



Pendidikan dan Pelatihan Pembuatan Makanan Sehat dan Bergizi pada Ibu Balita dan Kader Posyandu Bojong Kupa Sukamaju Kaler Kota Tasikmalaya

Rizka Fikrinnisa¹, Kosasih Adi Saputra¹, Andik Setiyono²

¹Department of Nutrition, Universitas Siliwangi, Indonesia

²Department of Public Health, Universitas Siliwangi, Indonesia

Correspondence author: Rizka Fikrinnisa

Email : rizka.fikrinnisa@unsil.ac.id

Address : Jl. Peta No. 99 Tasikmalaya, West Java 46216 Indonesia, Telp. 085266804739

Submitted: 24 Maret 2023, Revised: 2 April 2023, Accepted: 15 April 2023, Published: 29 April 2023

DOI: doi.org/10.56359/kolaborasi.v3i2.232



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Introduction: Nutrition is an important factor in the formation of quality, healthy, intelligent and productive human resources (HR). One of the efforts that can be made to improve the nutritional status of toddlers is by holding a supplementary feeding program. Tasikmalaya city is the second highest prevalence in West Java Province. Cases of stunting are still found in the Indihiang Health Center area about 11.18% with most cases of stunting at the Indihiang Health Center were in the Sukamaju Kaler Village, with 103 toddlers. To create a healthy Indonesian society is to empower the community or cadres and mothers who are willing to voluntarily get involved in posyandu issues.

Objective: The purpose of this service was to increase nutrition knowledge and equip the skills of mothers and cadres in preparing a healthy supplementary food to prevent stunting.

Method: This public service was conducted by lectured about nutrition knowledge and demonstrated healthy and nutritious supplementary food for toddler.

Result: There was an increase in nutritional knowledge ($p = 0.016$) and the participants enthusiastically took part in the healthy and nutritious food-making training.

Conclusion: Communities empowerment and utilization of local food in research and community service activities can be a nutritional problem solution especially stunting.

Keywords: *nutrition, stunting, supplementary food*

Pendahuluan

Gizi merupakan salah satu faktor penting dalam pembentukan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas yaitu manusia yang sehat, cerdas, dan produktif. Kebutuhan balita berbeda dengan kebutuhan orang dewasa karena makanan dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan dan menjadi penentu keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak di periode selanjutnya (Bundy et al., 2018). Masa balita merupakan masa kritis karena dapat menimbulkan dampak yang sangat serius dan tidak akan dapat diperbaiki lagi dengan

pemberian makanan tambahan pada masa berikutnya. Aspek gizi merupakan salah satu masa yang sampai saat ini masih dihadapi sektor kesehatan masyarakat karena penanggulangannya tidak dapat dilakukan hanya dengan pendekatan medis dan pelayanan kesehatan saja. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk peningkatan status gizi balita yaitu dengan mengadakan program pemberian makanan tambahan (Kuchenbecker et al., 2017).

Stunting masih menjadi permasalahan gizi tertinggi yang dialami pada anak-anak secara global apabila dibandingkan dengan masalah gizi lainnya. *Stunting* merupakan masalah kekurangan gizi kronis yang dihadapi oleh negara berkembang. Indonesia memiliki target pengurangan gangguan pertumbuhan dan perkembangan sebesar 14%, mengikuti tujuan WHO, yang ditetapkan sebesar 40% pada tahun (Presiden Republik Indonesia, 2020). *Stunting* adalah kondisi gagal tumbuh pada anak berusia dibawah lima tahun yang disebabkan kekurangan gizi kronis terutama pada periode emas dimulai sejak anak masih di dalam kandungan hingga usia dua tahun atau yang sering disebut dengan istilah periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (Oktia et al., 2020). Prevalensi *stunting* di Provinsi Jawa Barat berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2021 mencapai 24,5%, sedikit di atas rata-rata angka *stunting* nasional, yaitu 24,4%. Berdasarkan data di Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, kasus *stunting* berada di angka 14,58% atau sebanyak 6.243 kasus. Kasus *stunting* di Indihiang sendiri sebanyak 11.18%. Kasus *stunting* di Puskesmas Indihiang terbanyak berada di Kelurahan Sukamaju Kaler yaitu sebanyak 103 balita (Kemenkes RI, 2021).

Salah satu upaya untuk mewujudkan masyarakat Indonesia yang sehat adalah dengan memberdayakan masyarakat atau kader yang mau secara sukarela terlibat dalam permasalahan posyandu. Pelatihan kader untuk meningkatkan kemampuan melakukan deteksi dini *stunting* dan faktor risiko pada balita sangat diperlukan. Pemberian edukasi dan promosi kesehatan untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok, atau individu dengan harapan masyarakat, kelompok, atau individu dapat belajar kesehatan yang lebih baik. Pada akhirnya, pengetahuan ini diharapkan dapat mempengaruhi perilaku kesehatan (Chen & Antonelli, 2020).

Adapun unsur yang menentukan peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader adalah metode pembelajaran melalui pendidikan. Kader kesehatan potensial dapat meningkatkan status kesehatan untuk mendukung tujuan pembangunan dan memberikan pelayanan. Mereka juga dapat membantu individu dan masyarakat mengadopsi perilaku gaya hidup sehat. Kader kesehatan berperan penting sebagai garda terdepan dalam memberikan pelayanan kepada masyarakat melalui Posyandu maupun di luar Posyandu (Susanto et al., 2017). Namun, banyak kader yang belum memiliki pemahaman dan keterampilan yang memadai dalam menjalankan tugasnya.

Tujuan

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan terkait gizi khususnya *stunting* dan membekali keterampilan ibu balita dan kader dalam mempersiapkan pemberian makanan tambahan.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari dua kegiatan, diawali dengan pendidikan. Jenis penyampaian materi yaitu dengan metode edukasi atau penyuluhan tentang *stunting*. Kemudian kegiatan kedua yaitu pelatihan pembuatan makanan tambahan bagi balita yaitu Bubur Wortel Tomat Telur menggunakan metode demonstrasi.

Peserta pendidikan dan pelatihan berjumlah 10 orang yang terdiri dari ibu balita dan kader Posyandu Bojong Kupa Puskesmas Indihiang, Kelurahan Sukamaju Kaler, Kecamatan

Indihiang, Kota Tasikmalaya. Kegiatan dilaksanakan pada hari Sabtu, 19 November 2022 di Posyandu Bojong Kupa, Sukamaju Kaler, Tasikmalaya.

Sebelum dan sesudah kegiatan dilaksanakan pre dan post tes untuk mengukur perubahan pengetahuan peserta dengan jumlah sepuluh butir soal yang sama pada tiap tes. Hasil tes kemudian dianalisis menggunakan uji non-parametrik. Pelaksanaan kegiatan bekerja sama dengan mahasiswa Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat sebanyak 5 orang.

Hasil

Program pengabdian masyarakat dimulai dari penyusunan proposal hingga pelaksanaan dilakukan selama tiga bulan dengan tahapan kegiatan memilih lokasi kegiatan, koordinasi dengan petugas gizi dan bidan desa Sukamaju Kaler untuk mendiskusikan masalah dan sumber masalah pada lokasi tersebut beserta solusi yang dapat diberikan, penyusunan rencana kegiatan dan persiapan alat dan perizinan tempat.

Pendidikan dilakukan menggunakan metode ceramah dengan peserta adalah ibu balita dan kader posyandu. Turut hadir juga petugas gizi dan bidan desa Puskesmas Indihiang. Materi penyuluhan yang disampaikan yaitu pengertian stunting, tanda dan gejala stunting, faktor risiko dan dampak stunting serta pencegahannya berupa optimalisasi pembuatan PMT dengan berbasis bahan pangan lokal yang mudah dijangkau oleh masyarakat.



Gambar 1. Kegiatan Pemberian Pendidikan



Gambar 2. Pelatihan pembuatan PMT

Kegiatan berjalan dengan lancar dan peserta antusias mengikuti kegiatan yang terlihat dengan aktifnya peserta bertanya pada sesi diskusi. Sebanyak 10 peserta mengikuti kegiatan dengan hasil analisis pre dan post test terdapat pada Tabel 1 menunjukkan bahwa terdapat perubahan pengetahuan yang bermakna secara statistik dengan $p\text{-value} < 0.05$.

Tabel 1. Hasil Analisis Pengetahuan Gizi sebelum dan sesudah Pendidikan

Variabel	Δ mean	$P\text{-value}^*$
Pengetahuan gizi sebelum		
Pengetahuan gizi sesudah	-2.414	0.016

*Wilcoxon signed rank test, terdapat perbedaan jika $p < 0.05$

Diskusi

Pengetahuan peserta sebelum dan sesudah penyuluhan berdasarkan tabel di atas menunjukkan adanya perubahan ($p < 0.05$). Perubahan pengetahuan dapat menjadi indikator keberhasilan intervensi secara langsung tapi belum berarti akan adanya perubahan sikap dan perilaku (Yunitasari et al., 2020). Memperbaiki cara pemberian makan pada anak adalah salah satu strategi pencegahan stunting. Hasil dari penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa memberikan dukungan untuk intervensi yang dirancang untuk meningkatkan pengetahuan gizi ibu dapat efektif dalam praktik pemberian makan untuk mencegah stunting. Pengetahuan termasuk pemahaman bagaimana mengadaptasi cara pemberian makan sesuai usia dan perkembangan motorik anak, memberi makan secara responsif, memahami isyarat lapar anak, mendorong anak untuk makan, mengenali tanda-tanda nafsu makan rendah, menciptakan lingkungan makan yang baik dengan mengurangi gangguan, dan mengawasi anak saat makan (Starkweather et al., 2020).

Salah satu kebijakan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia adalah Pendidikan Gizi dalam Pemberian Makanan Tambahan Lokal bagi Ibu Hamil dan Balita Pendidikan dan merupakan salah satu strategi dalam mengatasi masalah gizi melalui penyampaian pesan gizi dan kesehatan yang terintegrasi dengan kegiatan pemberian makanan tambahan lokal bagi Ibu hamil dan balita (Molina et al., 2022). Melalui kegiatan pendidikan gizi diharapkan akan dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan masyarakat dalam mempersiapkan dan menyediakan makanan lokal sesuai prinsip gizi seimbang bagi Ibu hamil dan balita. Adanya kegiatan pengabdian masyarakat dengan metode penyuluhan dan pelatihan pembuatan PMT ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait stunting serta meningkatkan keterampilan masyarakat khususnya kader dan ibu balita dalam mempersiapkan menu untuk balita (Kemenkes RI, 2017).

Kader sangat diperlukan dalam menjembatani tenaga kesehatan dengan masyarakat. Kader adalah masyarakat setempat yang dipilih oleh warga berdasarkan kemampuan, integritas, loyalitas, dan komitmennya untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat karena memungkinkan masyarakat memperoleh informasi tentang kesehatan, pencegahan penyakit dan masalah gizi, dan Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) yang tepat untuk pencegahan stunting (Kemenkes RI, 2018). Kader biasanya dilatih untuk mengidentifikasi masalah kesehatan individu dan masyarakat, terlibat dalam promosi kesehatan, memberikan konseling, dan merujuk masalah medis ke fasilitas pelayanan kesehatan. Kader secara terus menerus menjalani pelatihan untuk mempertahankan dan meningkatkan pengetahuan dan keterampilannya dalam memberikan pelayanan di masyarakat (Shiroya-Wandabwa et al., 2018).

Kegiatan pendidikan gizi yang diberikan dilakukan pre dan post-test sehingga diketahui bahwa ada peningkatan pengetahuan sehingga pendidikan dapat terus dilakukan sebagai salah satu strategi untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat sehingga harapan akhirnya dapat terjadi adanya perubahan perilaku. Selain itu juga dapat meningkatkan pemahaman masyarakat yang berkaitan dengan pemberian makanan tambahan dan pembuatan menu yang sehat dan bergizi bagi balita. Pelatihan pembuatan PMT sangat di butuhkan oleh kader dan ibu-ibu yang mempunyai bayi dan balita, tentang bagaimana cara menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari (Siswati et al., 2022).

Rumah masyarakat di Tasikmalaya masih banyak tanah pekarangan yang dapat ditanami tumbuhan dan sayuran dengan berbagai macam jenisnya sehingga banyak sekali bahan yang bergizi bagus dan seimbang yang bisa di sajikan untuk anak dan bayi. Salah satunya dengan cara membuat puding, bubur, snack organik dengan bahan dan cara yang mudah di buat. Dengan adanya pelatihan tersebut diharapkan masyarakat dapat mempraktikkannya di dalam kehidupan sehari-hari (Samosir et al., 2023). Sehingga tujuan

dari Pengabdian kepada Masyarakat ini bisa tercapai yaitu ibu dengan pengetahuan yang baik sangat mempengaruhi terhadap asupan yang di berikan pada anak.

Kesimpulan

Pengabdian masyarakat ini meningkatkan pengetahuan terkait gizi peserta dengan hasil pre dan post tes mengalami peningkatan. Kemudian bertambahnya keterampilan ibu balita dan kader dalam mempersiapkan PMT. Saran bagi penelitian maupun program pengabdian masyarakat untuk dapat memanfaatkan keberagaman pangan lokal dalam pembuatan PMT sebagai solusi dari permasalahan gizi.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kepada pemerintah, ibu balita dan kader Posyandu Puskesmas Indihiang, Kelurahan Sukamaju Kaler, Kecamatan Indihiang, Kota Tasikmalaya, dan kepada para mahasiswa yang telah mendukung penuh dan bekerjasama dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Pendanaan

Pendanaan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan secara mandiri.

Daftar Pustaka

1. Bundy, D. A. P., de Silva, N., Horton, S., Patton, G. C., Schultz, L., Jamison, D. T., Abubakara, A., Ahuja, A., Alderman, H., Allen, N., Appleby, L., Aurino, E., Azzopardi, P., Baird, S., Banham, L., Behrman, J., Benzian, H., Bhalotra, S., Bhutta, Z., ... Sawyer, S. M. (2018). Investment in child and adolescent health and development: key messages from Disease Control Priorities, 3rd Edition. *The Lancet*, 391(10121), 687–699. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)32417-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(17)32417-0).
2. Chen, P. J., & Antonelli, M. (2020). Conceptual models of food choice: influential factors related to foods, individual differences, and society. In *Foods* (Vol. 9, Issue 12). MDPI. <https://doi.org/10.3390/foods9121898>
3. Kemenkes RI. (2021). Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022.
4. Kemenkes RI. (2019). Pedoman Umum Pengelolaan Posyandu.
5. Kemenkes RI. (2017). Petunjuk Teknis Pendidikan Gizi dalam Pemberian Makanan Tambahan Lokal bagi Ibu Hamil dan Balita.
6. Kuchenbecker, J., Reinbott, A., Mtimuni, B., Krawinkel, M. B., & Jordan, I. (2017). Nutrition education improves dietary diversity of children 6-23 months at community-level: Results from a cluster randomized controlled trial in Malawi. *PLoS ONE*, 12(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0175216>
7. Molina, M., Banik, Y., Famai, Y., & Karbeka, M. (2020). Abdimas Umtas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM-Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya Making Supplementary Foods Based on The Local Food of The Alor Community for Stunting Prevention. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v5i1.1428>
8. Oktia, N., Dokter, N., & Bsmi, R. (2020). QAWWAM: Journal For Gender Mainstreaming Stunting Pada Anak: Penyebab Dan Faktor Risiko Stunting Di Indonesia. 14(1), 19. <https://doi.org/10.20414/Qawwam.v14i1.2372>
9. Presiden Republik Indonesia. (2020). Peraturan Presiden Nomor 18 Tahun 2020 Terbitkan Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional Tahun 2020–2024. 2020.
10. Samosir, O. B., Radjiman, D. S., & Aninditya, F. (2023). Food consumption diversity and nutritional status among children aged 6-23 months in Indonesia: The analysis of the results of the 2018 Basic Health Research. *PLoS ONE*, 18(3 March).

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0281426>

11. Shiroya-Wandabwa, M., Kabue, M., Kasungami, D., Wambua, J., Otieno, D., Waka, C., Ngindu, A., Ayuyo, C., Kigundu, S., Oliech, J., & Malonza, I. (2018). Coaching community health volunteers in integrated community case management improves the care of sick children under-5: Experience from Bondo, Kenya. *International Journal of Integrated Care*, 18(4). <https://doi.org/10.5334/ijic.3971>
12. Siswati, T., Iskandar, S., Pramestuti, N., Raharjo, J., Rialihanto, M. P., Rubaya, A. K., & Wiratama, B. S. (2022). Effect of a Short Course on Improving the Cadres' Knowledge in the Context of Reducing Stunting through Home Visits in Yogyakarta, Indonesia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16). <https://doi.org/10.3390/ijerph19169843>
13. Starkweather, C., Guarino, A., Bennion, N., Cottam, M., McGhie, J., Dearden, K. A., Santika, O., Jusril, H., Hall, C., Crookston, B. T., Linehan, M., Torres, S., Bennett, C., & West, J. H. (2020). An interpersonal nutrition campaign and maternal knowledge and childhood feeding practices: A case study from mothers in rural Indonesia. *Archives of Public Health*, 78(1). <https://doi.org/10.1186/s13690-020-00444-9>
14. Susanto, F., Claramita, M., & Handayani, S. (2017). Peran kader posyandu dalam pemberdayaan masyarakat Bintan Role of posyandu cadres in empowering the community of Bintan. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=688918&val=5017&title=Peran%20kader%20posyandu%20dalam%20memberdayakan%20masyarakat%20Bintan>
15. Yunitasari, E., Rahayu, M., & Dwi Kurnia, I. (2020). The Effects of Lecture, Brainstorming, Demonstration (CBD) to Mother's Knowledge, Attitude, and Behavior About Stunting Prevention on Toddler Correspondance. In *Systematic Reviews in Pharmacy* (Vol. 11, Issue 6). <https://www.sysrevpharm.org/articles/the-effects-of-lecture-brainstorming-demonstration-cbd-to-mothers-knowledge-attitude-and-behavior-about-stunting-prevent.pdf>