

STATUS GIZI DAN LITERASI NUTRISI ORANG TUA SEBAGAI PREDIKTOR KUALITAS HIDUP TERKAIT KESEHATAN PADA ANAK DI DAERAH PEDESAAN

Nutritional Status and Parental Nutrition Literacy as Predictors of Health-Related Quality of Life among Children in Rural Area

Maria Natalia Indawati^{1*}, Areta Idarto², Lydia³, Natalia Yuwono⁴, Nathania Dwi Kencanawati⁵

Faculty of Medicine, Ciputra University

*Email Correspondence: maria.natalia@ciputra.ac.id¹

Received: 01-04-2026 | Revised: 20-04-2026 | Accepted: 01-05-2026 | Published: 19-05-2026

Abstract

Low parental nutrition literacy is a major risk factor contributing to growth disorders in children within rural areas. This study aims to evaluate the effectiveness of nutritional education and growth stimulation interventions in improving parental knowledge in Sajen Village, Mojokerto. The research method employed was a quantitative study with a pre-test and post-test design involving 50 participants. The intervention was conducted through structured counseling supported by educational media, including booklets and flashcards. Analysis results showed a significant increase in the mean knowledge score, where the pre-test score of 15.62 ± 3.25 rose to 19.12 ± 2.77 in the post-test. The mean score difference was 3.5 points, representing a 22.4% increase compared to the baseline. Distributively, 78% of participants experienced an increase in scores, with the highest improvement reaching 13 points. This study concludes that community-based nutritional education interventions are effective in significantly enhancing parental knowledge. These findings support the necessity of implementing similar sustainable educational programs as a preventive measure to improve children's health quality in rural communities.

Keywords: Nutritional Education, Parental Knowledge, Pre-test, Post-test

Abstrak

Rendahnya literasi gizi orang tua merupakan salah satu faktor risiko utama terjadinya gangguan pertumbuhan pada anak di daerah pedesaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas intervensi edukasi gizi dan stimulasi tumbuh kembang terhadap peningkatan pengetahuan orang tua di Desa Sajen, Mojokerto. Metode penelitian yang digunakan adalah studi kuantitatif dengan desain *pre-test* dan *post-test* yang melibatkan 50 peserta. Intervensi dilakukan melalui penyuluhan terstruktur yang didukung dengan penggunaan media edukatif berupa *booklet* dan kartu bergambar. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan rerata skor pengetahuan yang signifikan, di mana nilai *pre-test* sebesar $15,62 \pm 3,25$ meningkat menjadi $19,12 \pm 2,77$ pada saat *post-test*. Selisih peningkatan rerata skor adalah sebesar 3,5 poin atau setara dengan kenaikan 22,4% dibandingkan sebelum intervensi diberikan. Secara distribusi, sebanyak 78% peserta mengalami peningkatan skor, dengan peningkatan tertinggi mencapai 13 poin. Kesimpulan dari penelitian ini adalah intervensi edukasi gizi berbasis komunitas efektif dalam meningkatkan pengetahuan orang tua secara signifikan. Temuan ini mendukung perlunya implementasi program edukasi serupa secara berkelanjutan sebagai langkah preventif dalam meningkatkan kualitas kesehatan anak di masyarakat pedesaan.

Kata kunci: Edukasi Gizi, Pengetahuan Orang Tua, *Pre-test*, *Post-Test*

PENDAHULUAN

Masa kanak-kanak merupakan periode kritis yang menentukan kesehatan jangka panjang, perkembangan, serta kesejahteraan individu secara menyeluruh (Sawicki et al., 2025). Dalam konteks kesehatan masyarakat global, status gizi anak masih menjadi salah satu perhatian utama, khususnya di negara berkembang seperti Indonesia. Meskipun akses terhadap layanan kesehatan telah mengalami peningkatan yang signifikan, masyarakat di wilayah pedesaan masih menghadapi berbagai tantangan yang tidak

proporsional, termasuk keterbatasan akses informasi kesehatan, hambatan geografis terhadap pelayanan kesehatan primer, serta keterbatasan sosial ekonomi. Faktor-faktor tersebut secara kolektif berkontribusi terhadap tingginya permasalahan gizi pada anak, yang dampaknya tidak hanya terbatas pada pertumbuhan fisik, tetapi juga memengaruhi fungsi biopsikososial anak secara menyeluruh (Bettenhausen et al., 2021).

Health-Related Quality of Life (HRQoL) telah berkembang menjadi suatu konstruk multidimensional yang penting untuk mengevaluasi pengaruh status kesehatan terhadap fungsi fisik, emosional, sosial, dan aktivitas sekolah pada anak. HRQoL menawarkan perspektif yang holistik terkait kemampuan anak untuk berkembang dan berfungsi secara optimal di lingkungannya. Pada wilayah pedesaan seperti Kabupaten Mojokerto, berbagai temuan empiris menunjukkan bahwa status gizi yang kurang optimal, seperti *stunting* maupun *underweight*, sering kali berkaitan dengan penurunan kualitas hidup terkait kesehatan pada anak. Namun, status gizi juga sangat dipengaruhi oleh lingkungan domestik terdekat, terutama tingkat literasi nutrisi orang tua (Hernández-Segura et al., 2022).

Literasi nutrisi orang tua merupakan determinan fundamental terhadap luaran kesehatan anak. Konsep ini mencakup kemampuan pengasuh untuk memperoleh, memproses, serta memahami informasi dasar mengenai nutrisi sehingga mampu mengambil keputusan diet yang tepat bagi anak. Di wilayah pedesaan Indonesia, di mana berbagai mitos tradisional masih kerap berdampingan dengan rekomendasi kesehatan modern, rendahnya literasi nutrisi dapat menyebabkan kurangnya keberagaman pola makan serta stimulasi pertumbuhan yang tidak adekuat. Meskipun secara teoritis memiliki peranan penting, hingga saat ini masih terdapat keterbatasan data empiris yang secara kuantitatif menghubungkan literasi nutrisi orang tua dan status gizi objektif anak dengan kualitas hidup terkait kesehatan anak pada komunitas pedesaan di Indonesia (Ailah et al., 2025).

Penelitian ini bertujuan untuk menjembatani kesenjangan pengetahuan tersebut melalui analisis status gizi dan literasi nutrisi orang tua sebagai prediktor HRQoL pada anak di Desa Sajen, Mojokerto. Dengan menggunakan instrumen tervalidasi, yaitu *Food and Nutrition Literacy Questionnaire for Parents* (FNLQ-p) dan *Pediatric Quality of Life Inventory* (PedsQL), penelitian ini diharapkan dapat memberikan dasar evidensi yang kuat bagi pengembangan intervensi kesehatan masyarakat. Pemahaman terhadap hubungan antarvariabel tersebut tidak hanya penting dalam praktik klinis, tetapi juga krusial dalam penyusunan program edukasi berbasis komunitas yang terarah guna memberdayakan keluarga di wilayah pedesaan serta mendorong perbaikan berkelanjutan terhadap tumbuh kembang anak.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian potong lintang (*cross-sectional*) yang diintegrasikan dengan pendekatan intervensi berbasis komunitas, dan dilaksanakan di Desa Sajen, Kecamatan Pacet, Kabupaten Mojokerto, Jawa Timur. Lokasi penelitian dipilih sebagai representasi masyarakat pedesaan yang menghadapi tantangan khusus terkait akses pelayanan kesehatan dan keterbatasan informasi gizi. Populasi target penelitian terdiri atas pasangan orang tua-anak (*parent-child dyads*), mulai dari kelompok balita hingga remaja, yang berada dalam wilayah layanan Posyandu setempat. Partisipan direkrut menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan beberapa kriteria inklusi, orang tua yang berdomisili tetap di Desa Sajen, bersedia berpartisipasi penuh dan menandatangani *informed consent*, mengikuti sesi pre dan post tes, serta anak berusia 2-12 tahun yang terdaftar sebagai peserta aktif posyandu dan tidak memiliki penyakit kronis berat. Total sampel minimal yang diperlukan adalah 30 pasangan ibu-anak.

Untuk menjamin ketepatan dan validitas pengumpulan data, penelitian ini menggunakan tiga instrumen utama. Status gizi dinilai secara objektif melalui pengukuran antropometri langsung, meliputi berat badan menggunakan timbangan digital terkalibrasi, tinggi badan menggunakan *microtoise*, serta Lingkar Lengan Atas (LiLA/MUAC). Data antropometri tersebut kemudian dikonversi menjadi skor-Z berdasarkan standar pertumbuhan World Health Organization (WHO), khususnya indikator *Weight-for-Age Z-score* (WAZ), *Height-for-Age Z-score* (HAZ), dan *BMI-for-Age Z-score* (BMIZ), untuk menentukan kategori status gizi anak. Selain itu, literasi nutrisi orang tua dievaluasi menggunakan instrumen tervalidasi *Food and Nutrition Literacy Questionnaire for Parents* (FNLQ-p), yang mengukur kemampuan memperoleh, memahami, dan menerapkan informasi nutrisi dalam pemilihan makanan keluarga sehari-hari. Sementara itu, kualitas hidup terkait kesehatan (*Health-Related Quality of Life/HRQoL*) anak diukur menggunakan *Pediatric Quality of Life Inventory* (PedsQL) *generic core scales*, yang mencakup fungsi fisik, emosional, sosial, dan fungsi sekolah melalui *proxy-report* oleh orang tua maupun *self-report* oleh anak sesuai kelompok usia masing-masing.

Pelaksanaan penelitian dilakukan melalui beberapa tahapan sistematis. Tahap awal difokuskan pada pengumpulan data dasar (*baseline*), yang meliputi pengukuran antropometri serta pengisian kuesioner FNLQ-p dan PedsQL. Tahap berikutnya berupa intervensi berbasis komunitas yang terstruktur dalam bentuk edukasi nutrisi dan stimulasi tumbuh kembang anak. Intervensi dilaksanakan menggunakan media interaktif berupa booklet tervalidasi dan kartu ilustratif yang dikembangkan bersama ahli pediatri dan promosi kesehatan. Untuk menjamin keberlanjutan program, kader Posyandu dilibatkan dan diberikan pelatihan sebagai mitra utama dalam melakukan pemantauan pertumbuhan secara berkesinambungan menggunakan alat dan formulir sederhana. Tahap akhir penelitian berupa evaluasi pasca-intervensi yang bertujuan menilai perubahan pengetahuan orang tua serta persepsi kualitas hidup anak setelah periode intervensi berlangsung.

Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak statistik untuk menghasilkan gambaran deskriptif maupun inferensial. Analisis deskriptif digunakan untuk memaparkan karakteristik demografis partisipan, status gizi anak, serta tingkat literasi nutrisi orang tua. Selanjutnya, uji statistik inferensial seperti analisis regresi linear atau uji korelasi dilakukan untuk menilai status gizi dan literasi nutrisi orang tua sebagai prediktor HRQoL anak, dengan tingkat kemaknaan statistik ditetapkan pada $p < 0,05$. Penelitian ini dilaksanakan dengan tetap menjunjung tinggi prinsip etika penelitian kesehatan, termasuk menjaga anonimitas partisipan, kerahasiaan data, serta partisipasi sukarela, dengan seluruh prosedur penelitian dirancang untuk mendukung peningkatan derajat kesehatan masyarakat secara berkelanjutan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan melalui pendekatan edukasi berbasis komunitas yang melibatkan orang tua, kader posyandu, serta masyarakat setempat. Kegiatan diawali dengan koordinasi bersama perangkat desa dan kader posyandu, dilanjutkan dengan penyuluhan interaktif mengenai gizi seimbang, pentingnya stimulasi tumbuh kembang sesuai usia, serta kaitannya HRQoL anak dan remaja. Materi edukasi disampaikan menggunakan media visual dan diskusi dua arah agar peserta lebih mudah memahami informasi yang diberikan. Selain penyuluhan, kegiatan juga mencakup demonstrasi stimulasi perkembangan sederhana yang dapat diterapkan dalam aktivitas sehari-hari di rumah, seperti stimulasi motorik, komunikasi verbal, dan permainan edukatif. Untuk mendukung keberlanjutan program, peserta diberikan media edukasi berupa leaflet dan booklet sebagai panduan praktis dalam penerapan pola asuh, pemberian nutrisi, dan stimulasi perkembangan anak secara mandiri.

Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan metode *pre-test* dan *post-test* guna menilai efektivitas edukasi terhadap peningkatan pengetahuan peserta mengenai gizi dan stimulasi tumbuh kembang anak.

Tabel 1. Perbedaan Signifikansi *Pre-Test* dan *Post-Test*

Variabel	Mean ± SD	Median	Z-score	p-value
<i>Pre-Test</i>	15.64 ± 3.34	16	-4.335	0.000
<i>Post-Test</i>	19.13 ± 2.80	20		

Uji efektivitas dilakukan untuk melihat perbedaan tingkat pengetahuan literasi gizi sebelum dan sesudah intervensi edukasi. Mengingat data tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), analisis dilakukan menggunakan uji non-parametrik *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan yang signifikan secara statistik ($Z = -4,335$; $p = 0,000$). Rata-rata skor meningkat dari $15,64 \pm 3,34$ pada saat *pre-test* (dari total skor maksimal 22, dengan nilai minimum 7 dan maksimum 21) menjadi $19,13 \pm 2,80$ pada saat *post-test* (nilai minimum 12 dan maksimum 22). Data menunjukkan bahwa dari 47 responden, sebanyak 37 orang mengalami peningkatan skor pengetahuan, 5 orang memiliki skor tetap, dan 5 orang mengalami penurunan skor. Peningkatan skor tertinggi mencapai 13 poin, yaitu dari skor awal 7 menjadi 20 setelah edukasi diberikan.

Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mampu memahami materi yang disampaikan dan mengalami peningkatan literasi terkait gizi seimbang serta stimulasi tumbuh kembang anak. Penurunan skor pada sebagian kecil peserta kemungkinan dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti tingkat konsentrasi saat evaluasi, keterbatasan pemahaman individu, kelelahan selama kegiatan berlangsung, maupun perbedaan kemampuan menerima informasi kesehatan.

Secara deskriptif, peningkatan rerata nilai *post-test* menggambarkan bahwa metode edukasi interaktif yang digunakan dalam kegiatan ini efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat. Pendekatan berbasis diskusi, demonstrasi langsung, dan penggunaan media visual diketahui mampu meningkatkan retensi informasi karena peserta tidak hanya menerima materi secara pasif, tetapi juga terlibat aktif dalam proses pembelajaran. Dalam teori promosi kesehatan, metode edukasi partisipatif memiliki efektivitas lebih tinggi dibandingkan metode ceramah satu arah karena mampu meningkatkan perhatian, pemahaman, serta motivasi peserta dalam mengadopsi perilaku kesehatan baru. Hal ini sejalan dengan konsep *health literacy* yang menyatakan bahwa peningkatan akses terhadap informasi kesehatan yang sederhana, aplikatif, dan mudah dipahami akan meningkatkan kemampuan individu dalam mengambil keputusan terkait kesehatan keluarga (Caron et al., 2023).

Peningkatan pengetahuan peserta setelah edukasi juga memiliki implikasi penting terhadap praktik pengasuhan anak di rumah. Orang tua dengan pemahaman yang lebih baik mengenai gizi seimbang cenderung lebih mampu memilih jenis makanan yang sesuai dengan kebutuhan anak, mengatur pola makan berdasarkan usia, serta memahami pentingnya variasi nutrisi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal. Selain itu, peningkatan pemahaman mengenai stimulasi tumbuh kembang memungkinkan orang tua lebih aktif dalam memberikan stimulasi sensorik, motorik, bahasa, dan sosial secara rutin dalam kehidupan sehari-hari. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kombinasi pemenuhan

gizi yang adekuat dan stimulasi perkembangan yang baik berperan penting dalam meningkatkan fungsi kognitif, kemampuan sosial, kesiapan belajar, dan kualitas hidup anak secara keseluruhan (Lufthiani et al., 2023).

Dari perspektif kesehatan masyarakat, hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi berbasis komunitas memiliki potensi besar sebagai strategi promotif dan preventif dalam meningkatkan kualitas kesehatan anak di wilayah pedesaan. Rendahnya literasi kesehatan orang tua sering kali menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan melalui penyuluhan yang terstruktur dapat menjadi langkah awal dalam membentuk perubahan perilaku kesehatan yang berkelanjutan. Keterlibatan kader posyandu dalam kegiatan ini juga menjadi aspek penting karena kader dapat berperan sebagai perpanjangan tangan tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi lanjutan kepada masyarakat secara berkesinambungan.

Secara keseluruhan, hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan edukasi gizi dan stimulasi tumbuh kembang yang dilakukan di Desa Sajen, Mojokerto, berjalan dengan baik dan efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat. Peningkatan rerata skor *post-test*, tingginya proporsi peserta yang mengalami peningkatan nilai, serta keterlibatan aktif peserta selama kegiatan menunjukkan bahwa pendekatan edukasi interaktif berbasis komunitas mampu menjadi media pembelajaran kesehatan yang efektif. Temuan ini mendukung pentingnya implementasi program edukasi serupa secara berkelanjutan sebagai upaya peningkatan HRQoL anak dan remaja di masyarakat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Desa Sajen, dapat disimpulkan bahwa program edukasi gizi dan stimulasi tumbuh kembang menggunakan media interaktif (booklet dan kartu) terbukti sangat efektif dalam meningkatkan literasi nutrisi orang tua secara signifikan. Peningkatan skor pengetahuan dari kategori awal menuju pasca-intervensi menunjukkan bahwa pendekatan edukasi berbasis komunitas mampu menjembatani kesenjangan informasi kesehatan di pedesaan. Meskipun sebagian besar subjek memiliki status gizi normal dan kualitas hidup yang baik, penelitian ini membuktikan bahwa status gizi anak dan literasi gizi orang tua bukanlah faktor prediktor tunggal yang menentukan tinggi rendahnya skor HRQoL anak di wilayah tersebut. Hal ini mengindikasikan bahwa kualitas hidup anak di pedesaan bersifat kompleks dan dipengaruhi oleh variabel lain yang lebih luas, seperti dukungan lingkungan sosial, stabilitas ekonomi keluarga, serta faktor kesehatan psikososial. Oleh karena itu, penguatan edukasi gizi tetap krusial sebagai fondasi dasar, namun harus dibarengi dengan intervensi lingkungan yang komprehensif untuk mencapai kesejahteraan anak yang optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Ailah, C., Priyanti, N., & Intan Anggraeni, R. (2025). Exploring the Impact of Parental Nutrition Literacy on Early Childhood Physical-Motor Development: A Case Study. *Indonesian Journal of Early Childhood Educational Research (IJECEER)*, 4(1), 1–10. <https://doi.org/10.31958/ijecer.v4i1.14931>
- Bettenhausen, J. L., Winterer, C. M., & Colvin, J. D. (2021). Health and Poverty of Rural Children: An Under-Researched and Under-Resourced Vulnerable Population. *Academic Pediatrics*, 21(8), S126–S133. <https://doi.org/10.1016/J.ACAP.2021.08.001>
- Caron, R. M., Noel, K., Reed, R. N., Sibel, J., & Smith, H. J. (2023). Health Promotion, Health Protection, and Disease Prevention: Challenges and Opportunities in a Dynamic Landscape. *AJPM Focus*, 3(1), 100167. <https://doi.org/10.1016/J.FOCUS.2023.100167>

- Hernández-Segura, N., Marcos-Delgado, A., Pinto-Carral, A., Fernández-Villa, T., & Molina, A. J. (2022). Health-Related Quality of Life (HRQOL) Instruments and Mobility: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(24), 16493. <https://doi.org/10.3390/IJERPH192416493>
- Lufthiani, Karota, E., Siregar, C. T., Ariga, R. A., Nasution, S. Z., Tanjung, D., & Wardani, A. (2023). Parents' Role in Monitoring the Children's Growth and Development. *AIP Conference Proceedings*, 2626(1). <https://doi.org/10.1063/5.0136038/2892845>
- Sawicki, M., Kowalkowska, J., Kułaga, Z., Socha, P., Swiąder-Lesniak, A., Swiecicka-Ambroziak, A., Szajewska, H., Wądołowska, L., & Weker, H. (2025). Assessment of dietary practices and nutritional status of children aged 5 to 72 months: study protocol of a nationwide Polish cross-sectional study (PITNUTS 2024). *BMJ Open*, 15(11), e100921. <https://doi.org/10.1136/BMJOPEN-2025-100921>