



PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP *SELF-EFFICACY* IBU DALAM PENCEGAHAN STUNTING PADA BALITA

The Influence of Nutrition Education on Mothers' Self-efficacy in Preventing Stunting in Toddlers

Dewi Kartika Sari

Akademi Gizi Karya Husada Kediri

Email: dewicandrakartikasari@gmail.com

ABSTRAK

Stunting adalah masalah kesehatan yang banyak dihadapi oleh balita di Indonesia dan dipengaruhi oleh kurangnya asupan gizi yang memadai. Ibu sebagai pengasuh utama memiliki peran kunci dalam memastikan kecukupan gizi balita, namun pengetahuan gizi yang rendah sering kali menghambat upaya pencegahan stunting. *Self-efficacy* atau keyakinan ibu dalam kemampuannya melakukan pencegahan stunting dapat ditingkatkan melalui edukasi gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengukur pengaruh edukasi gizi terhadap peningkatan *Self-efficacy* ibu dalam upaya pencegahan stunting pada balita. Penelitian menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan *one group pre-test post-test*. Populasi adalah seluruh ibu balita usia 6-24 bulan yang berkunjung di *Miracle Baby Care* di bulan September 2024 dan didapatkan sampel 31 ibu yang memiliki balita usia 6-24 bulan, dipilih menggunakan metode *accidental sampling* dan semua responden menerima edukasi gizi terkait stunting melalui penyuluhan menggunakan media leaflet selama 45 menit. Pengukuran *Self-efficacy* dengan *General Self-efficacy Scale* (GSES) yang sudah dimodifikasi dilakukan sebelum dan sesudah edukasi menggunakan kuesioner. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon*. Menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam *Self-efficacy* ibu setelah diberikan edukasi gizi p value < 0,000 dan α sebesar 0,05 dimana menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dalam tingkat *Self-efficacy* sebelum dan setelah intervensi pendidikan gizi. Edukasi gizi efektif dalam meningkatkan *Self-efficacy* ibu terkait pencegahan stunting pada balita. Program edukasi gizi yang berkelanjutan perlu diterapkan untuk membantu ibu dalam menjaga kecukupan gizi anak.

Kata kunci : Edukasi gizi, *Self-efficacy*, stunting, balita

ABSTRACT

Stunting is a health issue commonly faced by toddlers in Indonesia and is influenced by inadequate nutritional intake. Mothers, as the primary caregivers, play a key role in ensuring the nutritional adequacy of toddlers; however, low nutritional knowledge often hinders efforts to prevent stunting. Self-efficacy, or a mother's belief in her ability to prevent stunting, can be improved through nutrition education. This study aims to measure the impact of nutrition education on increasing mothers' Self-efficacy in preventing stunting in toddlers. The study employed a pre-experimental design with a one-group pre-test post-test approach. The population included all mothers with toddlers aged 6-24 months who visited Miracle Baby Care in September 2024, with a sample of 31 mothers with toddlers aged 6-24 months selected using accidental sampling. All respondents received nutrition education on stunting through a 45-minute counseling session using

Article History:

Received: October 11, 2024; Revised: October 16, 2024; Accepted: October 28, 2024



leaflet media. Self-efficacy was measured using the modified General Self-efficacy Scale (GSES) before and after the education using a questionnaire. Data were analyzed using the Wilcoxon test. The findings showed a significant increase in mothers' Self-efficacy after receiving nutrition education, with a p-value < 0.000 and an alpha level of 0.05, indicating a significant difference in Self-efficacy levels before and after the nutrition education intervention. Nutrition education is effective in enhancing mothers' Self-efficacy related to stunting prevention in toddlers. Continuous nutrition education programs should be implemented to support mothers in maintaining the nutritional adequacy of their children.

Key words: Nutritional education, Self-efficacy, stunting, toddlers

PENDAHULUAN

Stunting didefinisikan sebagai kegagalan untuk tumbuh, menghasilkan tinggi badan yang di bawah kisaran yang diharapkan untuk usia anak (Ayukarningsih et al., 2024). Penyebab utama termasuk gizi yang tidak memadai, sanitasi yang buruk, dan faktor sosial ekonomi, terutama selama 1.000 hari pertama kehidupan (Handayani et al., 2024) (Yuliarni et al., 2023). Pengetahuan memiliki juga pengaruh signifikan terhadap peningkatan efikasi diri dalam pencegahan stunting, terutama di kalangan ibu. Berbagai studi menunjukkan bahwa peningkatan pemahaman ibu tentang nutrisi dan stunting berkaitan erat dengan peningkatan perilaku dan praktik yang dapat mencegah stunting. Sebagai contoh, program pendidikan gizi berbasis komunitas menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan ibu, yang selanjutnya memperbaiki praktik pemberian makan untuk balita (Emaniar et al., 2023). Selain itu, modul pelatihan yang berfokus pada aspek nutrisi dan stimulasi psikososial terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pengasuh, sehingga mendorong dukungan yang lebih baik untuk pencegahan stunting (Mulyanti et al., 2023). Selanjutnya, penelitian juga menyoroti hubungan langsung antara pengetahuan ibu dan perilaku mereka dalam pencegahan stunting, menekankan pentingnya pendidikan dalam memberdayakan ibu (Syahputra et al., 2023).

Secara global, sekitar 149 juta anak di bawah lima tahun mengalami kerdil, dengan Indonesia melaporkan prevalensi 21,6% pada tahun 2022 (Umrah et al., 2024). Berdasarkan Studi Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2021, prevalensi stunting di Indonesia pada tahun 2019 adalah 27,7%, yang kemudian meningkat menjadi 31,8% pada tahun 2020, dan kembali menurun menjadi 24,4% pada tahun 2021. Meskipun terjadi penurunan, angka ini masih belum mencapai target penurunan stunting yang ditetapkan oleh pemerintah dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024, yaitu sebesar 14% pada tahun 2024 (Lestari, Samidah, & Diniarti, 2023).

Menurut data World Health Organization (WHO) tahun 2020, Indonesia menempati posisi kedua tertinggi di Asia Tenggara dalam hal prevalensi stunting pada balita, dengan angka 31,8%. Timor Leste berada di posisi pertama dengan 48,8%, diikuti oleh Laos dengan 30,2%, dan Kamboja di urutan keempat dengan 29,9%. Sementara itu, Singapura memiliki angka stunting terendah di kawasan ini, yaitu hanya 2,8%.

Data dari Penentuan Status Gizi (PSG) tahun 2016 mencatat prevalensi stunting di Indonesia sebesar 27,5%, sedangkan WHO menetapkan batas maksimal yang ideal di bawah 20%. Di Indonesia, sekitar 8,9 juta anak

Article History:

Received: October 11, 2024; Revised: October 16, 2024; Accepted: October 28, 2024



diperkirakan terdampak stunting, dengan sepertiga balita memiliki tinggi badan di bawah rata-rata. Sebanyak 30,8% balita mengalami stunting, dengan prevalensi yang lebih tinggi pada anak berusia lebih dari 12 bulan dibandingkan dengan yang berusia di bawah 12 bulan. Hal ini disebabkan oleh peningkatan kebutuhan gizi yang diperlukan seiring bertambahnya usia untuk mendukung pembakaran energi.

Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021, prevalensi stunting nasional mengalami penurunan rata-rata 1,6% per tahun, dari 27,7% pada 2019 menjadi 24,4% pada 2021. Hampir semua provinsi di Indonesia menunjukkan penurunan prevalensi stunting dibandingkan dengan tahun 2019 (Asmin, Djoko, & Mainase, 2022). Stunting sangat merusak kemampuan kognitif pada anak usia dini, menghambat kapasitas anak-anak untuk berpikir dan memahami lingkungan mereka. Defisit kognitif ini dapat menyebabkan kinerja akademik yang buruk di kemudian hari (Jarrah et al., 2024) (Dewi et al., 2024).

Pada survey pendahuluan yang dilakukan di Miracle Baby Care pada bulan Agustus 2024, dari 20 ibu yang datang untuk melakukan pijat bayi, ditemukan bahwa 14 ibu (70%) belum memiliki pengetahuan yang memadai tentang stunting. Kurangnya informasi ini juga berdampak pada rendahnya keyakinan mereka dalam melakukan upaya pencegahan stunting. Anak-anak dengan stunting mengalami kegagalan pertumbuhan, yang dapat mengakibatkan masalah kesehatan kronis seperti obesitas, diabetes, dan penyakit kardiovaskular di masa dewasa. Intervensi dini sangat penting, karena efek stunting dapat menjadi ireversibel jika tidak ditangani dengan cepat (Setyaningsih et al., 2024) (Grathima et al., 2024).

Deteksi dini melalui pengukuran antropometri sangat penting untuk mengelola stunting (Ayukarningsih et al., 2024). Pendidikan dan intervensi masyarakat, seperti konseling keluarga dan program gizi, telah menunjukkan hasil positif dalam mengurangi tingkat stunting (Umrah et al., 2024). Pendidikan kesehatan gizi anak usia dini secara efektif meningkatkan pengetahuan pengasuh, yang mengarah pada praktik pemberian makan yang lebih baik dan mengurangi prevalensi stunting (Sukmawati et al., 2023). Upaya kolaboratif di antara para pemangku kepentingan meningkatkan implementasi program nutrisi, memastikan pendekatan holistik untuk pencegahan stunting (Sukmawati et al., 2023).

Pendidikan gizi memainkan peran penting dalam meningkatkan efikasi diri di antara ibu, yang sangat penting untuk mencegah stunting pada anak-anak. Penelitian menunjukkan bahwa program pendidikan yang ditargetkan secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan praktik ibu mengenai nutrisi, yang mengarah pada hasil kesehatan yang lebih baik untuk anak-anak mereka. Sebuah uji coba terkontrol secara acak menunjukkan bahwa ibu yang berpartisipasi dalam program pendidikan gizi menunjukkan peningkatan pengetahuan dan efikasi diri, menghasilkan praktik pemberian makanan pendamping yang lebih baik dan mengurangi tingkat stunting pada anak-anak mereka (Mardani et al., 2024). Studi lain menyoroti efektivitas pendekatan "Isi Piring Saya", yang mendidik ibu tentang nutrisi seimbang, yang mengarah pada peningkatan yang signifikan dalam pemahaman mereka tentang kebutuhan diet untuk balita (Sa'diyah et al., 2024). Sebuah studi kuasi-eksperimental menemukan bahwa promosi pencegahan stunting terstruktur secara efektif meningkatkan pengetahuan ibu, sehingga meningkatkan efikasi diri mereka dalam mengelola nutrisi anak-anak (Mustikawati et al., 2024).

Self-efficacy memiliki peran penting dalam pencegahan stunting, terutama melalui pemberdayaan ibu dan remaja untuk mengadopsi perilaku yang lebih sehat. Penelitian menunjukkan bahwa peningkatan *self-efficacy* dapat



meningkatkan praktik nutrisi dan kesadaran kesehatan, yang sangat krusial dalam upaya mengatasi stunting. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan kesehatan mental secara signifikan meningkatkan *self-efficacy* ibu, yang berujung pada perbaikan perilaku terkait nutrisi dan penurunan risiko stunting (Sriyanah et al., 2023). Peningkatan *self-efficacy* di kalangan ibu juga berkorelasi dengan perbaikan dalam praktik menyusui serta peningkatan kesadaran tentang nutrisi anak (Sriyanah et al., 2023). Dengan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang Pengaruh Edukasi Gizi terhadap *Self-Efficacy* Ibu dalam Pencegahan Stunting pada Balita.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan *one-group pre-test post-test*, di mana pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok yang sama. Populasi penelitian mencakup semua ibu yang memiliki balita berusia 6-24 bulan yang mengunjungi *Miracle Baby Care* di Kecamatan Udanawu Kabupaten Blitar pada bulan September 2024. Dari populasi tersebut didapatkan sampel sebanyak 31 ibu dengan balita berusia 6-24 bulan menggunakan metode *accidental sampling*. Semua responden menerima edukasi gizi mengenai stunting melalui sesi penyuluhan menggunakan media leaflet yang berlangsung selama 45 menit. Pengukuran *self-efficacy* dilakukan dengan menggunakan *General Self-Efficacy Scale* (GSES) yang telah dimodifikasi serta telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Pengukuran *self-efficacy* ini dilakukan baik sebelum maupun sesudah intervensi. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon* untuk melihat perubahan yang signifikan dalam *self-efficacy* sebelum dan sesudah intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Karakteristik Responden Penelitian

| | Karakteristik | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|--------------------|---------------|---------------|----------------|
| Usia | 20 | 1 | 3.2 |
| | 20-35 | 23 | 74.2 |
| | >35 | 7 | 22.6 |
| Pekerjaan | IRT | 23 | 74.2 |
| | Swasta | 6 | 19.4 |
| | Wiraswasta | 2 | 6.5 |
| Penghasilan | Menengah | 7 | 22.6 |
| | Tinggi | 24 | 77.4 |
| Total | | 31 | 100 |

Tabel 1 di atas menunjukkan karakteristik responden yang berfokus pada usia, pekerjaan, dan penghasilan. Dari segi usia, mayoritas responden berada dalam rentang usia 20-35 tahun, dengan 23 ibu (74,2%) termasuk dalam kelompok ini, sementara hanya 1 ibu (3,2%) berusia 20 tahun dan 7 ibu (22,6%)

Article History:

Received: October 11, 2024; Revised: October 16, 2024; Accepted: October 28, 2024



berusia di atas 35 tahun. Dalam hal pekerjaan, sebagian besar responden adalah ibu rumah tangga (IRT), yang mencakup 23 orang (74,2%), diikuti oleh 6 ibu (19,4%) yang bekerja di sektor swasta dan 2 ibu (6,5%) yang berwirausaha. Mengenai penghasilan, 24 responden (77,4%) berasal dari kategori penghasilan tinggi, sementara 7 ibu (22,6%) memiliki penghasilan menengah.

Tabel 2 Self Efficacy Ibu dalam pencegahan Stunting sebelum Intervensi

| <i>Self Efficacy</i> | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|----------------------|---------------|----------------|
| Kurang | 8 | 25.8 |
| Cukup | 22 | 71.0 |
| Baik | 1 | 3.2 |
| Total | 31 | 100.0 |

Berdasarkan Tabel 2, sebelum dilakukan intervensi, *self-efficacy* dalam pencegahan stunting pada ibu balita di Miracle Baby Spa sebagian besar berada dalam kategori cukup. Sebanyak 22 orang (71,0%) dari 31 ibu memiliki tingkat *self-efficacy* yang cukup. Sementara itu, terdapat 8 orang (25,8%) yang berada dalam kategori kurang, dan hanya 1 orang (3,2%) yang memiliki tingkat *self-efficacy* yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum menerima edukasi gizi, mayoritas ibu masih belum sepenuhnya yakin terhadap kemampuannya dalam mencegah stunting.

Sebelum mendapatkan edukasi gizi, *self-efficacy* ibu dalam pencegahan stunting seringkali berada pada tingkat yang rendah, yang berdampak signifikan terhadap asupan nutrisi dan pertumbuhan anak. Penelitian menunjukkan bahwa banyak ibu masih kekurangan pengetahuan yang cukup tentang nutrisi seimbang, yang merupakan kunci utama dalam mencegah stunting. Hal ini sejalan dengan sebuah studi mencatat bahwa skor pengetahuan sebelum pendidikan hanya mencapai 51,56%, namun meningkat menjadi 74,9% setelah diberikan pendidikan (Sa'diyah et al., 2024). Penelitian lainnya juga menunjukkan peningkatan dari 58,82% menjadi 83,53% pada persentase ibu dengan pengetahuan yang baik setelah intervensi pendidikan kesehatan (Faizi et al., 2022). Selain itu, ibu dari anak yang mengalami stunting awalnya memiliki tingkat pengetahuan yang lebih rendah (73,3%) dibandingkan ibu dari anak dengan pertumbuhan normal (77%), menunjukkan pentingnya program pendidikan yang terfokus (Sari, 2021). Temuan ini menekankan perlunya peningkatan *self-efficacy* melalui pendidikan berkelanjutan untuk memberdayakan ibu dalam mencegah stunting.

Self-efficacy atau keyakinan diri ibu dalam pencegahan stunting seringkali masih rendah sebelum mereka mendapatkan edukasi gizi. Rendahnya tingkat pengetahuan ini berdampak negatif pada kemampuan mereka untuk memberikan nutrisi yang memadai bagi anak-anak mereka, yang berkontribusi terhadap risiko stunting. Penelitian menunjukkan bahwa intervensi berupa edukasi gizi secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan dan *self-efficacy* ibu, yang pada gilirannya berpengaruh positif terhadap praktik pemberian nutrisi dan pencegahan stunting. Oleh karena itu, program edukasi yang berkelanjutan dan terarah sangat

Article History:

Received: October 11, 2024; Revised: October 16, 2024; Accepted: October 28, 2024



penting dalam memberdayakan ibu untuk mengambil peran aktif dalam mencegah stunting dan meningkatkan kesehatan anak.

Tabel 3 Self Efficacy Ibu dalam pencegahan Stunting setelah Intervensi

| <i>Self Efficacy</i> | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|----------------------|---------------|----------------|
| Cukup | 8 | 25.8 |
| Baik | 23 | 74.2 |
| Total | 31 | 100.0 |

Setelah intervensi seperti yang ditunjukkan dalam Tabel 3, terdapat perubahan signifikan dalam tingkat *self-efficacy* ibu. Sebanyak 23 orang (74,2%) kini berada dalam kategori baik, menandakan peningkatan kepercayaan diri dalam melakukan pencegahan stunting. Sementara itu, 8 orang (25,8%) masih berada pada kategori cukup, dan tidak ada lagi ibu yang termasuk dalam kategori kurang. Hasil ini mengindikasikan bahwa edukasi gizi yang diberikan berhasil meningkatkan *self-efficacy* ibu dalam upaya mencegah stunting pada anak balita.

Self-efficacy memiliki peran penting dalam pencegahan stunting, terutama setelah adanya intervensi edukasi gizi. Penelitian menunjukkan bahwa program edukasi ini secara signifikan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan *self-efficacy* di kalangan ibu, yang sangat penting untuk memperbaiki praktik nutrisi. Sebagai contoh, modul edukasi gizi untuk ibu hamil menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan dan sikap, meskipun dampaknya terhadap status gizi masih bervariasi (Yanti et al., 2023). Studi lain di Lesotho juga menemukan bahwa *self-efficacy* wanita terkait kebiasaan makan sehat meningkat secara signifikan setelah intervensi, yang menunjukkan adanya hubungan kuat antara edukasi dan *self-efficacy* (Ranneileng et al., 2023). Selain itu, dukungan kesehatan mental terbukti memberikan dampak positif pada *self-efficacy* ibu dalam mencegah stunting (Sriyanah et al., 2023). Secara keseluruhan, temuan ini menunjukkan bahwa edukasi gizi secara efektif meningkatkan *self-efficacy*, yang sangat penting dalam upaya pencegahan stunting.

Self-efficacy berperan penting dalam upaya pencegahan stunting, dan dapat ditingkatkan secara signifikan melalui intervensi edukasi gizi. Program edukasi gizi terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan *self-efficacy* di kalangan ibu, yang berdampak positif terhadap praktik nutrisi mereka. Meskipun dampaknya terhadap status gizi mungkin bervariasi, peningkatan *self-efficacy* melalui edukasi gizi dan dukungan kesehatan mental menunjukkan adanya potensi besar untuk memberdayakan ibu dalam mencegah stunting. Oleh karena itu, edukasi gizi yang berkelanjutan dan terarah sangat penting untuk mendukung upaya pencegahan stunting secara efektif.

Tabel 4 Hasil Uji Wilcoxon

| | | Posttest | | Total | <i>Negative Ranks: 0</i> <i>Positive Ranks: 25</i> |
|---------|--------|----------|------|-------|---|
| | | Cukup | Baik | | |
| Pretest | Kurang | 3 | 5 | 8 | |

Article History:

Received: October 11, 2024; Revised: October 16, 2024; Accepted: October 28, 2024



| | | | | |
|-------|-------|-------|--------|------------------------|
| | 9.7% | 16.1% | 25.8% | <i>Ties: 6</i> |
| Cukup | 5 | 17 | 22 | <i>P value : 0.000</i> |
| | 16.1% | 54.8% | 71% | <i>Alpha: 0,05</i> |
| Baik | 0 | 1 | 1 | |
| | 0.0% | 3.2% | 3.2% | |
| Total | 8 | 23 | 31 | |
| | 25.8% | 74.2% | 100.0% | |

Hasil yang ditampilkan dalam tabel menunjukkan perubahan *self-efficacy* responden sebelum dan setelah intervensi pendidikan gizi. Dari data tersebut, dapat dilihat bahwa sebelum intervensi, terdapat 8 responden yang memiliki tingkat *self-efficacy* yang kurang (25,8% dari total), di mana 3 responden berada di kategori cukup dan 5 responden di kategori baik. Setelah intervensi, terjadi peningkatan signifikan, dengan 22 responden (71%) menunjukkan *self-efficacy* yang cukup, dan hanya 1 responden (3,2%) yang masih berada di kategori baik. Secara keseluruhan, jumlah responden dengan tingkat *self-efficacy* yang baik setelah intervensi meningkat menjadi 23 orang (74,2%). Dari hasil analisis, terdapat 25 responden yang termasuk dalam kategori **Positive Ranks**, yang menunjukkan bahwa setelah intervensi pendidikan gizi, mereka mengalami peningkatan *self-efficacy*. Ini mencerminkan bahwa mayoritas ibu yang berpartisipasi dalam penelitian ini merasakan peningkatan dalam kepercayaan diri mereka untuk mencegah stunting pada balita. Di sisi lain, terdapat **6 Ties**, yang berarti ada sejumlah responden yang tidak menunjukkan perubahan dalam tingkat *self-efficacy* mereka, baik sebelum maupun setelah intervensi. Ties ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar responden mengalami peningkatan, ada juga yang tetap berada pada tingkat *self-efficacy* yang sama. Uji statistik menunjukkan nilai p value sebesar 0,000 dan alpha: 0,05. Ini mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan dalam tingkat *self-efficacy* sebelum dan setelah intervensi pendidikan gizi. Dengan kata lain, intervensi pendidikan gizi secara efektif meningkatkan *self-efficacy* ibu dalam pencegahan stunting pada balita, yang dapat dilihat dari peningkatan proporsi ibu yang memiliki *self-efficacy* yang cukup dan baik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi edukasi gizi secara signifikan meningkatkan *self-efficacy* ibu dalam pencegahan stunting pada balita. Sebelum intervensi, 25,8% responden berada dalam kategori *self-efficacy* yang kurang, sedangkan setelah intervensi, proporsi tersebut menurun secara signifikan, dengan 71% responden menunjukkan *self-efficacy* yang cukup. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pendidikan gizi memiliki dampak positif terhadap pengetahuan dan perilaku orang tua, yang pada gilirannya meningkatkan kemampuan mereka dalam memberikan nutrisi yang tepat untuk anak-anak mereka (Mardani et al., 2024).

Edukasi gizi yang diberikan dalam penelitian ini tidak hanya memberikan informasi tentang pentingnya gizi seimbang, tetapi juga meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam mengambil keputusan yang berkaitan dengan pemberian makanan yang bergizi. Menurut Sukmawati et al. (2023), pendekatan pendidikan yang terstruktur dapat memperkuat pemahaman dan keterampilan ibu dalam merawat anak, yang berkontribusi pada pengurangan angka stunting. Hal ini relevan mengingat bahwa *self-efficacy* berhubungan erat dengan kemampuan



individu untuk berinteraksi secara efektif dengan lingkungan mereka, termasuk dalam konteks pengasuhan dan pemberian gizi.

Dari analisis data menggunakan uji Wilcoxon, diperoleh nilai p sebesar 0,000, yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat *self-efficacy* sebelum dan setelah intervensi. Nilai p yang sangat kecil ini menunjukkan bahwa perubahan yang terjadi bukanlah hasil kebetulan, melainkan hasil dari intervensi pendidikan gizi yang dilakukan. Hal ini menegaskan bahwa edukasi gizi tidak hanya meningkatkan pengetahuan ibu mengenai nutrisi, tetapi juga berkontribusi pada perubahan perilaku positif di kalangan ibu dalam merawat dan memberi makan anak mereka. Penelitian oleh Ayukarningsih et al. (2024) juga mendukung temuan ini dengan menekankan pentingnya intervensi pendidikan dalam menurunkan prevalensi stunting melalui peningkatan pengetahuan gizi.

Sementara itu, terdapat 6 responden yang menunjukkan *Ties*, yang mengindikasikan bahwa meskipun mayoritas responden mengalami peningkatan *self-efficacy*, ada sebagian kecil yang tetap berada pada tingkat *self-efficacy* yang sama. Hal ini mungkin disebabkan oleh berbagai faktor, seperti perbedaan dalam tingkat pemahaman terhadap materi yang diajarkan atau kondisi pribadi yang memengaruhi penerapan pengetahuan yang diperoleh. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa tidak semua individu merespons intervensi edukasi dengan cara yang sama, tergantung pada konteks sosial dan ekonomi mereka (Handayani et al., 2024; Jariah et al., 2024). Ini menggaris bawahi pentingnya penyesuaian program pendidikan gizi agar lebih sesuai dengan kebutuhan spesifik masing-masing individu dan komunitas.

Intervensi edukasi Gizi telah terbukti secara efektif meningkatkan pengetahuan tentang pilihan diet sehat, yang pada gilirannya meningkatkan efikasi diri. Misalnya, sebuah penelitian di Zambia menunjukkan bahwa skor efikasi diri peserta meningkat secara signifikan setelah diberi edukasi, menunjukkan kepercayaan yang lebih besar dalam membuat keputusan terkait kesehatan (Mukherjee et al., 2023). Edukasi gizi dapat menyebabkan perubahan perilaku positif, seperti peningkatan kebiasaan makan dan peningkatan aktivitas fisik, yang berkontribusi pada rasa agensi. Di Iran, sebuah program yang menargetkan siswa perempuan menghasilkan peningkatan yang signifikan dalam efikasi diri terkait dengan perilaku diet (Kia et al., 2017).

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi gizi yang terencana dan terarah dapat menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan *self-efficacy* ibu, yang pada gilirannya dapat berkontribusi pada pencegahan stunting pada balita. Oleh karena itu, disarankan agar program edukasi gizi diimplementasikan secara berkelanjutan dan diperluas ke berbagai komunitas, dengan mempertimbangkan kebutuhan spesifik ibu dan anak untuk mencapai hasil yang lebih baik dalam kesehatan anak (Umrah et al., 2024). Penerapan yang konsisten dan berkelanjutan dari edukasi gizi dapat membantu meningkatkan pemahaman dan kemampuan ibu dalam memberikan gizi yang memadai bagi anak-anak mereka, yang merupakan langkah penting dalam mengatasi masalah stunting.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pemberian edukasi gizi efektif dalam meningkatkan *self-efficacy* ibu dalam pencegahan stunting pada balita. Disarankan agar program edukasi gizi diterapkan

Article History:

Received: October 11, 2024; Revised: October 16, 2024; Accepted: October 28, 2024



secara berkelanjutan di berbagai wilayah untuk membantu ibu meningkatkan keterampilannya dalam pencegahan stunting. Penelitian lebih lanjut dapat dilakukan dengan melibatkan lebih banyak responden dan durasi edukasi yang lebih panjang untuk melihat pengaruh jangka panjang dari peningkatan self-efficacy terhadap status gizi balita.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh civitas akademika di Akademi Gizi Karya Husada Pare dan Tim dari Miracle Baby Care yang telah memberi dukungan dan kontribusi terhadap penelitian ini, sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade, Emaniar, Emaniar., Nabila, Shafira, Octafania., Achmad, Buchori., Diah, Anggraeni., Rachma, Widyawati, Widyawati., Anastasya, Yushinta, Mawardhani., Derina, Fuji, Astuti., Rifa, Safitri, Anggrena., A., S., Mia, Roosana, Roosana., Yuliana, Dwi, Kurniawati., Belinda, Dian, Septianingrum., Vilda, Ana, Veria, Setyawati. (2023). 2. Increasing maternal knowledge in preventing stunting through community-based nutrition education. *Advance Sustainable Science, Engineering and Technology (ASSET)*, doi: 10.26877/asset.v5i2.16252
- Adjeng, Permana, Dewi., Adinda, Rahmadini., Julia, Setiawati., Anisatu, Zulkhistingtias, Wakhidah. (2024). Analisis Dampak, Solusi serta Pencegahan Stunting: Literature Riview. *Jurnal Riset Gizi*, doi: 10.31983/jrg.v12i1.10943.
- Andi, Sitti, Umrah., Ummi, Kalsum, Marwan., Patmahwati, Patmahwati., Sri, Rahayu, Amri., Juliani., Andi, Kasrida, Dahlan., Ayu, Pertiwi., Melinda. (2024). Percepatan Penurunan Stunting Melalui Konseling Keluarga dan Pemberian Makanan Tambahan Pada Balita Stunting. *JPM: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, doi: 10.47065/jpm.v4i3.1617.
- Asmin, E., Djoko, S., & Mainase, J. (2022). Stunting and Body Mass Index of 0-5 Years Old Children. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 19-24. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.690>.
- Dewi, S., Jariah, R., & Pranata, A. (2024). Impact of Stunting on Cognitive Development in Early Childhood. *Jurnal Ilmu Kesehatan Anak*, 12(3), 89-96.
- Dhani, Syahputra., Ida, Yustina., Siti, Nurmaini., Kintoko, Rochadi., Fikarwin, Zuska. (2023). 4. The correlation of mother's knowledge and mother's behavior in stunting prevention efforts in tuntungan village 2 deli serdang regency. *International Journal of Midwifery Research*, doi: 10.47710/ijmr.v3i1.48
- Dwipa, Handayani., Ozzi, ardhiyanto., Muhammad, Assegaf, Raja, Kusumah., Ali, Asghor., Ardiansyah, Dwidayanto., Kelvin, Kurniawan., Dwi, Nafianto., Fikki, Arsyi, Nur, Fadilah., Arya, Panca, Pamungkas., Muhammad, Fahmi, Fadhillah., Muhammad, Rafli, Alta, Zahir. (2024). Penerapan Aplikasi Stunting Pada Posyandu Kenanga Sebagai Gerakan Masyarakat Sadar Stunting. *Journal of Computer Science Contributions*, doi: 10.31599/fa5vx492.
- Eishca, Fanani, Grathima., Esti, Yunitasari., Retno, Indarwati. (2024). Dampak Intervensi Complementary Food pada Anak dalam Pencegahan Stunting. *Journal of Telenursing (Joting)*, doi: 10.31539/joting.v6i1.9024.

Article History:

Received: October 11, 2024; Revised: October 16, 2024; Accepted: October 28, 2024



- Ellyzabeth, Sukmawati., Kartini, Marzuki., Ardiana, Batubara., Nur, Afifah, Harahap., Efendi, Efendi., Pius, Weraman. (2023). The Effectiveness of Early Childhood Nutrition Health Education on Reducing the Incidence of Stunting. *Jurnal PGPAUD Tambusai STKIP Pahlawan Tuanku Tambusai Riau*, doi: 10.31004/obsesi.v7i4.4846.
- Gadis, Meinari, Sari. (2021). 4. Early Stunting Detection Education as an Effort to Increase Mother's Knowledge about Stunting Prevention. doi: 10.20473/FMI.V57I1.23388
- Halimatus, Sa'diyah., Ainassabih, Liwani, Syarafina., Dzuhri, Ananda, Firdaus., Michelle, Murti. (2024). Stunting prevention: balanced nutrition education, fill my plate, and complementary food variations for breast milk. *Abdimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat Universitas Merdeka Malang*, doi: 10.26905/abdimas.v9i2.12306.
- Intan, Silviana, Mustikawati., Suci, Sri, Endah, Lestari, Mulyanto, Putri., E., Mahadewi., M., F., Muniroh., Mieke, Nurmalasari., Namira, Wadjir, Sangadji. (2024). The effectiveness of stunting prevention promotion to improve mothers' knowledge. *NUSRA: Jurnal Penelitian dan Ilmu Pendidikan*, doi: 10.55681/nusra.v5i1.2263.
- Lestari, R., Samidah, N., & Diniarti, A. (2023). Studi Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI). *Jurnal Nutrisi dan Kesehatan Indonesia*, 10(2), 311-315.
- Mamotsamai, Ranneileng., Mariette, Nel., Corinna, M., Walsh. (2023). 3. Impact of a nutrition education intervention on nutrition-related self-efficacy and locus of control among women in Lesotho. *Frontiers in Public Health*, doi: 10.3389/fpubh.2023.1060119
- Muhammad, Faizi., Nur, Rochmah., Yuni, Hisbiyah., Rayi, Kurnia, Perwitasari., Katherine, Fedora., Nur, Lailatun, Ni'mah. (2022). 2. Effectiveness of Health Education about Stunting Toward Improvement of Community Knowledge. *International journal of scientific advances*, doi: 10.51542/ijscia.v3i5.18
- Nour, Sriyanah., Suradi, Efendi., Imelda, Iskandar., Lili, Purnama., Nofianti., Kens, Napolion., Ayu, Sri., Halmina, Ilyas., Noyumala., Sekolah, Tinggi., Ilmu, Kesehatan, Makassar. (2023). 1. Culture Of Self-Efficacy And Mental Health Against Stop Stunting. *Journal of Namibian Studies : History Politics Culture*, doi: 10.59670/jns.v35i.3518
- Nurul, Jariah., Umikalsum, Arfa., Dyla, Fajhriani, N., Yulia, Novita, Sari., Ulfa, Dwi, Januarti. (2024). Dampak Stunting Terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Cahaya PAUD*, doi: 10.33387/cahayapd.v6i1.7922.
- Pujiati, Setyaningsih., Jumiatur, Jumiatur., Shinta, Ayu, Nani., Shinta, Ika, Sandhi., Desi, Wijayanti, Eko, Dewi. (2024). Kie Pencegahan Stunting pada Ibu Balita di Desa Kebonagung Kecamatan Ngampel Kabupaten Kendal. *Jurnal Kreativitas Pengabdian kepada Masyarakat*, doi: 10.33024/jkpm.v7i5.14454.
- Raden, Ahmad, Dedy, Mardani., Wanhua, Wu., Zuhrotul, Hajri., Zurriyatun, Thoyibah., Henny, Yolanda., Hui-Chuan, Huang. (2024). Effect of a Nutritional Education Program on Children's Undernutrition in Indonesia: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Pediatric Health Care*, doi: 10.1016/j.pedhc.2024.02.006.
- Susan, Viviana., Ratih, Kurniasari. (2024). Effectiveness of nutritional education media for stunting prevention in pregnant women. *Hearty*, doi: 10.32832/hearty.v12i2.6886.

Article History:

Received: October 11, 2024; Revised: October 16, 2024; Accepted: October 28, 2024



- Sri, Mulyanti., Yulia, Lanti, Retno, Dewi., Eti, Poncorini, Pamungkasari. (2023). 3. Effectiveness of Nutrition and Psychosocial Stimulation Modules on Knowledge, Attitude, and Abilities of Stunting Prevention Assistance. doi: 10.37287/picnhs.v4i1.1678
- Sriwiyanti, Yanti., Yunita, Nazarena., Ayu, Meilina. (2023). 1. The Effectiveness Of A Nutritional Education-Based Module For Pregnant Women In Preventing Stunting. Journal of Applied Nursing and Health, doi: 10.55018/janh.v5i2.165
- Totok, Sundoro., Ramadhani, Firmansyah., Eri, Puspitasari. (2024). Pemahaman masyarakat dalam sosialisasi pencegahan stunting pada balita. Hikmayo, doi: 10.56606/hikmayo.v3i1.152.
- Upasana, Mukherjee., John, A., Dawson., Joseph, M, Chalwe., Wilna, Oldewage-Theron. (2023). Effectiveness of a short-term soy nutrition education intervention on nutrition knowledge and self-efficacy scores of rural elderly Zambian women. Nutrition and Healthy Aging, doi: 10.3233/nha-210138.
- World Health Organization (WHO). (2020). Global Stunting Prevalence in Southeast Asia. World Health Organization Reports.
- Yoke, Ayukarningsih., Hindun, Saadah., Mulya, Alif, Kusmayadi., M.Zidan, Ramadhan. (2024). Stunting: early detection with anthropometric measurements and management. doi: 10.54052/jhds.v4n1.p91-104.
- Yuliarni., Shelly, Juliska., Rizka, Amayu., Merry, Afriliana, Sari., Muhammad, Alamsyah., Ahmad, Azwin, Fadhlan., Hamzah, Hasyim. (2023). Stunting as a Health Problem in Developing Countries: A Systematic Literature Review. Community Medicine and Education Journal, doi: 10.37275/cmej.v4i3.403

Article History:

Received: October 11, 2024; Revised: October 16, 2024; Accepted: October 28, 2024