

**PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN KADER
MELALUI PELATIHAN TENTANG PRAKTIK DALAM PEMBERIAN
MAKAN PADA BALITA DALAM UPAYA PENCEGAHAN
DAN MENURUNKAN KEJADIAN STUNTING**

**Lince Amelia¹, Indah Dwi Rahayu², Dinarwulan Puspita³, Ditha Astuti
Purnamawati⁴**

^{1,2,3,4} Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Muhammadiyah Pontianak

E-Mail : linceamelia2@gmail.com

ABSTRAK

Masalah gizi pada anak balita di pengaruhi oleh asupan makanan dan penyakit infeksi. Kekurangan vitamin yang membuat anak mengalami gangguan pertumbuhan, dapat menyebabkan gangguan tumbuh kembang, dan masalah gizi pada balita adalah *stunting*. Angka balita *stunting* di Indonesia masih tinggi dan merupakan masalah kesehatan yang harus ditanggulangi. Upaya pencegahan dan penanggulangan *stunting* saat ini masih terus dilakukan, salah satunya adalah dengan meningkatkan pengetahuan kader tentang praktik pemberian makan pada Balita. Kader posyandu merupakan anggota masyarakat yang dipilih dari dan oleh masyarakat. Tujuan PKM ini adalah untuk menambah pengetahuan keterampilan kader tentang praktik pemberian makan pada Balita dan target luaran yang akan dicapai adalah dipublikasikan media online dan artikel jurnal. Metode pengabdian kepada masyarakat ini adalah pendidikan kesehatan tentang pemberian makan pada Balita dan Pendampingan dalam mempraktikkan pemberian makan pada balita. Peserta pengabdian kepada masyarakat ini adalah kader posyandu sebanyak 12 orang. Tempat pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yaitu di posyandu desa Pal IX Kecamatan Sungai Kakap, Kabupaten Kubu Raya. Setelah memberikan pendidikan kesehatan dan pelatihan mempraktikkan cara pemberian makan pada balita, kader-kader posyandu tersebut paham tentang cara pemberian makan pada balita dan pengenalan tekstur makanan disetiap usia.

Kata Kunci : pendidikan kesehatan, praktik pemberian makan balita

ABSTRACT

Nutritional problems in children under five are influenced by food intake and infectious diseases. Lack of vitamins that make children experience growth disorders, can cause growth disorders, and nutritional problems in toddlers are stunting. The stunting rate of children under five in Indonesia is still high and is a health problem that must be addressed. Efforts to prevent and control stunting are still being carried out, one of which is by increasing the knowledge of cadres about feeding practices to toddlers. Posyandu cadres are community members who are chosen from and by the community. The purpose of this PKM is to increase the knowledge of cadres skills about feeding practices to toddlers and the output targets to be achieved are published online media and journal articles. This community service method is health education about feeding toddlers and

mentoring in practicing feeding toddlers. Participants in this community service are posyandu cadres as many as 12 people. The place for community service is at the Posyandu, Pal IX Village, Sungai Kakap District, Kubu Raya Regency. After providing health education and training in practicing how to feed toddlers, the posyandu cadres understand how to feed toddlers and the introduction of food textures at every age.

Keywords: *health education, toddler feeding practice*

1. PENDAHULUAN

Masalah gizi pada anak balita di pengaruhi oleh asupan makanan dan penyakit infeksi (UNICEF,2015). Asupan zat gizi pada makanan yang tidak optimal dapat menimbulkan masalah gizi kurang, dan gizi lebih. Masalah gizi pada balita antara lain, kekurangan energi protein (KEP) adalah kondisi dimana tubuh kekurangan makronutrien yang merupakan sumber energi, termasuk protein, Kekurangan vitamin A (KVA) yang membuat anak mengalami gangguan pertumbuhan, Anemia gizi besi (AGB) adalah terhambatnya pertumbuhan pada anak, gangguan akibat kekurangan yodium (GAKY) dapat menyebabkan gangguan tumbuh kembang, dan gizi lebih (Susilo & kuspriyanto,2016). Masalah yang sering terjadi pada balita adalah masalah *stunting* (Kemenkes RI, 2018).

Status gizi pada seorang balita (1-5 tahun) membutuhkan nutrisi yang lebih banyak karena pada masa inilah dianggap sebagai masa keemasan. Dalam masa ini seorang anak akan mengalami perkembangan fisik, mental, dan akan menemukan berbagai hal baru, sehingga terpenuhinya nutrisi pada masa ini sangatlah berperan penting (Hasdianah, Siyoto, & Peristyowati, 2014). Di dunia terdapat 162 juta anak balita usia dibawah 5 tahun terancam dan beresiko mengalami *stunting*, WHO(*World Health Organization*) (2014) memperkirakan jika *stunting* terus berlanjut maka pada tahun 2025 diproyeksikan akan ada 127 juta anak balita akan mengalami *stunting*. Di Asia sendiri terdapat 56% anak dan di Afrika 36% anak (Kemenkes RI, 2016). Angka kematian balita di negara-negara berkembang khususnya indonesia masih cukup tinggi. Salah satu penyebab yang menonjol diantaranya karena keadaan gizi yang kurang baik. Di Indonesia, saat ini tercatat 4,5% dari 22 juta balita atau 900 ribu balita di Indonesia mengalami gizi kurang atau gizi buruk dan mengakibatkan lebih dari 80% kematian anak (Kemenkes, 2013). Penyebab *stunting*, penyebab paling utama adalah kekurangan gizi kronis pada awal 1.000 hari pertama kehidupan yaitu sejak awal kehamilan(konsepsi) hingga anak berusia dua tahun. Kekurangan gizi dapat berupa kurangnya jumlah asupan makanan, atau kualitas makanan yang kurang baik, seperti kurangnya variasi makan.

Badan kesehatan dunia (WHO,2014) memperkirakan bahwa 54% kematian anak di sebabkan oleh keadaan gizi yang buruk. Salah satu permasalahan kesehatan di Indonesia adalah kematian anak usia di bawah lima tahun (balita). Angka kematian balita di negara-negara berkembang khususnya indonesia masih cukup tinggi. Salah satu penyebab yang menonjol diantaranya

karena keadaan gizi yang kurang baik. Di Indonesia, saat ini tercatat 4,5% dari 22 juta balita atau 900 ribu balita di Indonesia mengalami gizi kurang atau gizi buruk dan mengakibatkan lebih dari 80% kematian anak (Kemenkes, 2013).

Angka balita *stunting* di Indonesia masih tinggi dan merupakan masalah kesehatan yang harus ditanggulangi. Pertumbuhan tidak maksimal diderita oleh sekitar 8,9 juta anak Indonesia, atau satu dari tiga anak Indonesia (*Millennium Challenge Account*, 2014). Prevalensi balita *stunting* di Asia posisi tertinggi diduduki oleh negara Indonesia (36,4%) dibandingkan dengan negara Asia lainnya seperti Myanmar (29,2%), Viet Nam (24,6%), Brunei Darussalam (19,7%), Malaysia (17,7%), Thailand (16,3%) dan Singapura (4,4%) (United Nations, 2017). *Global Nutrition Report* tahun 2014 menunjukkan Indonesia termasuk dalam 17 negara, di antara 117 negara, yang mempunyai tiga masalah gizi yaitu *stunting*, *wasting* dan *overweight* pada balita (Kemenkes RI, 2016). Status *stunting* berdasarkan provinsi tahun 2017 di Kalimantan Barat termasuk ke dalam 10 provinsi tertinggi terjadinya *stunting* yaitu terdapat 36,5% (Kemenkes RI, 2018).

Hasil Riskesdas tahun 2012 menunjukkan bahwa prevalensi anak balita Indonesia yang menderita *stunting* masih relatif tinggi yaitu sebesar 35,6%, sedangkan untuk provinsi Kalimantan Barat terdapat sebesar 39,7%, dan di kabupaten Kuburaya 34,8%. Kabupaten Kubu Raya merupakan salah satu daerah di Provinsi Kalimantan Barat yang memiliki angka *Stunting* lumayan tinggi, menurut hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) Yang di lakukan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat prevelensi balita *stunting* atau perbandingan antara Tinggi Badan menurut umur (TB/U), posisi kabupaten kuburaya sangat memprihatinkan, pada tahun 2015 adalah 19,1% pada tahun 2016 terjadi peningkatan menjadi 29,3% dan pada tahun 2017 terus meningkat menjadi 34,8%.

Angka kejadian *stunting* pada balita di Kubu Raya 34,8%, data ini lebih tinggi dibanding dengan angka kejadian *stunting* di beberapa daerah lainnya. Kalimantan Barat seperti Kabupaten Landak 33,3 %, Kabupaten Ketapang 33,0 %, dan Kabupaten Kayong Utara 33,8%. Kota Pontianak sendiri angka kejadian *stunting* sendiri berjumlah 28,4 %. Padahal Kabupaten Kubu Raya merupakan kabupaten terdekat yang berbatasan langsung dengan Kota Pontianak, akan tetapi data *stunting* masih sangat tinggi di kabupaten Kubu Raya dibandingkan kabupaten-kabupaten lainnya yang terletak jauh dari kota Pontianak (Kemenkes RI, 2018).

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak usia balita disebabkan oleh gizi kronis yang kurang dalam waktu lama. Kekurangan gizi ini dapat menyebabkan anak menjadi terlalu pendek untuk seusia nya (TNP2K, 2017) Kekurangan gizi pada usia dini dapat menyebabkan penderitanya mudah sakit, dan memiliki postur tubuh tidak maksimal saat dewasa (*Millennium Challenge Account*, 2014). Salah satu yang mempengaruhi terjadinya *stunting* adalah asupan gizi (Kemenkes RI 2016).

Faktor yang cukup dominan menyebabkan meluasnya kejadian *stunting* ialah perilaku dan praktik yang kurang benar di kalangan masyarakat

dalam memilih dan memberi makanan pada anggota keluarganya, terutama pada anak (Satoto & Rusilanti 2013).

Dampak buruk lainnya yang dapat ditimbulkan oleh masalah gizi pada periode tersebut, dalam jangka waktu pendek adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh, sedangkan dalam jangka panjang akibat buruk yang dapat ditimbulkan adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan risiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua, serta kualitas kerja yang tidak kompetitif yang berakibat pada rendahnya produktivitas ekonomi (Kemenkes, 2017).

Pengetahuan dan sikap ibu akan mempengaruhi asupan makanan yang ada di dalam keluarga terutama anak. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Evan,2014) menunjukkan pendidikan gizi pada orang tua atau keluarga yang mempunyai anak dapat merubah perilaku dari keluarga terutama dalam pemberian makan. Penelitian yang dilakukan Oleh (Rinda,2013) 75% ibu mempunyai sikap positif dalam pemberian makanan bergizi seimbang dan 54,2% ibu hanya mengerti pemberian makanan bergizi seimbang namun tidak dapat mempraktikkan dengan baik.

Orang tua belum merasa pentingnya lingkungan makan dan cara memberikan makan yang menyenangkan, serta dapat meningkatkan nafsu makan anak. Tenaga kesehatan selama ini lebih banyak terkait pada peningkatan pengetahuan melalui penyuluhan kesehatan tentang makanan betgizi. Upaya yang telah di lakukan oleh tenaga kesehatan belum optimal sehingga banyak orang tua yang memberikan makan tidak sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan oleh anak. Pemberian makan dapat memberikan gambaran asupan gizi mencakup jenis, jumlah, dan jadwal makan dalam memenuhi kebutuhan nutrisi (Kemenkes RI, 2014).

Pemberian makan yang tepat pada balita, sebagian besar balita memiliki status gizi normal, ibu yang memiliki pemberian makan yang baik, menunjukkan bahwa ibu telah memberikan makanan yang tepat pada balita yaitu makanan yang diberikan sesuai dengan usia anak dan memenuhi kebutuhan nutrisi anak (Kumala,2013).

Pemberian makanan merupakan bentuk mendidik keterampilan makan, membina kebiasaan makan, membina selera terhadap jenis makanan, membina kemampuan memilih makanan untuk kesehatan dan mendidik praktik makan yang baik dan benar sesuai kebudayaan masing-masing. Kekurangan dalam pemberian makan akan berakibat sebagai masalah kesulitan makan atau kekurangan nafsu makan yang pada gilirannya akan berdampak negatif pada kesehatan dan tumbuh kembang nantinya (Waryana,2013).



1. Gambar Lokasi Kegiatan

Diketahui bahwa di Puskesmas Sungai Kakap, selama 3 tahun terakhir yaitu pada tahun 2017 bahwa terdapat 30 anak yang menjadi sasaran dengan rincian 14 anak terkena *stunting* (46,7%). Pada tahun 2018 diketahui bahwa terdapat 833 anak yang menjadi sasaran dengan rincian 246 anak terkena *stunting* (29,53%). Pada tahun 2019 diketahui bahwa terdapat 833 anak yang menjadi sasaran dengan rincian 95 anak terkena *stunting* (11,4%). Pada tahun 2020 diketahui bahwa terdapat 205 anak yang menjadi sasaran dengan rincian bulan januari-oktober 41 anak terkena *stunting* (20,00%). Dari hasil data tersebut diketahui bahwa kasus *stunting* di Sungai kakap mengalami kenaikan dan penurunan sehingga bisa dikatakan tidak stabil setiap tahunnya.

Upaya pencegahan dan penanggulangan *stunting* saat ini masih terus dilakukan, salah satunya adalah dengan meningkatkan pengetahuan kader tentang praktik pemberian makan pada Balita. Kader posyandu merupakan anggota masyarakat yang dipilih dari dan oleh masyarakat, mau dan mampu bekerja bersama dalam berbagai kegiatan kemasyarakatan secara sukarela dilatih untuk menangani masalah-masalah kesehatan perorangan maupun pelayanan posyandu secara rutin. Kader merupakan pilar utama dan garis pertahanan terdepan dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat karena merekalah yang paling memahami karakteristik masyarakat di wilayahnya. Salah satu tugas kader di posyandu melakukan penyuluhan gizi. Oleh karena itu, diperlukan edukasi praktik pemberian makan pada balita sebagai upaya pencegahan *stunting*. Pendekatan yang dilakukan dalam edukasi melalui Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE) dengan media leaflet dan poster .

2. METODE

Pelaksanaan Pengabdian masyarakat ini berupa pendidikan kesehatan dan pelatihan bagaimana praktik pemberian makan pada balita. Pendidikan kesehatan ini menggunakan metode ceramah dan tanya jawab tentang materi yang telah disampaikan meliputi situasi umum yang mempengaruhi PMBA, pola makan bayi dan anak, pentingnya pemberian ASI, praktek-praktek

pemberian ASI yang dianjurkan, praktek-praktek pemberian makanan tambahan yang dianjurkan, pemberian makanan pendamping ASI.

Pelaksanaan pendidikan kesehatan berdasarkan pada satuan Acara Pendidikan Kesehatan yang sebelumnya sudah disusun. Sedangkan pelatihan praktik pemberian makan dengan teknik demonstrasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada Persiapan kegiatan dilakukan pada satu hari sebelum pelaksanaan yang dibantu oleh beberapa mahasiswa. Persiapan yang dilakukan diantaranya adalah pengadaan materi pelatihan, membuat media pelatihan flipchart, standing banner. Tidak ada kendala dalam pelaksanaan persiapan.

Pelaksanaan kegiatan merupakan salah satu rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim dosen program studi ners STIK Muhammadiyah Pontianak tahun 2022. Telah dilaksanakan pada tanggal 30 maret 2022, dengan jumlah peserta 12 orang kader. Seluruh rangkaian kegiatan dilakukan 1 hari dimulai pukul 14.00-15.30 wib. Pada pembukaan pelatihan disampaikan materi tentang pengertian praktik pemberian makan pada anak dengan metode ceramah. Kegiatan selanjutnya mendemonstrasikan pengenalan tekstur makanan disetiap tahapan usia. Dari keseluruhan materi yang disampaikan antusiasme kader sangat tinggi terlihat pada praktek pengenalan praktik makanan dan pembagian doorprise. Untuk mengetahui respon peserta serta evaluasi terhadap pelatihan yang sedang berlangsung maka dibuat kuesioner. Adapun pertanyaan dan rekapitulasi jawaban peserta adalah sebagai berikutwib dan peserta diberikan lembar pretest. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 20 orang. Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa pengetahuan kader tentang *praktik pemberian makan pada balita* dari hasil *pretest* diperoleh rata-rata nilai 45,00. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan hasil *post test* diperoleh rata-rata nilai 60,00. Terdapat peningkatan pengetahuan kader setelah dilakukan pendidikan Kesehatan dengan metode caramah, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Haiya, Ardian & Rohmawati (2018) dengan judul pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode ceramah terhadap pengetahuan kader posyandu tentang status gizi balita, dengan hasil penelitian terdapat adanya pengaruh signifikan antara pengetahuan responden sebelum dengan setelah diberikan pendidikan Kesehatan dengan metode ceramah. Pendidikan kesehatan memberikan dampak yang baik apabila proses penyampaian pendidikan kesehatan dengan menggunakan media-media yang baik. Pada kegiatan pengabdian ini media yang digunakan adalah ceramah, *power point*, *alat peraga seperti contoh bahan makanan disetiap tahapan usia*. Adanya peningkatan pengetahuan kader dalam kegiatan pengabdian ini dikarenakan penggunaan media dan metode yang tepat. Dengan media ini peserta lebih fokus terhadap materi yang disampaikan. Berdasarkan evaluasi kegiatan pemberdayaan ini sebagian peserta menyatakan bahwa kegiatan ini sangat bermanfaat. Hal ini membuktikan kebutuhan peserta dalam melakukan praktik pemberian makan pada balita sesuai dengan analisis situasi yang dilakukan

sebelumnya. Sebanyak 70 % peserta pelatihan menyatakan bahwa kegiatan pelatihan sangat bermanfaat dan 30% lainnya menyatakan bermanfaat. Hal ini membuktikan kebutuhan peserta dalam melakukan personal hygiene cuci tangan sesuai dengan analisis situasi yang dilakukan sebelumnya.

Pasca kegiatan selesai dilaksanakan, tahap selanjutnya pemberian kenang-kenangan pada kader posyandu, pembuatan laporan akhir pengabdian kepada masyarakat.



2. Gambar pelaksanaan kegiatan

4. KESIMPULAN

Kesimpulannya adalah Pendidikan kesehatan dan pelatihan praktik pemberian makan pada balita dilaksanakan di Desa Pal IX Kecamatan Sungai Kakap. Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat yaitu Kader Posyandu sebanyak 12 orang. Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat paham tentang praktik pemberian makan pada balita dan mempraktikkan secara mandiri di rumah.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang tidak terhingga kepada semua pihak (STIK Muhammadiyah Pontianak, semua peserta Pengabdian Kepada Masyarakat, Kepala Desa Pal IX) yang telah membantu dan mendukung serta berpartisipasi secara aktif dalam proses kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sehingga bisa berjalan dengan lancar tanpa suatu kendala

6. DAFTAR PUSTAKA

Evan. (2014). Retail Management. Dialih bahasakan oleh Lina Salim, 12th. Edition. Jakarta; Pearson.

- Hasdianah, H, S, Siyoto, & Peristyowati 2014, Gizi pemanfaatan gizi, diet dan obesitas, Nuha Medika, Yogyakarta
- Kemendes RI. (2013). Peraturan menteri Republik Indonesia Nomer 75 tahun 2013 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan bagi bangsa indonesia. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). INFODATIN Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI Situasi Balita Pendek. Jakarta selatan.
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). Pedoman Proses Asuhan Gizi di Puskesmas. Jakarta: Kemendes RI.
- Kemendes Kesehatan RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kemendes RI.
- Kertamuda, M.A. 2015. Golden Age. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo
- Kumala. (2013). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di Wilayah Puskesmas Liang Anggang Kota Banjar BARU Kalimantan Selatan. Universitas Indonesia.
- Susilowati dan Kuspriyanto. 2016. Gizi dalam Daur Kehidupan. Bandung: Refika Aditama.
- Soetjiningsih, (2013). Tumbuh Kembang Anak Edisi 2. Jakarta : EGC
- Waryana. (2013). Gizi Reproduksi. Yogyakarta: Pustaka Rahima.
- WHO. (2014). Maternal Mortality: World Health Organization.