

Edukasi Interaktif dalam Meningkatkan Peran Ibu Terhadap Ketahanan Pangan Keluarga di Puskesmas Siritwini

Arlita Setiyani Yulandari¹, Gunarmi², Eka Vicky Yulivantina³

^{1,2,3} Prodi Kebidanan Program Magister Stikes Guna Bangsa Yogyakarta, Indonesia

Received : 3 Januari 2026, Revised : 10 Januari 2026, Published : 24 Januari 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: Arlita Setiyani Yulandari

E-mail: yarlitasetiyani@gmail.com

Abstrak

Ketahanan pangan keluarga merupakan faktor penting dalam pencegahan masalah gizi, khususnya gizi kurang dan stunting pada balita. Rendahnya literasi gizi ibu menjadi salah satu determinan utama lemahnya ketahanan pangan rumah tangga. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai ketahanan pangan keluarga melalui edukasi interaktif di Puskesmas Siritwini. Kegiatan dilaksanakan pada 29 November 2025 dengan melibatkan 20 ibu sebagai peserta. Metode yang digunakan meliputi edukasi interaktif melalui ceramah, diskusi kelompok, dan praktik sederhana, disertai evaluasi menggunakan pre-test dan post-test. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu secara signifikan, ditandai dengan meningkatnya proporsi kategori pengetahuan baik dari 40% menjadi 70% serta peningkatan rerata skor pengetahuan dari 10,50 menjadi 12,90. Edukasi interaktif terbukti efektif dalam meningkatkan literasi gizi ibu terkait prinsip gizi seimbang, pemanfaatan pangan lokal, dan pengelolaan pangan keluarga. Kegiatan ini berpotensi memperkuat peran ibu dalam mendukung ketahanan pangan keluarga secara berkelanjutan.
Kata kunci - edukasi interaktif, gizi seimbang, ibu, ketahanan pangan, pangan lokal

Abstract

Household food security plays a crucial role in preventing nutritional problems, particularly undernutrition and stunting among children. Low maternal nutrition literacy remains a key determinant of weak household food security. This community service activity aimed to improve mothers' knowledge regarding household food security through interactive education at Siritwini Public Health Center. The activity was conducted on November 29, 2025, involving 20 mothers as participants. The intervention employed interactive educational methods, including lectures, group discussions, and simple practical activities, with evaluation using pre-test and post-test assessments. The results demonstrated a significant increase in maternal knowledge, as indicated by the rise in the proportion of good knowledge from 40% to 70% and an increase in the mean knowledge score from 10.50 to 12.90. Interactive education proved effective in enhancing maternal nutrition literacy related to balanced nutrition principles, local food utilization, and household food management. This program has the potential to strengthen the role of mothers in promoting sustainable household food security.
Keywords - balanced nutrition, food security, interactive education, local food, mothers

How To Cite : Yulandari, A. S., Gunarmi, G., & Yulivantina, E. V. (2026). Edukasi Interaktif dalam Meningkatkan Peran Ibu Terhadap Ketahanan Pangan Keluarga di Puskesmas Siritwini. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(3), 3210 - 3215. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i3.1007>

Copyright ©2026 Arlita Setiyani Yulandari, Gunarmi Gunarmi, Eka Vicky Yulivantina

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



PENDAHULUAN

Puskesmas Siriwini merupakan fasilitas pelayanan kesehatan primer di Distrik Nabire, Kabupaten Nabire, Provinsi Papua Tengah, dengan wilayah kerja yang melayani sekitar ±9.500 jiwa. Mayoritas masyarakat bermata pencaharian sebagai petani dan nelayan tradisional dengan tingkat pendapatan menengah ke bawah, yang berdampak pada keterbatasan akses terhadap pangan bergizi, khususnya protein hewani, susu, dan sayuran segar, baik akibat keterbatasan daya beli maupun distribusi pangan yang belum merata (Kemenkes RI, 2023).

Dari aspek pendidikan, sebagian besar ibu rumah tangga memiliki tingkat pendidikan rendah hingga menengah, yang berimplikasi pada rendahnya literasi gizi. Studi pendahuluan tahun 2025 menunjukkan hanya sekitar 35% ibu memahami prinsip gizi seimbang, dengan pola konsumsi keluarga yang masih didominasi makanan pokok tunggal dan variasi lauk serta sayuran yang terbatas. Kondisi ini meningkatkan risiko ketidakseimbangan asupan gizi, terutama pada kelompok balita (Kemenkes RI, 2024).

Permasalahan ketahanan pangan keluarga tercermin pada status gizi balita, dengan prevalensi gizi kurang sebesar 18% dan stunting mencapai 23%. Masalah gizi tersebut masih menjadi isu kesehatan masyarakat yang serius, mengingat dampak jangka panjangnya terhadap pertumbuhan, perkembangan, dan kualitas sumber daya manusia (WHO 2022). Rendahnya pengetahuan gizi ibu diketahui berkorelasi signifikan dengan rendahnya ketahanan pangan keluarga serta meningkatnya risiko stunting, terutama akibat keterbatasan dalam penyusunan menu seimbang dan pemanfaatan pangan lokal (Rahmadani, 2025; Melda, 2025).

Selain faktor pengetahuan, pemanfaatan sumber daya lokal seperti pekarangan rumah masih rendah, meskipun memiliki potensi besar dalam meningkatkan ketersediaan dan kualitas pangan keluarga. Survei lapangan tahun 2025 menunjukkan hanya sekitar 27% keluarga yang memanfaatkan pekarangan untuk menanam tanaman pangan, padahal pemanfaatan pekarangan terbukti mampu meningkatkan ketahanan pangan rumah tangga dan menekan pengeluaran pangan (Food and Agriculture Organization, 2022).

Di sisi lain, kegiatan edukasi gizi di Puskesmas Siriwini masih terbatas dan cenderung bersifat satu arah, sehingga belum optimal dalam mendorong perubahan perilaku yang berkelanjutan. Padahal, pendekatan edukasi partisipatif dan interaktif terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu terkait gizi dan pencegahan stunting (Cahya Lukito, 2025). Didukung oleh tenaga gizi, kader posyandu aktif, serta kebijakan daerah, kegiatan pengabdian masyarakat melalui edukasi interaktif dinilai strategis untuk meningkatkan peran ibu dalam ketahanan pangan keluarga dan berkontribusi pada penurunan gizi kurang serta stunting secara berkelanjutan (Dinas Kesehatan Kabupaten Nabire, 2024).

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang Peningkatan Peran Ibu dalam Ketahanan Pangan melalui Edukasi Interaktif dilaksanakan di Puskesmas Siriwini pada 29 November 2025 dengan melibatkan 20 ibu sebagai responden. Metode pelaksanaan dirancang secara sistematis dan terstruktur, meliputi tahap persiapan materi dan penjadwalan kegiatan, sosialisasi program kepada sasaran, pelaksanaan edukasi melalui lokakarya dan diskusi interaktif, serta evaluasi menggunakan *pre-test* dan *post-test* disertai pengumpulan umpan balik peserta. Edukasi disampaikan dengan pendekatan partisipatif menggunakan media yang mudah dipahami untuk meningkatkan pemahaman dan keterlibatan peserta. Selain itu, dilakukan tindak lanjut berupa pendampingan dan dukungan berkelanjutan bekerja sama dengan tenaga kesehatan guna memastikan penerapan pengetahuan dalam kehidupan sehari-hari. Pendekatan ini diharapkan mampu meningkatkan peran ibu dalam pengelolaan pangan keluarga serta memperkuat keberlanjutan praktik ketahanan pangan di wilayah kerja Puskesmas Siriwini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai Peningkatan Peran Ibu dalam Ketahanan Pangan melalui Edukasi Interaktif dilaksanakan di Puskesmas Siriwini pada 29 November 2025 dengan melibatkan 20 ibu sebagai responden. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam mendukung ketahanan pangan keluarga, terutama melalui pemanfaatan sumber pangan lokal, prinsip gizi seimbang, serta pengelolaan bahan makanan secara efektif.

Tabel 1. Distribusi Usia Ibu Peserta Edukasi di Puskesmas Siriwini

No	Kelompok Usia (Tahun)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	20–24	7	35,0
2	25–29	3	15,0
3	30–34	3	15,0
4	35–40	7	35,0

Sumber data 2025

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu peserta edukasi berada pada kelompok usia 20–24 tahun dan 35–40 tahun, masing-masing sebesar 35%. Hal ini menggambarkan bahwa kegiatan edukasi menjangkau ibu pada usia produktif, yaitu fase di mana peran ibu dalam pengambilan keputusan pangan keluarga sangat dominan (Efendi et al. 2025)

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pendidikan Ibu di Puskesmas Siriwini

No	Tingkat Pendidikan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	SD/ sederajat	7	35,0
2	SMP/ sederajat	8	40,0
3	SMA/ sederajat	5	25,0
Total		20	100,0

Sumber data 2025

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas ibu peserta memiliki tingkat pendidikan SMP/ sederajat (40%). Kondisi ini menegaskan bahwa sasaran edukasi berasal dari latar belakang pendidikan menengah ke bawah, sehingga pendekatan edukasi interaktif menjadi strategi yang tepat untuk meningkatkan pemahaman mengenai ketahanan pangan keluarga (Rahmawati and Ilmiah 2025).

Tabel 3. Tingkat Pengetahuan Ibu Sebelum Edukasi di Puskesmas Siriwini

No	Kategori Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Baik (76–100%)	8	40,0
2	Cukup (56–75%)	8	40,0
3	Kurang (\leq 56%)	4	20,0
Total		20	100,0

Sumber data 2025

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebelum edukasi, sebagian besar ibu berada pada kategori pengetahuan baik dan cukup (masing-masing 40%), namun masih terdapat 20% ibu dengan tingkat pengetahuan kurang. Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan akan intervensi edukasi untuk meningkatkan pemahaman ibu terkait ketahanan pangan dan gizi keluarga (Weyai and Winarti 2025)

Tabel 4. Tingkat Pengetahuan Ibu Sesudah Edukasi di Puskesmas Siriwini

No	Kategori Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Baik (76–100%)	14	70,0
2	Cukup (56–75%)	6	30,0
Total		20	100,0

Sumber data 2025

Tabel 4 menunjukkan adanya peningkatan signifikan tingkat pengetahuan ibu setelah edukasi interaktif. Mayoritas peserta (70%) berada pada kategori pengetahuan baik, dan tidak terdapat lagi ibu dengan kategori pengetahuan kurang (Pratiwi, 2025)

Tabel 5. Statistik Deskriptif Pengetahuan Ibu Sebelum dan Sesudah Edukasi

Variabel Pengetahuan	N	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Deviation
Sebelum Edukasi	20	7	13	10,50	1,821
Sesudah Edukasi	20	11	15	12,90	1,447

Sumber data 2025

Tabel 5 menunjukkan bahwa nilai rerata pengetahuan ibu meningkat dari 10,50 sebelum edukasi menjadi 12,90 setelah edukasi. Peningkatan nilai minimum dan maksimum menunjukkan bahwa seluruh peserta mengalami peningkatan pemahaman, baik pada kelompok pengetahuan rendah maupun tinggi (Rahmadani et al. 2025)



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Edukasi Interaktif

Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat bertema Peningkatan Peran Ibu dalam Ketahanan Pangan melalui Edukasi Interaktif dilaksanakan di Puskesmas Siriwini pada 29 November 2025 dengan melibatkan 20 ibu sebagai responden. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu terkait ketahanan pangan keluarga, khususnya mengenai prinsip gizi seimbang, pemanfaatan pangan lokal, dan pengelolaan bahan pangan secara efektif sebagai upaya mendukung kesehatan keluarga.

Berdasarkan karakteristik usia, mayoritas peserta berada pada rentang usia produktif 20–40 tahun, dengan proporsi tertinggi pada kelompok usia 20–24 tahun dan 35–40 tahun. Usia produktif merupakan fase strategis dalam pengambilan keputusan rumah tangga, termasuk pengelolaan konsumsi pangan keluarga. Kondisi ini mendukung efektivitas intervensi edukatif karena ibu pada usia tersebut cenderung lebih responsif terhadap informasi dan mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari (Bangun et al, 2025; Roswita 2024; Mekonenet al, 2024)

Dari aspek pendidikan, sebagian besar ibu memiliki tingkat pendidikan formal rendah hingga menengah. Meskipun demikian, pendekatan edukasi interaktif yang digunakan mampu menjembatani keterbatasan literasi formal melalui kombinasi ceramah, diskusi, dan praktik langsung. Pendekatan ini memungkinkan peserta memahami materi secara kontekstual dan aplikatif sesuai dengan kondisi sosial budaya setempat (Lye et al ,2023)

Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu yang signifikan setelah edukasi. Proporsi ibu dengan kategori pengetahuan baik meningkat dari 40% menjadi 70%, sementara kategori pengetahuan kurang tidak lagi ditemukan. Rerata skor pengetahuan juga mengalami peningkatan bermakna, mencerminkan efektivitas edukasi interaktif dalam meningkatkan literasi gizi ibu terkait ketahanan pangan keluarga (Lindawati, 2025)

Edukasi interaktif terbukti efektif karena mendorong keterlibatan aktif peserta dalam proses pembelajaran. Pendekatan partisipatif memungkinkan ibu tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga berdiskusi dan memahami penerapan pengetahuan gizi dalam konteks keluarga. Strategi ini berpotensi mendorong perubahan perilaku gizi yang lebih sehat dan berkelanjutan di tingkat rumah tangga (Saaka et al, 2021; Mulyani, 2024)

Peningkatan pengetahuan ibu memiliki implikasi positif terhadap ketahanan pangan keluarga, terutama dalam perencanaan menu, pemilihan pangan lokal, dan pengelolaan pangan yang efisien. Edukasi berbasis pemberdayaan yang didukung pendampingan berkelanjutan berpotensi memperkuat peran ibu sebagai agen perubahan utama dalam keluarga dan komunitas, serta berkontribusi pada pencegahan masalah gizi seperti gizi kurang dan stunting secara berkelanjutan (Weyai and Winarti 2025; Kusumawardhani and Maheswara 2025)

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui edukasi interaktif di Puskesmas Siritwini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu terkait ketahanan pangan keluarga. Terjadi peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan ibu setelah edukasi, yang mencerminkan bahwa pendekatan partisipatif mampu menjembatani keterbatasan pendidikan formal serta meningkatkan literasi gizi ibu. Peningkatan pemahaman ini berpotensi memperkuat peran ibu dalam perencanaan menu, pemanfaatan pangan lokal, dan pengelolaan pangan keluarga secara lebih efisien dan berkelanjutan, sehingga mendukung upaya pencegahan masalah gizi seperti gizi kurang dan stunting.

Disarankan agar kegiatan edukasi interaktif tentang ketahanan pangan dilaksanakan secara berkelanjutan dan terintegrasi dengan program rutin Puskesmas serta posyandu, dengan melibatkan kader kesehatan sebagai pendamping. Selain itu, diperlukan pengembangan materi edukasi yang lebih aplikatif, termasuk pelatihan pemanfaatan pekarangan dan pengolahan pangan lokal, guna mendorong perubahan perilaku yang berkelanjutan. Dukungan lintas sektor dan pendampingan berkelanjutan diharapkan dapat memperkuat ketahanan pangan keluarga dan meningkatkan kesejahteraan masyarakat secara jangka panjang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Guna Bangsa Yogyakarta, khususnya Program Studi Kebidanan Program Magister, atas kesempatan, bimbingan, serta dukungan yang diberikan selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Dukungan akademik dan fasilitas yang disediakan sangat membantu kelancaran pelaksanaan kegiatan, proses evaluasi, hingga penyusunan artikel ilmiah ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada pihak Puskesmas Siritwini serta seluruh ibu peserta kegiatan yang telah berpartisipasi aktif, sehingga kegiatan edukasi dapat terlaksana dengan baik dan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Bangun, S. M., Lipoeto, N. I., Masrul, M., Nazir, N., Rasyid, R., Hardisman, H., ... & Yonariza, Y. (2025). Maternal financial literacy as a determinant of household food security. *African Journal of Reproductive Health/La Revue Africaine de la Santé Reproductive*, 29(10), 125-132. doi:10.29063/ajrh2025/v29i10.13.
- Cahya Lukito, Esa Septian, Laila Nurhidayah. 2025. "Evaluasi Strategi Kesehatan Berbasis Masyarakat Dalam Penanganan Stunting Di Puskesmas Dander Kabupaten Bojonegoro." 2021: 3785–3801.
- Efendi, M. R., Rakhma, L. R., & Firmansyah, F. (2025). Hubungan Ketahanan Pangan Keluarga dengan Status Gizi pada Wanita Usia Subur di Bendosari. *INSOLOGI: Jurnal Sains dan Teknologi*, 4(4), 1034-1046.
- Mekonen, H., Endalifer, M. L., & Assaye, B. T. (2024). Maternal dietary diversity increases with women's high decision-making autonomy in Northwest Ethiopia, 2022. *Heliyon*, 10(11). doi:https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e31735.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kusumawardhani, A., & Maheswara, R. (2025). Optimalisasi Kesehatan Ibu dan Anak melalui Edukasi Gizi Seimbang Berbasis Posyandu dalam Mendukung Kemandirian Ekonomi Keluarga. *Community: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 5(2), 128-134.
- Lindawati, Herry Susanto, Sri Wahyuni, Nopi Nur Khasanah. (2026). "The Impact Of Nutritional Education Interventions On Maternal Knowledge, Self-Monitoring, And Stunting Prevention Among Children Under Five: A Literature Review Lindawati*," 8(1): 323–32.
- Lye, C. W., Sivasampu, S., Mahmudiono, T., & Majid, H. A. (2023). A systematic review of the relationship between household food insecurity and childhood undernutrition. *Journal of Public Health*, 45(4), e677-e691. doi:10.1093/pubmed/fdad070.
- Saaka, M., Wemah, K., Kizito, F., & Hoeschle-Zeledon, I. (2021). Effect of nutrition behaviour change communication delivered through radio on mothers' nutritional knowledge, child feeding practices and growth. *Journal of nutritional science*, 10, e44. doi:10.1017/jns.2021.35.
- Melda, Sri, Br Bangun, and Basyariah Lubis. (2025). "Pengaruh Literasi Keuangan Dan Ketahanan Pangan Keluarga Terhadap Pencegahan Stunting Pada Balita Di Kecamatan Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang The Impact of Financial Literacy and Household Food Security on the

- Prevention of Stunting among Toddlers in Lubuk Pakam Subdistrict , Deli Serdang Regency." (c): 4–10.
- Nabire, Dinas Kesehatan Kabupaten. (2024). *Profil Kesehatan Kabupaten Nabire Tahun 2024*. Nabire. Organization, Food and Agriculture. (2022). *Food And Agriculture*.
- Rahmadani, G., & Dari, S. W. (2025). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Feeding Practice Ibu Balita Stunting Usia 6–59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Biaro Kabupaten Agam Tahun 2024. *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Gizi*, 3(1), 156-170.
- Rahmadani, R. A., Setiawati, A., Aris, I., Lontaan, A., & Prasetyowati, P. (2025). Effectiveness of nutrition education on stunting prevention behavior in mothers under five. *Jurnal Edukasi Ilmiah Kesehatan*, 3(1), 01-08.
- Rahmawati, Dwi Husni, and Widia Shofa Ilmiah. (2025). "Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu Dan Status Gizi Dengan Kejadian Stunting Di Des Batu Ampar." 6(September): 11890–97.
- Roswita, Nadia. 2024. "Jurnal Ekonomi Kependudukan Dan Keluarga Maternal Decision Making and Children ' s Nutritional Status : Evidence from Indonesia Maternal Decision Making and Children ' s Nutritional Status : Evidence From." 1(2). doi:10.7454/jekk.v1i2.1044.
- Mulyani, S., Restusari, L., & Fitri, F. (2024). Edukasi Keamanan Pangan Pada Ibu-Ibu Di Desa Ranah Singkuang Kabupaten Kampar Dalam Rangka Pencegahan Stunting. *Pitimas: Journal of Community Engagement in Health*, 3(3), 86-89.
- Theresia Eci Pratiwi, Wiwin Widyastuti. (2025). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Ibu Hamil Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Usia 1-5 Tahun Di."9: 2313–19.
- Weyai, Hilda Deleda, and Eko Winarti. (2025). Pengetahuan Ibu Dalam Mengolah Pangan Lokal Untuk Balita Di Asmat : Literature Review. 6(September): 11536–47.
- World Health Organization. (2020). *WHO recommendations on self-care interventions: self-administration of injectable contraception* (No. WHO/SRH/20.9). World Health Organization."