SD Post	p-value
Sikap Pemanfaatan Pangan Lokal	38,16	51,72	5,93	4,81	0,000*

*Keterangan: *Signifikan pada p<0,05 (Uji Wilcoxon Signed Rank Test)*

Tabel 3 memperlihatkan peningkatan skor rerata sikap orang tua terhadap pemanfaatan pangan lokal dari 38,16 (SD=5,93) menjadi 51,72 (SD=4,81) setelah intervensi. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p=0,000 (p<0,05), mengindikasikan adanya perubahan sikap yang signifikan pada orang tua balita gizi kurang setelah mengikuti program intervensi berbasis selfcare.

Perilaku Orang Tua Sebelum dan Sesudah Intervensi

Tabel 4 menggambarkan perbandingan skor perilaku pemberian makan berbasis pangan lokal sebelum dan sesudah intervensi.

Tabel 4. Perbandingan Perilaku Orang Tua Sebelum dan Sesudah Intervensi (n=32)

Variabel	Mean Pre	Mean Post	SD Pre	SD Post	p-value
Perilaku Pemberian Makan Pangan Lokal	41,25	62,84	6,47	5,22	0,000*

*Keterangan: *Signifikan pada p<0,05 (Uji Wilcoxon Signed Rank Test)*

Data pada Tabel 4 menunjukkan peningkatan signifikan pada skor rerata perilaku pemberian makan berbasis pangan lokal dari 41,25 (SD=6,47) sebelum intervensi menjadi 62,84 (SD=5,22) setelah intervensi. Nilai p=0,000 (p<0,05) mengonfirmasi bahwa terdapat perbedaan perilaku yang bermakna pada orang tua balita gizi kurang setelah mendapatkan program intervensi selfcare.

PEMBAHASAN

Efektivitas Intervensi Berbasis Selfcare terhadap Pengetahuan Orang Tua

Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan pada pengetahuan orang tua balita gizi kurang setelah mendapatkan program intervensi berbasis selfcare (p=0,000). Rerata skor pengetahuan meningkat sebesar 26,57 poin, dari 52,34 menjadi 78,91. Peningkatan ini mencerminkan keberhasilan pendekatan selfcare dalam memberikan pemahaman yang komprehensif kepada orang tua mengenai gizi balita dan cara pemanfaatan pangan lokal secara optimal.

Peningkatan pengetahuan yang signifikan ini sejalan dengan teori selfcare Dorothea Orem yang menyatakan bahwa individu memiliki kapasitas untuk belajar dan mengembangkan kemampuan perawatan mandiri melalui edukasi yang terstruktur dan berkelanjutan (Nursalam, 2021). Ketika orang tua diberikan informasi yang relevan dan mudah dipahami mengenai nilai gizi pangan lokal, mereka lebih mampu membuat keputusan yang tepat dalam pemilihan dan pengolahan bahan makanan untuk anak-anaknya. Temuan ini konsisten dengan penelitian Rahmawati dan Lestari (2021) yang menemukan peningkatan pengetahuan ibu yang bermakna (p<0,05) setelah mendapatkan pendidikan kesehatan berbasis selfcare tentang pemberian makan balita.

Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan dalam penelitian ini meliputi: (1) metode penyampaian yang interaktif dan partisipatif, termasuk demonstrasi langsung pengolahan pangan lokal; (2) penggunaan media edukasi yang sederhana dan kontekstual sesuai budaya setempat; (3) frekuensi intervensi yang memadai dalam empat sesi; dan (4) keterlibatan kader posyandu sebagai fasilitator lokal yang dipercaya masyarakat. Sulistyawati et al. (2022) menegaskan bahwa pendekatan edukasi yang bersifat partisipatif dan berbasis komunitas lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi dibandingkan pendekatan yang bersifat satu arah.

Efektivitas Intervensi Berbasis Selfcare terhadap Sikap Orang Tua

Hasil penelitian juga membuktikan adanya perubahan sikap yang bermakna pada orang tua balita gizi kurang setelah intervensi selfcare (p=0,000). Rerata skor sikap meningkat dari 38,16 menjadi 51,72. Perubahan sikap ini mencerminkan internalisasi nilai-nilai positif terkait pemanfaatan pangan lokal yang berlangsung selama proses intervensi.

Menurut Allport (dalam Azwar, 2022), sikap terbentuk melalui proses afektif, kognitif, dan konatif yang saling berkaitan. Dalam konteks penelitian ini, peningkatan pengetahuan orang tua melalui sesi edukasi selfcare tampaknya telah mempengaruhi dimensi kognitif sikap mereka, yang selanjutnya memicu perubahan dimensi afektif (perasaan positif terhadap pangan lokal) dan konatif (kecenderungan untuk bertindak). Apresiasi terhadap nilai gizi dan kemudahan akses pangan lokal yang ditanamkan selama intervensi turut berkontribusi pada perubahan sikap positif ini. Temuan ini mendukung hasil penelitian Isnaeni et al. (2023) yang menunjukkan bahwa intervensi pendidikan gizi berbasis pemberdayaan keluarga secara signifikan meningkatkan sikap ibu terhadap pemberian makan seimbang pada balita.

Menariknya, perubahan sikap yang terukur dalam penelitian ini tidak hanya mencakup dimensi penerimaaan terhadap pangan lokal, tetapi juga keyakinan orang tua mengenai kemampuan mereka sendiri (self-efficacy) dalam menyiapkan makanan bergizi bagi anak. Bandura (dalam Notoatmodjo, 2021) menyatakan bahwa self-efficacy merupakan faktor determinan penting dalam pembentukan sikap positif dan perilaku kesehatan. Program intervensi berbasis selfcare yang menekankan kemampuan orang tua untuk mandiri dalam mengelola gizi anak terbukti mampu meningkatkan self-efficacy tersebut.

Efektivitas Intervensi Berbasis Selfcare terhadap Perilaku Orang Tua

Dimensi perilaku merupakan aspek yang paling krusial dalam penelitian ini, mengingat perubahan perilaku nyata orang tua dalam pemberian makan berbasis pangan lokal merupakan tujuan akhir dari program intervensi. Hasil menunjukkan peningkatan skor perilaku yang sangat bermakna dari 41,25 menjadi 62,84 ($p=0,000$). Peningkatan sebesar 21,59 poin ini mengindikasikan adanya perubahan praktik nyata dalam pemberian makan anak yang berbasis pangan lokal.

Perubahan perilaku pemberian makan yang terjadi pada orang tua dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui model Health Belief Model (HBM) yang menekankan peran persepsi ancaman (perceived threat), manfaat yang dirasakan (perceived benefits), dan hambatan yang dirasakan (perceived barriers) dalam membentuk perilaku kesehatan (Rosenstock dalam Notoatmodjo, 2021). Melalui program intervensi selfcare, orang tua berhasil memahami risiko gizi kurang pada anak mereka (perceived threat), merasakan manfaat nyata dari pemanfaatan pangan lokal (perceived benefits), dan menemukan cara-cara praktis untuk mengatasi hambatan dalam pengolahan pangan lokal (perceived barriers reduction). Kombinasi ketiga dimensi ini mendorong perubahan perilaku yang nyata.

Penelitian ini memperkuat bukti bahwa pemanfaatan pangan lokal merupakan strategi yang efektif dan berkelanjutan dalam penanggulangan gizi kurang pada balita di daerah pedesaan. Pangan lokal seperti daun kelor, tempe, ikan air tawar, dan umbi-umbian yang tersedia di Desa Karang Rejo terbukti memiliki kandungan gizi yang setara atau bahkan melampaui produk pangan komersial, namun dengan harga yang jauh lebih terjangkau dan mudah diakses oleh keluarga miskin (Hidayat et al., 2022). Perubahan perilaku yang tercapai dalam penelitian ini mencerminkan potensi besar program selfcare dalam mengoptimalkan sumber daya lokal yang ada untuk perbaikan gizi balita.

Implikasi terhadap praktik kebidanan dari temuan ini sangat signifikan. Bidan komunitas memiliki peran strategis sebagai agen perubahan yang dapat mengintegrasikan program intervensi selfcare berbasis pangan lokal ke dalam layanan kesehatan ibu dan anak (KIA) di posyandu dan puskesmas. Kuantitatif peningkatan yang dicapai dalam pengetahuan, sikap, dan perilaku orang tua menunjukkan bahwa empat sesi intervensi yang terstruktur sudah cukup untuk menghasilkan perubahan yang bermakna, menjadikan model ini feasibel untuk diadopsi secara luas dalam program gizi komunitas.

Kelebihan dan Keterbatasan Penelitian

Kelebihan penelitian ini terletak pada penggunaan instrumen penelitian yang telah divalidasi secara komprehensif, desain intervensi yang terstruktur dan berbasis teori selfcare, serta relevansi program terhadap kondisi riil masyarakat di desa sasaran. Pendekatan total sampling juga memastikan tidak ada bias seleksi dalam penentuan sampel.

Keterbatasan penelitian ini meliputi: (1) desain penelitian yang menggunakan satu kelompok (one group pre-test post-test) tanpa kelompok kontrol, sehingga tidak dapat sepenuhnya mengendalikan faktor-faktor confounding; (2) periode follow-up yang relatif singkat (empat minggu), sehingga keberlanjutan perubahan perilaku dalam jangka panjang belum dapat dinilai; dan (3) cakupan penelitian

yang terbatas pada satu desa, sehingga generalisasi hasil ke populasi yang lebih luas perlu dilakukan dengan kehati-hatian.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa program intervensi berbasis selfcare terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku orang tua balita gizi kurang dalam pemanfaatan pangan lokal di Desa Karang Rejo. Terdapat peningkatan yang signifikan secara statistik pada skor pengetahuan orang tua (dari 52,34 menjadi 78,91; p=0,000), skor sikap pemanfaatan pangan lokal (dari 38,16 menjadi 51,72; p=0,000), dan skor perilaku pemberian makan berbasis pangan lokal (dari 41,25 menjadi 62,84; p=0,000) setelah mendapatkan program intervensi selfcare yang terdiri dari empat sesi terstruktur.

Hasil ini mengonfirmasi bahwa pendekatan selfcare yang mengintegrasikan edukasi gizi dengan demonstrasi praktis pengolahan pangan lokal merupakan model intervensi yang efektif, kontekstual, dan berpotensi untuk diimplementasikan secara luas dalam program gizi komunitas di daerah pedesaan.

SARAN

Berdasarkan temuan penelitian ini, disampaikan beberapa rekomendasi kepada pihak-pihak terkait sebagai berikut:

1. Orang tua balita: Diharapkan secara konsisten menerapkan pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh melalui program intervensi selfcare, khususnya dalam memanfaatkan dan mengolah pangan lokal bergizi sebagai bagian dari pola makan harian balita.

2. Bidan: Diharapkan mengintegrasikan program intervensi berbasis selfcare ke dalam pelayanan kebidanan komunitas yang rutin, termasuk saat kunjungan posyandu dan kelas ibu balita, sebagai upaya preventif dan promotif pencegahan gizi kurang.

3. Puskesmas: Diharapkan menjadikan program intervensi selfcare berbasis pangan lokal sebagai bagian dari program gizi masyarakat yang terstruktur dan berkesinambungan, dengan dukungan sumber daya manusia dan anggaran yang memadai.

4. Pemerintah daerah: Diharapkan merumuskan kebijakan yang mendukung pemanfaatan pangan lokal dalam program perbaikan gizi balita, termasuk penyediaan akses terhadap bahan pangan lokal bergizi dan pengembangan panduan pengolahan pangan lokal yang kontekstual.

5. Peneliti selanjutnya: Diharapkan mengembangkan penelitian lanjutan dengan menggunakan desain Randomized Controlled Trial (RCT) dengan kelompok kontrol, memperluas cakupan geografis, serta menambahkan pengukuran status gizi balita (BB/U, TB/U) sebagai outcome klinis untuk memvalidasi efektivitas jangka panjang program.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh responden penelitian yang telah berpartisipasi, kepada Kepala Desa Karang Rejo dan kader posyandu yang telah memberikan dukungan dan fasilitas selama pelaksanaan penelitian, serta kepada Dinas Kesehatan setempat atas izin dan koordinasi yang diberikan. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada Program Studi Kebidanan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai atas dukungan akademik dan institusional selama proses penelitian ini berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2022). Pengantar Gizi Masyarakat (Edisi Revisi). Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Anggraini, D. I., & Rahayu, T. (2023). Efektivitas edukasi gizi berbasis pangan lokal terhadap status gizi balita di wilayah pedesaan. Jurnal Gizi Indonesia, 11(2), 87-96. https://doi.org/10.14710/jgi.11.2.87-96

Azwar, S. (2022). Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya (Edisi ke-3). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Bappenas. (2021). Rencana Aksi Nasional Pangan dan Gizi 2021-2024. Jakarta: Badan Perencanaan Pembangunan Nasional.

Christanto, A., Susanti, R., & Dewi, N. K. (2022). Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi balita di Posyandu Kecamatan X. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 17(1), 12-20.
Dewi, S. A., & Suryani, I. (2022). Selfcare capacity ibu dalam penanganan masalah gizi balita berbasis pangan lokal. Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional, 7(2), 101-110.
Dinas Kesehatan Provinsi Riau. (2023). Profil Kesehatan Provinsi Riau Tahun 2023. Pekanbaru: Dinkes Riau.
Fajriana, A., & Buanasita, A. (2022). Faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian gizi kurang pada balita. Media Gizi Indonesia, 13(2), 145-154. https://doi.org/10.20473/mgi.v13i2.145-154
Hidayat, T. S., Prihatini, S., & Indriyani. (2022). Potensi pangan lokal sebagai sumber gizi untuk pemenuhan kebutuhan balita. Penelitian Gizi dan Makanan, 45(1), 33-44.
Isnaeni, D. N., Wulandari, S., & Fitriyani, E. (2023). Pengaruh pendidikan gizi berbasis pemberdayaan keluarga terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam pemberian makan balita. Jurnal Gizi Klinik Indonesia, 20(1), 1-10. https://doi.org/10.22146/ijcn.v20i1
Kemenkes RI. (2021). Pedoman Gizi Seimbang untuk Balita. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
Kemenkes RI. (2022). Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
Kemenkes RI. (2023). Profil Kesehatan Indonesia 2022. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
Kurniati, D., & Mulyani, S. (2021). Pengaruh intervensi selfcare terhadap kemandirian ibu dalam perawatan balita dengan gizi kurang. Jurnal Keperawatan Anak, 9(1), 45-53.
Lestari, W., Margawati, A., & Rahfiludin, M. Z. (2022). Determinan kejadian gizi kurang pada balita di daerah pedesaan. Jurnal Gizi dan Pangan, 17(3), 155-164.
Mardilah, L., & Utami, S. (2023). Pemberdayaan ibu dalam memanfaatkan pangan lokal untuk pencegahan stunting. Jurnal Kebidanan Malahayati, 9(2), 312-321.
Notoatmodjo, S. (2021). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
Nursalam. (2021). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan (Edisi 5). Jakarta: Salemba Medika.
Permatasari, T. A. E., Fikawati, S., & Syafiq, A. (2021). Efektivitas intervensi gizi berbasis komunitas dalam menurunkan prevalensi gizi kurang pada balita. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional, 16(2), 88-97.
Pratiwi, D. I., Handayani, S., & Kurnia, D. (2022). Intervensi selfcare berbasis pangan lokal untuk perbaikan status gizi balita di Jawa Tengah. Jurnal Riset Kesehatan, 11(1), 55-63.
Rahmawati, N., & Lestari, Y. (2021). Efektivitas pendidikan kesehatan berbasis selfcare terhadap pengetahuan ibu tentang pemberian makan balita usia 6-24 bulan. Jurnal Ilmu Kebidanan, 10(2), 73-81.
Sari, E. N., Puspitasari, D., & Irnani, H. (2022). Nilai gizi pangan lokal dan potensinya dalam pemenuhan kebutuhan gizi balita di daerah terpencil. Jurnal Penelitian Gizi dan Makanan, 45(2), 89-102.
Sulistyawati, A., Widyawati, M. N., & Rahmawati, I. (2022). Efektivitas metode edukasi partisipatif berbasis komunitas dalam meningkatkan pengetahuan gizi ibu balita. Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah, 18(1), 1-11.
UNICEF. (2022). The State of the World's Children 2022: Nutrition. New York: UNICEF.
Wahyuni, S., Cahyani, M., & Agustin, M. (2023). Program intervensi gizi berbasis selfcare dalam meningkatkan pengetahuan dan praktik pemberian makan bayi dan anak. Jurnal Keperawatan dan Kebidanan Aisyiyah, 19(1), 23-33.
WHO. (2023). Global Nutrition Report 2023. Geneva: World Health Organization.
Widyawati, M. N., Sulistyawati, A., & Mawarti, R. (2022). Evaluasi program pemberdayaan orang tua dalam pemanfaatan pangan lokal untuk penanganan gizi kurang balita. Jurnal Kebidanan, 12(1), 41-52.
Yuliati, A., Hendrawati, S., & Wahyuningsih, M. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi pemanfaatan pangan lokal oleh ibu balita gizi kurang di daerah pedesaan. Jurnal Riset Gizi, 9(2), 81-90.