

# PEMBERDAYAAN KADER DAN KELUARGA DALAM UPAYA PENINGKATAN GIZI PADA BALITA DI WILAYAH PUSKESMAS KELURAHAN CIPAYUNG RW 02 JAKARTA TIMUR

Elly Dwi Wahyuni, Jomima Batlajery, Wahyudin Rajab  
Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jakarta III  
Email: [ellydwiw@yahoo.com](mailto:ellydwiw@yahoo.com)

## **ABSTRACT**

*The problem of under-five nutrition is still a health challenge for Indonesia. There are several ways that can affect the nutritional status of toddlers, therefore it is necessary to assess knowledge about toddler nutrition. The level of knowledge of maternal nutrition is less able to change the attitudes and behavior of mothers in choosing the food consumed by toddlers. In order to achieve optimal nutritional status of toddlers, mothers who have children under five should have good knowledge about nutrition delivered by health cadres as partners of midwives in carrying out their duties. The purpose of this community service is to improve the health of infants and toddlers through efforts to improve balanced nutrition and empower cadres and families with toddlers so that their condition does not experience malnutrition. Prevention efforts are carried out through counseling, mentoring and observation in the hope of increasing prevention knowledge and reducing impacts, including increasing good nutritional intake according to needs and increasing body resistance, especially during the current COVID-19 pandemic so that they are not easily exposed. The targets of this community service are Posyandu cadres and mothers with toddlers in RW 02, Cipayung sub-district, East Jakarta.*

**Keywords:** *Cadre Empowerment, Knowledge and nutritional status of toddlers*

## **ABSTRAK**

Masalah gizi balita masih menjadi tantangan kesehatan bagi Indonesia. Beberapa cara yang dapat mempengaruhi status gizi balita oleh karena itu perlu dilakukan pengakjian terhadap pengetahuan mengenai gizi balita. Tingkat pengetahuan gizi ibu kurang dapat mengubah sikap dan perilaku ibu dalam memilih makanan yang di konsumsi balita. Agar tercapainya status gizi balita yang optimal maka ibu yang memiliki anak balita hendaknya mempunyai pengetahuan yang baik tentang gizi yang disampaikan oleh kader kesehatan sebagai mitra bidan dalam melaksanakan tugasnya. Tujuan pengabmas ini adalah untuk meningkatkan kesehatan bayi dan balita melalui upaya peningkatan gizi seimbang dan memberdayakan kader serta keluarga yang memiliki balita agar kondisinya tidak mengalami kurang gizi. Upaya pencegahan yang dilakukan adalah melalui penyuluhan, pendampingan dan pengamatan dengan harapannya bisa meningkatkan pengetahuan pencegahan serta mengurangi dampak antara lain meningkatkan asupan gizi yang baik sesuai kebutuhan dan meningkatkn daya tahan tubuh terlebih pada masa kondisi pandemic covid 19 saat ini sehingga tidak mudah terpapar. Sasaran dari pengabdian masyarakat ini adalah kader Posyandu dan ibu yang memiliki balita di RW 02 keluarahan Cipayung Jakarta Timur.

**Kata Kunci :** Pemberdayaan Kader, Pengetahuan dan status gizi balita

## PENDAHULUAN

Masalah gizi anak secara garis besar merupakan dampak dari ketidak seimbangan antara asupan dan keluaran zat gizi (*nutritional imbalance*), yaitu asupan yang melebihi keluaran atau sebaliknya, di samping kesalahan dalam memilih bahan makanan untuk di konsumsi. Masa yang paling utama bagi seorang balita periode dua tahun pertama kehidupan disebut juga dengan periode emas (*Golden age*). Pada masa ini merupakan titik kritis bagi pertumbuhan dan perkembangan balita. Kebutuhan zat gizi tidak dapat terpenuhi maka dapat terjadi gangguan gizi di masa tersebut dan akan berdampak pada masa yang akan mendatang (Muklis, dkk 2018). Pertumbuhan dan perkembangan dipengaruhi oleh kondisi status gizi balita. Status gizi pada lima tahun pertama akan berpengaruh pada kualitas kecerdasan balita. Oleh karena peranan gizi sangat di butuhkan untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan serta membantu terhindar dari masalah kesehatan terlebih pada kondisi pandemic covid 19 seperti sekarang ini. Salah satu yang mempengaruhi status gizi kurang balita adalah pengetahuan ibu tentang gizi (Tantejo, dkk 2014). Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, makanan dengan zat gizi pada makanan, makanan yang dikonsumsi aman dan tidak menimbulkan penyakit dan cara pengolahan yang baik agar tidak menghilangkan zat gizi pada makanan tersebut. Tingkat pengetahuan ibu yang kurang dapat mempengaruhi sikap dan perilaku ibu dalam memilih makanan yang dikonsumsi oleh balita yang akan menjadi penentu status gizi balita (Watania dkk, 2016).

Hasil survei awal yang dilakukan di wilayah kerja puskesmas kelurahan Cipayung yaitu pada lokasi RW 02 yang masih banyak didapatkan balita yang kategori kurang gizi. balita sditemukan data dengan jumlah balita dari usia 0-59 bulan yaitu 88 balita. Dari data tersebut 15 balita dengan perkembangan Berat badan yang lambat Tujuan dari pengabmas ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan kader dan ibu yang memiliki balita tentang gizi balita di Wilayah Kerja Puskesmas Kelurahan RW 02 Jakarta Timur.

Solusi yang ditawarkan yaitu melakukan penyuluhan sosialisasi gizi seimbang pada balita melalui pemberian materi dan media KIE dan mendemonstrasikan pengolahan makanan yang baik dan benar

Pada umumnya setiap kegiatan pasti memiliki target luaran yang diharapkan dapat terwujud dari mekanisme kinerja yang sudah dilaksanakan. Seperti peningkatan kualitas sumber daya manusia (khususnya kader posyandu) serta penerapan ilmu pengetahuan dan teknologi dimasyarakat Adapun rincian dari target luaran pada pengaduan masyarakat ini adalah :

1. Teridentifikasinya Pengetahuan Gizi Seimbang
2. Meningkatnya pengetahuan, sikap dan perilaku melalui penyuluhan tentang Gizi Seimbang untuk balita
3. Memotivasi (membangun kemauan) diri para kader tentang Gizi Seimbang untuk balita
4. Masing masing kader dapat memotivasi dengan mengaplikasikan informasi tentang Gizi Seimbang untuk balita

## **METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk membantu Kader dan ibu yang memiliki anak balita dalam meningkatkan pengetahuan tentang gizi balita untuk upaya meningkatkan keterampilannya dalam mengelola makanan yang tepat untuk balita agar dapat memenuhi unsur gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan balita. Metode cara pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan adalah melakukan identifikasi kader tentang tingkat pengetahuan kader tentang gizi balita dan pengelolaan makanan yang bergizi melalui pretest, kemudian dilanjutkan dengan sosialisasi atau penyuluhan tentang gizi balita dan cara pengelolaan makanan yang baik. Setelah kader kesehatan mendapatkan pengetahuan maka dilakukan pelatihan dan pendampingan kader dengan cara demonstrasi bagaimana proses tata cara mengelola makanan yang baik dan bernutrisi bagi balita. Setelah kader kesehatan dibimbing untuk menerapkan hasil pelatihan maka dilakukan post test untuk mengetahui sejauh mana peningkatan pengetahuan kader tentang gizi balita dan tata cara pengelolaan makanan yang benar.

Tempat pelaksanaan di RW 02 Kelurahan Cipayung Jakarta Timur dengan 4 kali kegiatan mulai tanggal 21 Mei sampai dengan September 2021. Diawali dengan tahap persiapan penyusunan proposal, pemantapan dan penentuan lokasi, konsultasi dan koordinasi dengan tim pakar untuk instrument, bahan materi pelatihan berupa booklet dan video animasi. Untuk koordinasi dilakukan pendekatan dan perizinan kepada ketua RW 02 dan kader posyandu kemudian dilanjutkan dengan survey pendahuluan di lokasi dan sasaran tim mitra.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat tahap pertama

Tahap Pelaksanaan pelatihan dilakukan persiapan. dalam tahap ini dilakukan screening awal pengetahuan kader RW 06 tentang peningkatan pengetahuan gizi balita : sesi pelatihan ini menitik beratkan pada pemberian penjelasan dan memotivasi kader kesehatan agar mau memberikan informasi kepada masyarakat tentang status gizi balita untuk mencegah kesakitan

dan kematian pada bayi/ balita. Kegiatan skrining awal pengetahuan Kader tentang peningkatan pengetahuan gizi balita pada kader RW kesehatan RW 06 berjalan sesuai dengan rencana. Materi yang disampaikan terdiri dari pengertian gizi pada balita, komponen gizi dalam mengkonsumsi makanan, mitos - mitos seputar makanan yang diperbolehkan untuk balita, pengelolaan makanan yang masih salah dan belum tepat.

Proses pengabmas ini ada tiga langkah, langkah pertama dilakukan kegiatan tes secara tertulis yang dilaksanakan untuk mengetahui tingkat pengetahuan kader tentang gizi balita. Setelah tes tertulis dilanjutkan langkah kedua dengan sharing pengalaman antara kader tentang gizi balita dan tata cara mengelola makanan, serta kebiasaan-kebiasaan atau mitos-mitos cara memebrikan makanan kepada balita. Selanjutnya diakhiri langkah ketiga dengan pemaparan materi tentang nutrisi. Metode yang digunakan adalah ceramah interaktif, small group discussion dan diskusi terarah yang dilakukan oleh tim pengabmas. Hasil luaran kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah leaflet. Penggunaan leaflet yang diberikan kepada kader merupakan strategi agar lebih paham tidak jenuh dan lebih mudah memahami tentang peningkatan gizi pada balita dan cara mengelola makanan yang baik.

#### Karakteristik Kader

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Kader RW 06 Kelurahan Cipayang

No	Karakteristik Kader	N=20	%
1.	<b>Usia (Tahun) Kader</b>		
	Dewasa Awal (20-39)	17	85
	Dewasa Tengah (40-59)	3	15
2.	<b>Pendidikan kader</b>		
	SMP-SMA	17	85
	PT (d3)	3	15
3.	<b>Jumlah Anak kader</b>		
	1 Orang	4	20
	2-5 Orang	16	80
	>5 Orang	0	0
4.	<b>Pendapatan Keluarga Kader</b>		
	UMR	12	60
	Tidak UMR	8	40

Umur kader bervariasi dari mulai 19 tahun sampai 46 tahun. Pengelompokan umur dibagi dalam 2 kategori yaitu dewasa awal (20-39 tahun), dan dewasa tengah (40-59 tahun). Tabel 4.1 menunjukkan bahwa kader dengan usia terbanyak adalah dewasa awal (20-39 tahun) sebanyak 17 orang (85%) dan yang termasuk usia terendah adalah dewasa tengah (40-59 tahun) sebanyak 3 orang (15%). Tingkat pendidikan kader juga bervariasi dari tingkat SMP sampai tingkat Perguruan Tinggi. Yang terbanyak yaitu kade rberpendidikan SMP - SMA sebanyak 17 orang (85%).

Kegiatan pengabdian masyarakat tahap kedua

Pada tahap kedua dilakukan penyuluhan tentang Gizi Seimbang untuk balita dan permasalahan yang ada diakhir dilakukan metode Tanya jawab. Tanya jawab sangat penting bagi peserta pelatihan, baik disaat menerima penjelasan tentang Gizi Seimbang yaitu diawali dengan Jenis makanan, kandungan yang ada pada makanan dan cara pengolahan makanan yg benar. metode ini sangat memungkinkan para kader menggali pengetahuan sebanyak banyaknya tentang topik tersebut.



Gambar 1. Pemaparan materi



Gambar 2. Booklet dan video animasi

Kegiatan pengabdian masyarakat tahap ketiga

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam upaya peningkatan pengetahuan gizi balita dilakuka pelatihan bagaimana mengelola makanan yang benar dan tepat. Kegiatan ini dilaksanakan 18 Juli 2021. Tim mendemonstrasikan bagaimana mengolah makan yang mudah di masak dan tetap masih tinggi kadar nutrisi, sehingga asupan makanan yang diberikan memenuhi unsur gizi yang dibutuhkan oleh balita. 20 Kader antusias mengikti pelatihan cara

mengolah makanan khusus untuk balita dan berjalan dengan lancar. Menu yang di buat cara membuat sayur darai sayuran hijau, bubur saaring, dan beberapa menu bahan hewani dan nabati.



Gambar 3. Cara mengolah makanan bergizi.

#### Kegiatan pengabdian masyarakat tahap keempat

Pada tahap ini, melakukan refleksi kegiatan pengabdian masyarakat , dilanjutkan dengan evaluasi kegiatan. Pada aspek pencapaian tujuan pelatihan juga penyelenggaraan pelatihan. Evaluasi proses dan akhir dilakukan dengan angket Tanya jawab dan observasi . indikator keberhasilan dalam pelaksanaan pelatihan tentang peningkatan pengetahuan gizi balita dan tata cara pengolaan makanan balita yang benar ada dua metode yaitu evaluasi selama proses pelatihan dan pasca pelatihan. Dilakukan posttes untuk mengetahui indicator peningkatan pengetahuan kader tentang gizi balita dan penegloaan makanan balita yang tepat dan benar untuk balita.Hasilnya ada peningkatan pengetahuan tanteng gizi balita dan menambah keterampilan dalam mengelola makanan. Indikator Keberhasilan selama proses pelatihan dengan melihat : Kemampuan Kader Kesehatan dalam pemahaman kegiatan informasi upaya peningkatan pengetahuan gizi balita bertambah. Lebih dari 90 % peserta atau kader memahami setelah kegiatan pelaksanaan pelatihan Lebih dari 75 % peserta atau kader mampu menjelaskan kembali tentang pengetahuan gizi balita dengan baik setelah pelatihan. Lebih dari 60 % peserta atau kader mampu mensosialisasikan tentang Gizi seimbang pada balita dan cara mengelola makanan dengan benar terhadap teman sesama kader dan kepada ibu yang memiliki balita.

## SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabmas tentang pemberdayaan kader dan keluarga dalam upaya peningkatan gizi pada balita di wilayah Puskesmas Kelurahan Cipayung RW 02 Jakarta Timur 2021 bahwa sebagian besar ibu memiliki pengetahuan gizi cukup. Bagi masyarakat perlu aktif dalam kegiatan posyandu agar masyarakat mendapatkan penyuluhan dan pengetahuan gizi tentang zat-gizi khususnya pada balita. Bagi petugas ahli gizi di puskesmas diharapkan untuk lebih meningkatkan kinerjanya dan memberikan penyuluhan serta konsultasi melalui media leaflet kepada ibu balita tentang pengetahuan gizi. diharapkan dapat mengaplikasikan ilmu yang diterima dalam kehidupan sehari-hari.

## DAFTAR PUSTAKA

- Depkes RI & WHO 2008." *Modul Pelatihan Penilaian Pertumbuhan Anak (Interpretasi Indikator Pertumbuhan)*"
- Elvina. Helendra. Dan Erismar. 2012. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Status Gizi Balita di Desa Sioban Kabupaten Kepulauan mentawai.*
- Mardhiah, D., Ekayanti, I. dan Setiawan, B. 2019 "The Relationship Between Mother ' s Nutritional Knowledge Towards Fruits Vegetables Consumption and Nutritional Status of Pre School Children Kindergarten Salman Jakarta," 2019, hal. 47–52
- Mauludi, N. F., Yuswatiningsih, E., & Yosdimyati, L. 2018. *Hubungan Keaktifan Ibu dalam Kegiatan Posyandu dengan Status Gizi Bayi 0-12 Bulan di Desa Triwung Lor Kecamatan Kademangan Probolinggo, 5–9.*
- Muklis, Wasliah, I. dan Utami, K. 2018. "Kunjungan Ibu Dengan Status Gizi Balita Di Desa Ketapang Raya Lombok Timur," 2(1), hal. 47–54.
- Notoatmodjo, S. (2010) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Octaviani, I. A., & Ani, M. 2012. *Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Ibu Buruh Pabrik Tentang KADARZI(Keluarga Sadar Gizi) dengan Status Gizi Anak Balita(Studi di Kelurahan Pagersari, Ungaran)*. Journal of Nutrition College, 1(1), 46–54.
- Octaviani, U., Neti, J., & Ai, M. 2008. *Hubungan Keaktifan Keluarga dalam Kegiatan Posyandu dengan Status Gizi Balita di Desa Rancaekek Kulon Kecamatan Raancaekek, 1–16.*
- Puspasari, N. dan Andriani, M. 2017 "Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Asupan Makan Balita dengan Status Gizi Balita ( BB / U ) Usia 12-24 Bulan," hal. 369–378.
- Puspitasari, I. 2015. *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Partisipasi Ibu Balita Ke Posyandu Kencursari I di Dukuh Tegaltandan Desa Banguntapan Kabupaten Bantul.*
- Rakhmawati, N.Z dan Binar P. 2014. "Hubungan Pengetahuan dan sikap ibu dengan perilaku Pemberian Makanan Anak Usia 12-24 Bulan".3(1), hal.43-50.
- Sakbaniyah, S., Susi, H. dan Mustika, D. 2012. "Hubungan Pengetahuan Ibu Balita Dengan

Kepatuhan Kunjungan Balita Ke Posyandu Di Desa Sumberejo Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak,” hal. 39–44.

Tantejo, B. dan Chriastianto, E. 2014 “Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi balita di wilayah kerja puskesmas xiii koto kampar tahun 2013,” 1(2), hal. 1–10.

UNICEF 1990."Strategy for improved nutrition of children and women in developing countries. New york: United Nations Children's Fund

Watania, T., Mayulu, N. dan Kawengian, S. 2016. “Hubungan pengetahuan gizi ibu dengan kecukupan asupan energi anak usia 1-3 tahun di Desa Mopusi,” 4(2).

Yogiswara, B. A. 2011. “Hubungan Antara Tingkat Partisipasi Ibu di Posyandu Dengan Status Gizi Balita.”

WHO.Word Health Statistics 2018." *Monitoring Health For The SDGs*". Word Health Organization.