



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/wocd/article/view/wocd3104>

Edukasi Kelompok Kader tentang Gizi Seimbang dalam Rangka Pencegahan *Stunting*

Arman¹,^KSumiaty²

^{1,2}Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi (^K): sumiaty.sumiaty@umi.ac.id

armanidris@yahoo.co.id¹, sumiaty.sumiaty@umi.ac.id²

(08114120142)

Abstract

Research shows that children (6-23 months) who are stunted in addition to having lower IQ levels, they also have lower psychomotor ratings. Posyandu cadres can play a role in the process of transferring health information and skills to the community. Maros Regency is one of the Focus Locations for the Integrated Stunting Reduction Intervention in 2021 and Pucak Village is one of UMI's service villages. The purpose of community service (CV) is to increase the knowledge of Posyandu cadres about balanced nutrition in preventing Stunting. The solution offered is to increase knowledge about Stunting and balanced nutrition through the lecture method and distribution of brochures. The methods used in CV activities are lectures and distribution of brochures. The implementation of this CV activity was carried out in three sessions, namely 1) Filling in the pre-test by Cadres, 2) Giving Materials namely Stunting, Balanced Nutrition for Toddlers and Recipes for complementary of feeding 6-24 Months, 3) Filling in the Post-test by Cadres. The conclusion that education about balanced nutrition in the context of preventing Stunting shows that there is a change in Cadre knowledge with a mean or average post-test value of 9.3846 which is greater than the pre-test value of 8.2308.

Keywords: Education; Balanced Nutrition; Stunting; Cadre.

PUBLISHED BY :

Pusat Kajian Dan Pengelola Jurnal
Fakultas Kesehatan masyarakat
Universitas Muslim Indonesia

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

Jurnal.wocd@umi.ac.id

Phone : +62 85397539583

Article history : (dilengkapi oleh admin)

Received 7 Desember 2021

Received in revised 20 Desember 2021

Accepted 27 Februari 2022

Available online 30 Juni 2022

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



Abstrak

Gizi seimbang dalam rangka pencegahan *Stunting* menunjukkan bahwa terjadi perubahan pengetahuan Kader dengan Mean atau rata-rata nilai posttest 9,3846 di mana lebih besar dari pada nilai pretest yaitu 8,2308. Diharapkan Kader dapat mengimplementasikan informasi yang diperoleh Penelitian menunjukkan anak (6-23 bulan) yang *Stunting* selain memiliki tingkat IQ yang lebih rendah, mereka juga memiliki penilaian lebih rendah pada psikomotor. Kader posyandu dapat berperan dalam proses alih informasi dan keterampilan kesehatan kepada masyarakat. Kabupaten Maros merupakan salah satu Lokasi Fokus Intervensi Penurunan *Stunting* Terintegrasi Tahun 2021 dan Desa Pucak adalah salah satu desa pengabdian UMI. Tujuan PkM adalah meningkatkan pengetahuan Kader posyandu tentang gizi seimbang dalam upaya pencegahan *Stunting*. Solusi yang ditawarkan adalah Peningkatan pengetahuan tentang *Stunting* dan gizi seimbang melalui metode ceramah dan pembagian Brosur. Metode yang digunakan dalam kegiatan PkM yaitu ceramah dan pembagian Brosur. Pelaksanaan Kegiatan PkM ini dilakukan tiga sesi yaitu 1) Pengisian pre test oleh Kader, 2) Pemberian Materi yaitu *Stunting*, Gizi Seimbang pada Balita dan Resep MP-ASI 6-24 Bulan, 3) Pengisian Post test oleh Kader. Kesimpulan bahwa edukasi tentang pada saat pelatihan kepada ibu baduta sehingga dapat mencegah terjadinya *Stunting* pada anaknya.

Kata Kunci: Edukasi; Gizi Seimbang; *Stunting*; Kader.

A. PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi yang terjadi di Indonesia. *Stunting* adalah status gizi yang didasarkan pada indeks Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) dengan ambang batas (*Z-score*) <-2 Standar Deviasi (SD) (1). Menurut data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, angka kejadian *Stunting* di Indonesia mencapai 30,8%. Walaupun sudah menurun dibandingkan dengan tahun 2013 yaitu sekitar 37,2%, angka tersebut masih tergolong tinggi karena masih berada di atas ambang maksimal dari WHO yaitu sebesar 20% (2).

Bayi yang mengalami severe *Stunting* di dua tahun pertama kehidupannya memiliki hubungan sangat kuat terhadap keterlambatan kognitif dimasa kanak-kanak nantinya (3). Penelitian menunjukkan anak (6-23 bulan) yang *Stunting* selain memiliki tingkat IQ yang lebih rendah, mereka juga memiliki penilaian lebih rendah pada psikomotor (4).

Salah satu penyebab *Stunting* adalah Pola makan yang kurang baik akan berpengaruh terhadap asupan zat gizi, terutama asupan zat-zat gizi yang berperan pada pertumbuhan anak. Pola makan yang kurang baik berpengaruh terhadap kejadian *Stunting* (5). Pada anak-anak yang

Stunting lebih banyak ditemukan memiliki susunan hidangan yang sederhana yaitu hanya terdiri atas nasi, lauk dan sayur saja. Pola makan yang kurang seimbang menyebabkan tidak terpenuhinya kebutuhan gizi anak, terutama asupan zat-zat gizi mikro (6).

Peningkatan kapasitas kader posyandu menjadi prioritas karena kader posyandu merupakan tenaga sukarela yang memiliki kepedulian yang tinggi terhadap masyarakat di bidang kesehatan. Kader posyandu dapat berperan dalam proses alih informasi dan keterampilan kesehatan kepada masyarakat. Kader posyandu dapat membantu masyarakat mengidentifikasi dan menjawab kebutuhan kesehatan secara mandiri (7).

Kader posyandu juga turut andil dalam proses mendekatkan pelayanan kesehatan dasar, terutama berkaitan dengan kesehatan ibu dan anak pada periode 1000 HPK kepada masyarakat. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan kader posyandu tentang pentingnya periode 1000 HPK sebagai upaya pencegahan *Stunting* dan masalah kurang gizi lainnya serta meningkatkan gizi dan kesehatan salah satunya pengetahuan tentang gizi seimbang pada periode tersebut melalui pemberdayaan kader posyandu. Meningkatkan kerjasama dengan beberapa pihak terkait (Kepala Desa, Bidan Desa, dan kader posyandu) (8).

Alasan memilih Lokasi Pengabdian di Desa Pucak dikarenakan Angka prevalensi *Stunting* di Kabupaten Maros masih berada di angka 14,09 persen, angka itu tergolong tinggi. Kabupaten Maros merupakan salah satu Lokasi Fokus Intervensi Penurunan *Stunting* Terintegrasi Tahun 2021. Dan Desa Pucak adalah salah satu desa pengabdian UMI. Berdasarkan permasalahan mitra yang telah diuraikan sebelumnya maka solusi yang ditawarkan adalah peningkatan pengetahuan tentang *Stunting* dan gizi seimbang melalui metode ceramah dan pembagian brosur. Jenis luaran yang dihasilkan berupa peningkatan atau perubahan pengetahuan Kader tentang Gizi seimbang pada anak Balita.

B. PELAKSAAAN DAN METODE

Kegiatan PkM dilaksanakan di Desa Pucak Kecamatan Tompobulu Kabupaten Maros. Partisipan yang mengikuti kegiatan PkM adalah Kader sebanyak 13 orang. Tahap persiapan yaitu koordinasi dengan mitra, menyiapkan alat dan bahan untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian, undangan dan administrasi. Tahap Pelaksanaan dilakukan tiga sesi yaitu 1) Pengisian Pre test, 2) Pemberian materi dengan metode ceramah dan pembagian brosur tentang *Stunting* oleh Ketua tim, adapun materi yang diberikan yaitu definisi *Stunting*, penyebab *Stunting*, gejala *Stunting* dan

dampak *Stunting*. Materi kedua tentang gizi seimbang diberikan oleh anggota tim dengan materi definisi gizi seimbang, prinsip gizi seimbang, sepuluh pedoman gizi seimbang dan cara menyusun menu gizi seimbang, materi ketiga yaitu resep MP-ASI usia 6-24 bulan yang bahan pangannya mudah dijangkau, 3) Pengisian Post test. Tahap Evaluasi yaitu perubahan pengetahuan peserta mitra melalui pre dan post test ke arah yang positif. Dengan peningkatan pengetahuan mitra diharapkan informasi yang telah didapatkan pada kegiatan pengabdian ini akan diberikan kepada ibu balita pada saat menjalankan tugasnya sebagai kader posyandu salah satunya adalah konseling gizi.

C.HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan PkM diawali dengan pengisian pre test oleh Kader sebanyak 13 orang. pertanyaan pre test terdiri dari 10 pertanyaan yang berisi tentang materi *Stunting* dan Gizi seimbang yang akan disampaikan pada sesi berikutnya. Pelaksanaan pre test berlangsung selama 15 menit, para Kader berkonsentrasi dalam pengisian pre test tersebut. Dalam pelaksanaannya didampingi oleh mahasiswa yang dilibatkan dalam kegiatan pengabdian ini, apabila ada pertanyaan yang kurang jelas dapat ditanyakan langsung kepada mereka. Sesi selanjutnya adalah pemberian materi, dimana materi yang disampaikan ada 3 yaitu pertama tentang *Stunting*, kedua tentang Gizi Seimbang dan ketiga tentang resep MP-ASI. Sebelum pemberian materi para Kader diberikan hard copy yang berisi semua materi yang akan disampaikan dan Brosur.



Gambar 1. Brosur tentang *Stunting* dan Gizi Seimbang

Materi pertama disampaikan oleh Ketua Peneliti tentang *Stunting* sesuai kepakaran yaitu Epidemiologi penyakit tidak menular. Adapun materi yang diberikan yaitu pengertian *Stunting*, prevalensi *Stunting*, dampak dan upaya penanggulangan *Stunting*.



Gambar 2. Pemberian materi tentang *Stunting*

Stunting adalah masalah gizi berkaitan dengan tinggi badan yang tidak sesuai dengan usia atau nama lainnya adalah pendek dan sangat pendek. Hal ini sering dialami oleh Balita akibat pemberian asupan makanan yang tidak optimal dan penyakit infeksi. Dan akan berdampak pada perkembangan kognitif anak, salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah memperhatikan MP-ASI nya.

Materi kedua selesai dilanjutkan pemberian materi yang kedua yaitu Gizi seimbang dibawakan oleh anggota peneliti sesuai dengan kepakarannya peminatan gizi. Adapun materi tersebut berisi tentang pengertian gizi seimbang, prinsip gizi seimbang, cara menyusun menu seimbang anak 6-24 bulan, jadwal dan tekstur pemberian makanan anak 6-24 bulan, prinsip pemberian makanananak 6-24 bulan, dan hal-hal yang harus diperhatikan dalam memberikan MP-ASI.



Gambar 3. Pemberian Materi Gizi Seimbang

Gizi seimbang pada anak adalah pemberian makanan kepada anak yang mengandung beraneka ragam zat gizi sesuai dengan kebutuhannya. Gizi seimbang sangat dibutuhkan anak agar pertumbuhan dan perkembangan optimal dan terhindar dari penyakit infeksi. Adapun makanan pada anak usia 6-24 bulan yaitu ASI Eksklusif 0-6 bulan dan MP-ASI 6-24 bulan. Setelah materi *Stunting* dan Gizi seimbang selesai, selanjutnya mahasiswa menjelaskan tentang resep MP-ASI. Mahasiswa yang dilibatkan berasal dari peminatan gizi yang mana mereka telah dibekali cara menyusun menu anak balita pada mata kuliah Gizi Daur Hidup. Resep MP-ASI yang kami tawarkan ada 2 jenis yaitu MP-ASI 6-12 bulan dan MP-ASI 12-24 bulan dikarenakan dari segi tekstur berbeda. Resep MP-ASI 6-12 bulan terdiri dari Bubur Susu Kentang dan Nasi Tim Telur, Resep MP-ASI 6-24 bulan terdiri dari Sup Telur Puyuh dan Ayam Teriyaki.



Gambar 4. Resep Bubur Susu Kentang dan Nasi Tim Telur



Gambar 5. Resep Sup Telur Puyuh dan Ayam Teriyaki

Pada saat sesi materi, para kader sangat memperhatikan dengan seksama dan antusias memberikan pertanyaan yang berkaitan dengan resep, karena resep yang disajikan merupakan resep baru bagi mereka dan terdiri dari bahan makanan yang mudah dijangkau serta mengandung nilai gizi yang tinggi yaitu karbohidrat, protein dan Lemak yang sangat dibutuhkan anak di masa pertumbuhan. Selain itu, mereka mempunyai hambatan dalam memberikan makanan pada

anakanya dikarenakan anaknya yang tidak tertarik dengan makanan yang mereka sajikan kemungkinan disebabkan bosan dengan menunya, sehingga resep yang kami berikan sangat membantu bagi mereka. Setelah semua materi dijelaskan, sesi selanjutnya pengisian post test yang didampingi oleh mahasiswa. Pengisian post test dilakukan selama 15 menit.

Berdasarkan hasil analisis pre dan post test yang dilakukan Kader menunjukkan adanya perubahan pengetahuan Kader ke arah positif khususnya tentang Gizi Seimbang.

Tabel. 1. Perubahan Edukasi Kelompok Kader tentang Gizi Seimbang dalam Rangka Pencegahan Stunting

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pengetahuan Pretest	13	8.2308	1.53590	4.00	10.00
Pengetahuan Posttest	13	9.3846	1.32530	6.00	10.00

Tabel 1. menunjukkan nilai Mean, standart deviasi, minimum dan maksimum dari masing-masing kelompok data (pretest dan posttest). Mean atau rata-rata nilai posttest 9,3846 di mana lebih besar dari pada nilai pretest yaitu 8,2308.

D. PENUTUP

Simpulan

Kesimpulan dari Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat di Desa Pucak yaitu edukasi tentang gizi seimbang dalam rangka pencegahan *Stunting* dalam bentuk ceramah dan pembagian Brosur menunjukkan bahwa terjadi perubahan pengetahuan Kader dengan Mean atau rata-rata nilai posttest 9,3846 di mana lebih besar dari pada nilai pretest yaitu 8,2308.

Terjadinya perubahan pengetahuan tentang Gizi seimbang pada Kader maka diharapkan edukasi ini akan diteruskan kepada ibu balita yang membawa anaknya ke posyandu sehingga pola asuh dalam pemberian makanan dapat optimal dan *Stunting* dapat dicegah.

Saran

Diharapkan Kader dapat mengimplementasikan informasi yang diperoleh pada saat pelatihan kepada ibu baduta sehingga dapat mencegah terjadinya *Stunting* pada anaknya. Saran yang dapat diberikan bagi kegiatan pengabdian selanjutnya adalah pelatihan membuat MP-ASI dengan menggunakan bahan pangan lokal.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada LPkM UMI atas bantuan dana yang diberikan kepada tim pelaksana pengabdian dan pimpinan Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI atas dukungan moril yang diberikan.

E. DAFTAR PUSTAKA

1. Direktorat Gizi Masyarakat Kemenkes RI. Buku Saku Pemantauan Status Gizi. In Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2017.
2. Kementerian Kesehatan RI. Riskendas 2018. Lap Nas Riskesndas 2018 [Internet]. 2018;44(8):181–222. Available from: [http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK No. 57 Tahun 2013 tentang PTRM.pdf](http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK_No_57_Tahun_2013_tentang_PTRM.pdf)
3. Abubakar, A., Uriyo, J., Masuya, S.E., Swai, M., & Stray-Pedersen B. Prevalence and risk factors for poor nutritional status among children in the Kilimanjaro Region of Tanzania. *Int J Environ Res Public Health*. 2014;9.
4. Adeba, A., Garoma, S., Gemede, H.F., & Garoma W. Prevalence of Stunting and associated factors of children among 6-59 bulan age in Guto Gida Distric, East Wollega Zone, Oromia, Ethiopia. *Food Sci Qual Manag*. 2014;29:1–18.
5. Lewit EM & Kerrebrock N. Population-based growth Stuntin. *The Future of Children. Child Poverty*. 2019;7(2):149–156.
6. Kameliawati F. Edukasi Gizi Seimbang Dan Pemantauan Status Gizi Balita Di Posyandu Melati Desa Wonosari, Gadingrejo, Pringsewu. *J Pengabd Kpd Masy UAP (ABDI KE UAP)*. 2018;
7. Eva Yuliani dkk. Pelatihan Kader Kesehatan Deteksi Dini Stunting Pada Balita Di Desa Betteng. Tidak terpublikasi. 2018;
8. Kementerian Kesehatan RI. Pedoman gizi seimbang. In Jakarta; 2014.