

ARTIKEL ABDIMAS

## PENYULUHAN GIZI SEIMBANG BALITA UNTUK MENINGKATKAN PERAN AKTIF KADER POSYANDU

\*Slamet Santoso K<sup>1)</sup>, Kartika Wandini<sup>2)</sup>, Annisa Nursita<sup>3)</sup>, Ratih Agustin<sup>4)</sup>

<sup>1,2,3,4)</sup>Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Universitas MH. Thamrin

Correspondence Author: slametsantoso1470@gmail.com

DOI : <https://doi.org/10.37012/jpkmht.v2i1.1260>

### ABSTRAK

Balita merupakan salah satu usia yang sangat rentan terkena permasalahan gizi. Permasalahan gizi di Indonesia menjadi perhatian utama karena Indonesia sedang menghadapi masalah gizi ganda yaitu gizi kurang yang menimbulkan anak stunting, underweight, gizi lebih bahkan obesitas pada balita. Pemantauan pertumbuhan merupakan kegiatan yang bertujuan untuk mengetahui sejak dini pertumbuhan yang dialami oleh balita. Kegiatan ini biasanya adalah pemantuan berat badan dan tinggi badan yang biasanya dilakukan oleh suatu pelayanan kesehatan. Dalam hal ini salah satu bentuk upaya dalam penyelenggaraan pembangunan kesehatan adalah dengan melalui Posyandu.

Dalam peningkatan peran serta fungsi dari Posyandu perlu semua komponen yang ada di pemerintah dan masyarakat, terutama kader. Kader merupakan salah satu tombak tumbuh kembangnya keberhasilan posyandu dengan sukarela mengelola posyandu di setiap daerahnya. Sehingga tingkat pengetahuan dan keaktifan kader dalam menjalankan posyandu sangat penting selain sebagai pemberi informasi juga sebagai penggerak masyarakat dalam berbagai kegiatan yang diselenggarakan oleh posyandu. Sehingga, perlu adanya edukasi mengenai gizi seimbang balita pada kader kesehatan Posyandu di RW 004 Kp. Sawah Jatimurni Pondok Melati, Bekasi

**Kata kunci :** Gizi seimbang balita, kader posyandu

### ABSTRACT

*Toddlers are one of the ages that are very vulnerable to nutritional problems. Nutritional problems in Indonesia are a major concern because Indonesia is facing a dual nutritional problem, namely undernutrition which causes stunting, underweight, overnutrition and even obesity in children under five. Growth monitoring is an activity that aims to find out early on the growth experienced by toddlers. This activity is usually the monitoring of weight and height which is usually carried out by a health service. In this case, one form of effort in implementing health development is through Posyandu.*

*In increasing the role and function of the Posyandu, it is necessary to have all components in the government and society, especially cadres. Cadres are one of the spearheads for the growth and development of posyandu success by volunteering to manage posyandu in each area. So that the level of knowledge and activeness of cadres in running the posyandu is very important in addition to providing information as well as driving the community in various activities organized by the posyandu. Thus, there is a need for education about balanced nutrition for children under five at Posyandu health cadres in RW 004 Kp. Pondok Melati Rice Fields, Bekasi*

**Keywords:** *balanced nutrition for toddlers, posyandu*

## PENDAHULUAN

Balita merupakan salah satu usia yang sangat rentan terkena permasalahan gizi. Permasalahan gizi di Indonesia menjadi perhatian utama karena Indonesia sedang menghadapi masalah gizi ganda yaitu gizi kurang yang menimbulkan anak stunting, *underweight*, gizi lebih bahkan obesitas pada balita. Balita yang mempunyai status gizi buruk kemungkinan akan menghadapi masalah yang lebih komplikatif seperti rentannya terinfeksi suatu penyakit dan lebih rentan untuk tumbuh menjadi individu yang kurang berpendidikan. Menurut hasil data Riskesdas pada tahun 2018, menunjukkan bahwa persentase balita dengan gizi buruk dan gizi kurang di Indonesia mengalami penurunan dibandingkan dengan Riskesdas tahun 2013 yaitu 19,6% menjadi 17,7%. Demikian juga untuk persentase balita stunting, menurun dari 37,2% menjadi 30,8% (Kemenkes RI, 2018).

Pemantauan pertumbuhan merupakan kegiatan yang bertujuan untuk mengetahui sejak dini pertumbuhan yang dialami oleh balita. Kegiatan ini biasanya adalah pemantauan berat badan dan tinggi badan yang biasanya dilakukan oleh suatu pelayanan kesehatan (Kemenkes, 2013). Dalam hal ini salah satu bentuk upaya dalam penyelenggaraan pembangunan kesehatan adalah dengan melalui Posyandu. Posyandu merupakan Upaya Kesehatan Bersumberdaya Masyarakat (UKBM) yang dikelola dan diselenggarakan oleh, untuk dan bersama masyarakat yang bertujuan untuk memperoleh pelayanan kesehatan dasar. Dalam peningkatan peran serta fungsi dari Posyandu perlu semua komponen yang ada di pemerintah dan masyarakat, terutama kader (Simanjuntak, 2012).

Kader merupakan salah satu tombak tumbuh kembangnya keberhasilan posyandu dengan sukarela mengelola posyandu di setiap daerahnya. Sehingga tingkat pengetahuan dan keaktifan kader dalam menjalankan posyandu sangat penting selain sebagai pemberi informasi juga sebagai penggerak masyarakat dalam berbagai kegiatan yang diselenggarakan oleh posyandu (Handika, 2016). Selain itu kader merupakan salah satu tombak tumbuh kembangnya keberhasilan posyandu. Sehingga tingkat pengetahuan dan keaktifan kader dalam menjalankan posyandu sangat penting. Namun dalam beberapa pelaksanaannya masih sedikit sekali pelatihan khusus bagi kader posyandu, sehingga para kader hanya belajar secara otodidak. Tingkat pengetahuan dan pelatihan kader yang minim menyebabkan kurangnya pemahaman terhadap tugas. Pada kelompok umur balita merupakan salah satu kelompok rentan yang memiliki permasalahan gizi, baik gizi kurang maupun gizi lebih. Pemerintah melakukan upaya penanggulangan permasalahan gizi dengan mengeluarkan Pedoman Umum Gizi Seimbang

(PUSG).

Menurut penelitian Yunita dan Nurlisi (2017) didapatkan masih adanya kader yang tidak melaporkan kejadian balita BGM dan baru diketahui saat petugas pelayanan kesehatan turun lapangan ke posyandu. Hal ini merupakan dampak dari kekurangtahuan kader dalam pelayanan. Berdasarkan data yang telah dijelaskan tim bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan melalui edukasi agar kader kesehatan posyandu aktif dan terampil akan gizi seimbang pada balita.

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini sebagai upaya meningkatkan pengetahuan melalui edukasi agar kader kesehatan posyandu aktif dan terampil akan gizi seimbang pada balita. Pelaksanaan kegiatan ini diawali dengan merencanakan proposal kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat, mempersiapkan perlengkapan serta perizinan kegiatan ke posyandu setempat. Selanjutnya dilakukan pembentukan tim pelaksana kegiatan dengan mahasiswa D3 Gizi. Kemudian dilakukan pengarahan kepada mahasiswa mengenai tujuan, teknis, mekanisme, serta pembagian tugas masing-masing. Mahasiswa membantu pada pembuatan media edukasi berupa PPT serta video. Namun sebelumnya materi dan video yang akan disampaikan di konsultasikan terlebih dahulu. Selain itu dipersiapkan lembar evaluasi berupa lembar pre-post test.

Pada hari pelaksanaan kegiatan PKM, sebelum kegiatan edukasi dimulai para kader diminta mengisi absen dan pre-test terlebih dahulu. Kemudian kegiatan edukasi dilakukan selama 90 menit termasuk sesi tanya jawab serta diskusi. Tema yang diangkat adalah Penyuluhan gizi seimbang balita untuk meningkatkan peran aktif kader posyandu. Setelah sesi tanya jawab selesai dilanjutkan dengan pengisian post-test dan diakhiri dengan pembagian souvenir.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Sebelum melaksanakan kegiatan, tim pelaksana melakukan beberapa persiapan seperti menyusun materi, dan kuesioner pengetahuan peserta yaitu kader mengenai gizi seimbang pada balita. Kemudian tim pelaksana juga mempersiapkan video edukasi untuk memudahkan kader untuk mengulangi kembali materi yang telah diberikan.

Peserta kegiatan berasal dari kader kesehatan Posyandu yang tinggal di RW 004 Kp. Sawah Jatimurni Pondok Melati, Bekasi sebanyak 42 peserta. Pengetahuan mengenai gizi seimbang balita diukur dengan cara penilaian pre-test dan post-test. Berikut adalah hasil penilaian pre-test dan post test dari Kader Kesehatan RW 004 Kp. Sawah Jatimurni Pondok Melati, Bekasi. Berdasarkan tabel dibawah diperoleh peningkatan pada rata-rata post test menjadi 90,3 dari

rata-rata pre-test yaitu 81,6. Pada hasil pre-test masih terdapat nilai terendah yaitu 60, tetapi pada hasil post-test naik menjadi 68. Nilai tertinggi pada hasil pre-test dan post-test sama yaitu peserta memperoleh nilai 100.

Tabel 1. Hasil Penilaian Nilai Pre Test dan Post Kader Kesehatan di RW 004 Kp. Sawah Jatimurni Pondok Melati, Bekasi

Nilai	Mean	Nilai Terendah	Nilai Tertinggi
Pre Test	81,6	60	100
Post Test	90,3	68	100

Pada acara penyegaran kader ini, terjadi komunikasi yang dua arah secara aktif antara kader dengan penyampai materi (narasumber). Beberapa pertanyaan merupakan pertanyaan mendasar yang belum diketahui oleh kader sebelumnya seperti pertanyaan “Apa itu GAKI?”. Kemudian terdapat pula pertanyaan seputar GAKI yaitu “Apa benjolan di leher selalu dikarenakan oleh GAKI?”. Berdasarkan pertanyaan tersebut terlihat bahwa masih terdapat kader yang belum sepenuhnya memahami permasalahan gizi kekurangan asupan iodium dan gejalanya.

Selanjutnya terdapat 2 pertanyaan dari kader tentang konsumsi tablet tambah darah. Pertanyaan pertama tentang lamanya ibu hamil harus mengonsumsi tablet tambah darah. Adapun pertanyaan kedua adalah amanya ibu nifas harus mengonsumsi tablet tambah darah. Kader Melati 8 membutuhkan pengetahuan pula tentang konsumsi tablet tambah darah karena salah satu program dari posyandu tsb adalah pemantauan pada status gizi ibu hamil.

Pertanyaan kader lainnya yaitu tentang campak dan cacar seperti “Apa perbedaan campak dengan cacar?” serta mitos yang berkembang seputarnya yaitu “Apakah benar mitos mengenai anak yang terkena campak tidak boleh mandi?”. Di samping itu, terdapat pula pertanyaan tentang stunting, dimana kader masih belum paham sepenuhnya perbedaan cebol (kretin) dengan stunting.

Terdapat kader yang tertarik dengan penjelasan mengenai pemanfaatan pekarangan rumah yang sempit sebagai media yang dapat dipakai untuk menanam sayuran, buah atau jenis tumbuhan yang dapat dikonsumsi. Selain itu, terdapat kader yang menanyakan bagaimana cara penanganan gizi buruk serta rekomendasi makanan yang dapat diberikan pada anak yang pertumbuhannya di Bawah Garis Merah (BGM).

Pertanyaan yang diajukan oleh kader dapat dijawab dengan baik sehingga terdapat peningkatan pemahaman kader akan pentingnya menjaga kesehatan balita, ibu hamil, menyusui, serta keluarga. Kader bersemangat dan antusias dengan kegiatan yang diadakan.

Posyandu merupakan salah satu bentuk UKBM yang dikelola dan diselenggarakan dari, oleh, untuk dan Bersama masyarakat dalam penyelenggaraan pembangunan kesehatan guna memberdayakan masyarakat dan memberikan kemudahan kepada masyarakat dalam memperoleh pelayanan angka kematian ibu dan bayi. Oleh sebab itu, untuk mendukung pembinaan posyandu diperlukan Langkah edukasi kepada masyarakat antara lain dengan peningkatan kapasitas kader melalui pelatihan kader posyandu (Kemenkes dan Pokjnal Posyandu Pusat, 2012).

Posyandu digunakan dalam rangka pencegahan dan penanggulangan masalah Kesehatan baik gizi, Kesehatan ibu dan anak, pola hidup bersih dan sehat, imunisasi dan sebagainya. Dalam praktik di masyarakat pelaksanaan posyandu masih mengalami beberapa kendala antara lain kemampuan kader yang masih kurang dalam kegiatan posyandu serta penyuluhan (Salamah dan Sulistyani, 2018).

Hasil pelatihan yang dilakukan ini memiliki nilai yang berbeda antara pre-test dan post-test tentang pengetahuan gizi seimbang balita bahwa edukasi, penyuluhan atau penyegaran kader sangat diperlukan bagi kader kesehatan dalam menambah pengetahuan. Kader Kesehatan sangat memerlukan informasi yang luas mengenai program peningkatan gizi balita, sehingga diharapkan dapat membina dengan memdai Kadarzi. Menurut Depkes (2007) program Keluarga Sadar Gizi (Kadarzi) merupakan upaya serta alternatif pemerintah dalam mengurangi masalah gizi yang ada di Indonesia. Pemberdayaan keluarga melalui revitalisasi Upaya Perbaikan Gizi Keluarga (UPGK) dan Pemberdayaan masyarakat melalui revitalisasi Posyandu dalam upaya perbaikan gizi yang dapat dilaksanakan oleh masyarakat sendiri diantaranya kader (Prasetyawati, 2012). Oleh karenanya diperlukan langkah nyata dalam mendorong kader kesehatan yang ada di daerah setempat agar dapat beralan dengan baik serta berkesinambungan.

Temuan lain juga terdapat di Desa Pamotoan dan Bagolo, Pangandaran, Provinsi Jawa Barat bahwa adanya hasil yang signifikan pada pengetahuan gizi seimbang balita pada kader Kesehatan setelah diberikan edukasi atau penyuluhan dengan P-value 0,00 (Solehati dkk, 2017). Sehingga dibutuhkan pemberdayaan lebih lanjut kader kesehatan yang dibantu puskesmas dan pemerintah untuk meningkatkan pengendalian gizi balita untuk dapat mewujudkan Indonesia yang sehat.

## **SIMPULAN**

Kegiatan edukasi gizi seimbang balita diikuti oleh total 42 kader kesehatan Posyandu. Berdasarkan hasil pre dan post test terlihat adanya peningkatan pengetahuan yang terlihat dari

nilai rata-rata sebelum dan sesudah edukasi gizi seimbang balita pada kader kesehatan. Peserta menunjukkan antusias yang baik selama kegiatan edukasi dengan adanya pertanyaan yang diajukan pada sesi tanya jawab atau diskusi.

## SARAN

Disarankan untuk melaksanakan edukasi gizi seimbang secara rutin dan diharapkan dapat mempelajari aspek-aspek lain terkait gizi seimbang pada masyarakat perkotaan. Serta diharapkan puskesmas maupun pemerintah dapat memberikan fasilitas untuk kader seperti seminar maupun pelatihan lainnya sehingga kader dapat lebih terampil.

## REFERENSI

- Departemen Kesehatan RI. (2007). *Strategi KIE Keluarga sadar Gizi (KADARZI)*. Jakarta: Direktorat Bina Gizi Masyarakat.
- Dewi, Sawitri. (2018). *Penyuluhan Gizi Seimbang Pada Balita Dalam Upaya Optimalisasi Tumbuh Kembang. The 8<sup>th</sup> University Research Colloquium*. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Handika Farma F.2016. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Keaktifan Kader Dalam Menjalankan Posyandu Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Plosan*. Skripsi. Surakarta
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
- Kemnterian Kesehatan RI. 2013. *Kurikulum dan Modul Pelatihan Kader Posyandu*.
- Prasetyawati AE. *Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) Dalam Millenium Development Goals (MDGs)*. Yogyakarta: Nuha Medika; 2012.
- Putra. Baswara G.T. 2016. *Gambaran Pengetahuan dan Kinerja Kader Posyandu di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Mengwi I Kabupaten Badung pada Bulan Juli- Agustus 2015*. E-Jurnal Medika. Vol.5. No. 10. Oktober 2016. <http://ojs.unud.ac.id/index>.
- Solehati, Tetti, Mamat Lukman, Cecep Eli Kosasih. (2017). *Pendidikan Kesehtan pada Kader dalam Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat tentang Perbaikan Gizi Balita*. Fakultas Keperawatan:Universitas Padjajaran.
- Yunita, Jasrida & Nurlisis. 2017. *Peran Kader dalam Pemantauan Pertumbuhan Balita BGM*. STIKes Hang Tuah Pekanbaru.