

Optimalisasi Pelayanan Posyandu Melalui Edukasi Gizi Seimbang Dan Keamanan Pangan Bagi Kader Posyandu Di Posyandu Balita Mawar 3 Karangsalam Kidul

Teguh Jati Prasetyo¹, Izzati Nur Khoiriani¹, Katri Andini Surijati¹, Triyadi Hendra Wijaya²

¹Jurusan Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

²Jurusan Farmasi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

teguhjatiprasetyo@unsoed.ac.id

Abstrak

Posyandu dapat menjadi wahana untuk memberikan pendidikan gizi seimbang dan keamanan pangan bagi ibu balita. Posyandu sebagai pusat pemberdayaan masyarakat dapat juga dimanfaatkan untuk memberikan informasi dan pemantauan terhadap tumbuh kembang balita. Kader posyandu memiliki peran penting sebagai garda terdepan yang langsung berhubungan dengan masyarakat. Kegiatan ini bertujuan untuk membekali para kader melalui edukasi dengan harapan mampu meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku kader terkait dengan gizi seimbang dan keamanan pangan. Kegiatan ini diikuti oleh 6 Kader Posyandu Mawar 3 Desa Karangsalam Kidul. Kegiatan dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi mengenai gizi seimbang dan keamanan pangan. Evaluasi dilakukan dengan menyiapkan soal pre-test dan post-test. Hasil menunjukkan bahwa sebelum dilakukan penyuluhan, sebagian besar kader posyandu memiliki pengetahuan sedang mengenai gizi seimbang dan keamanan pangan. Setelah dilakukan edukasi, pengetahuan Kader meningkat dan sebagian besar ada pada kategori baik. Edukasi kepada kader posyandu terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan kader posyandu. Edukasi dan pelatihan berkala dan dilakukan secara berkelanjutan dapat dilakukan untuk meningkatkan dan mengembangkan kemampuan kader posyandu dengan tujuan praktik baik tersebut juga dapat disampaikan kepada semua peserta posyandu di wilayah tersebut.

Kata kunci : gizi, posyandu, keamanan pangan, kader, balita

Abstract

Posyandu can be a place to provide education on balanced nutrition and food safety for mothers of children under five. Posyandu as a community empowerment center can also be used to provide information and monitor the growth and development of toddlers. Posyandu cadres have an important role as the frontline who directly relate to the community. This activity aims to equip cadres through education in the hope of increasing the knowledge, attitudes and behavior of cadres related to balanced nutrition and food safety. This activity was attended by 6 cadres of Posyandu Mawar 3 in Karangsalam Kidul Village. The activity was carried out using lecture and discussion methods on balanced nutrition and food safety. Evaluation is done by preparing pre-test and post-test questions. The results showed that before the counseling was carried out, most of the posyandu cadres had moderate knowledge about balanced nutrition and food safety. After the education was carried out, the knowledge of Cadres increased and most of them were in the good category. Education for posyandu cadres has proven to be effective in increasing the knowledge of posyandu cadres. Regular and ongoing education and training can be carried out to improve and develop the capacity of posyandu cadres with the aim of delivering good practices to all posyandu participants in the area.

Keywords: Nutrition, food safety, integrated healthcare center, toddler, posyandu cadres

1. PENDAHULUAN

Golden age (periode emas) merupakan periode yang sangat penting sejak janin sampai usia dua tahun. Pada dua tahun pertama kehidupan tersebut terjadi proses pertumbuhan dan perkembangan tubuh yang dimulai sejak janin (Bashir, 2012). Jika pemenuhan gizi pada masa tersebut baik, maka proses pertumbuhan dan perkembangan dapat optimal (Andriani, 2014). Anak-anak di Indonesia masih mengalami masalah gizi ganda (*double burden*), yaitu kekurangan gizi dan kelebihan gizi. Data menunjukkan bahwa prevalensi status gizi balita gizi buruk sebesar 3,9%, gizi kurang 13,8% dan gemuk sebesar 8%. Prevalensi status gizi (indikator TB/U) anak dengan kategori stunting 30,8% (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Usia di bawah lima tahun merupakan masa pertumbuhan yang cepat (*growth spurt*), baik fisik maupun otak. Sehingga memerlukan kebutuhan gizi yang paling banyak dibandingkan pada masa-masa berikutnya dan pada masa ini anak sering mengalami kesulitan makan, apabila kebutuhan nutrisi tidak ditangani dengan baik maka akan mudah mengalami gizi kurang. Kurang terpenuhinya gizi pada anak dapat menyebabkan terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan baik fisik maupun psikomotor dan mental (Ningsih, Kritiawati and Krisnana, 2015).

Status gizi balita dipengaruhi penyakit infeksi, asupan makan, pengetahuan ibu, usia penyapihan, berat badan lahir, pemberian makan terlalu dini, pola asuh, kesehatan lingkungan dan pelayanan kesehatan. Pengetahuan gizi ibu mempengaruhi sikap dan perilaku ibu dalam memilih makanan yang dikonsumsi balita terkait jumlah, jenis dan frekuensi yang akan mempengaruhi asupan makan pada balita tersebut (Nindyna Puspasari and Merryana Andriani, 2017). Status gizi yang optimal terjadi ketika anak-anak mudah untuk mengakses makanan secara terjangkau, beragam, kaya nutrisi (Bloem *et al.*, 2013). Pelayanan kesehatan yang kurang baik juga berdampak pada status imun dan juga sanitasi lingkungan. Balita yang sering menderita penyakit infeksi cenderung lebih berisiko mengalami stunting (Khairiyah and Fayasari, 2020).

Data di Kabupaten Banyumas menunjukkan jumlah Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) kurang dari 2500 g sebesar 5,2%, prevalensi balita gizi buruk sebesar 0,27%, gizi kurang (BB/U) 12,13 %, kurus (BB/TB) sebesar 4,6% terutama angka

stunting atau pendek (TB/U) 29,79%. Bahkan tingginya angka stunting tersebut menjadi dasar oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia untuk mengkategorikan Kabupaten Banyumas sebagai lokasi fokus penurunan masalah gizi (Zaki, Sulistyaning and Farida, 2019).

Ibu memiliki peran sentral dalam mengelola makanan yang dikonsumsi oleh balita. Penelitian menunjukkan pengetahuan, sikap dan praktik ibu berpengaruh signifikan terhadap status gizi balita (Ningsih, Kritiawati and Krisnana, 2015). Ibu balita diharapkan mampu memberikan makanan yang aman dan bergizi seimbang guna mencukupi kebutuhan gizi balita dalam rangka mencegah masalah gizi pada balita. Masalah gizi pada balita muncul diakibatkan kurangnya pengetahuan ibu terkait pemberian makan balita. Kader posyandu juga merupakan kerabat dekat ibu sehingga kader dapat menjangkau ibu balita di wilayahnya. Selain itu kader merupakan kelompok pendidik sebaya yang potensial dalam upaya peningkatan pengetahuan ibu (Zaki, Sulistyaning and Farida, 2019). Posyandu dapat dijadikan ujung tombak dan menjadi solusi dalam memberikan pendidikan gizi seimbang dan keamanan pangan bagi ibu balita. Posyandu sebagai pusat pemberdayaan masyarakat dapat juga dimanfaatkan untuk memberikan informasi dan pemantauan terhadap tumbuh kembang balita. Kegiatan ini bertujuan untuk membekali para kader dan ibu balita melalui edukasi yang diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku kader dan ibu balita terkait dengan gizi seimbang dan keamanan pangan.

2. MASALAH

Covid-19 merupakan penyakit yang muncul akibat infeksi virus novel Corona 2019-nCoV. WHO telah menetapkan penyakit ini sebagai global pandemi karena telah mewabah, terjadi bersamaan hampir diseluruh negara didunia. Tren kejadian Covid-19 terus meningkat di Indonesia sejak pertama kali muncul pada Maret 2020. Kebijakan *social distancing* dan *work from home* dilakukan pemerintah diberbagai negara untuk mengurangi risiko transmisi virus antar manusia. Namun kebijakan ini berpotensi meningkatkan pola hidup kurang aktif bergerak *sedenter* dan peningkatan konsumsi pangan saat berada di rumah.

Pemilihan konsumsi pangan yang tepat dapat berperan meningkatkan sistem imun tubuh sehingga secara tidak langsung dapat meningkatkan pertahanan tubuh terhadap Covid-19. Balita merupakan usia yang rentan terhadap berbagai penyakit infeksi termasuk virus. Ibu balita menjadi orang yang paling bertanggung jawab terhadap penyediaan dan pemenuhan pangan Balita. Pada masa pandemi Covid-19, maka menjaga imunitas menjadi salah satu cara yang bisa dilakukan guna terhindar dari virus ini.

Konsumsi gizi seimbang dan pangan yang aman merupakan salah satu cara yang bisa dilakukan untuk meningkatkan imunitas bagi ibu dan balitanya. Masyarakat, terutama ibu balita masih ada yang salah dalam memahami gizi seimbang untuk meningkatkan imunitas sehingga perlu untuk ditingkatkan pemahamannya. Kader posyandu, sebagai orang terdekat dengan ibu balita dan penggerak di masyarakat juga perlu diberikan pemahaman yang baik mengenai pentingnya konsumsi gizi seimbang dan keamanan pangan di masa pandemi Covid-19 ini sehingga diharapkan dapat menyebarkan informasi positif di tengah masyarakat. Begitu juga bagi kader posyandu dan Ibu Balita yang berada di wilayah Karangsalam Kidul, tepatnya di Posyandu Balita Mawar 3, perlu ditingkatkan pemahamannya mengenai gizi seimbang dan keamanan pangan selama masa pandemic dan pasca pandemic guna meningkatkan imunitas tubuh. Salah satu kegiatan yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan edukasi ibu balita dan training of trainer kepada kader posyandu.

3. METODE

Kegiatan dilakukan melalui proses *training of trainer* dan pendampingan kader posyandu mengenai gizi seimbang dan keamanan pangan. Pengabdian bekerjasama dengan kader posyandu sebagai fasilitator kegiatan yang akan dilatih sehingga kegiatan ini dapat berkelanjutan meskipun program ini telah berakhir. Pengabdian bekerjasama dengan kader posyandu sebagai fasilitator yang mendampingi ibu balita. Sasaran dalam kegiatan ini adalah kader posyandu sejumlah 5 orang di Posyandu Mawar 3, Desa Karangsalam Kidul, Kecamatan Kedungbanteng. Mitra yang bertanda tangan dalam kegiatan pengabdian kepada

masyarakat ini adalah Ketua kader Posyandu Balita Mawar 3, Desa Karangsalam Kidul. Pelaksanaan penyuluhan kepada kader posyandu telah dilaksanakan pada tanggal 18 September 2021.

Pelatihan ini merupakan kerjasama antara Jurusan Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman dengan masyarakat Desa Karangsalam Kidul, khususnya kader di Posyandu Mawar 3. Tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan melalui tiga kegiatan yaitu:

- 1) Tahap penyusunan media dan modul pelatihan untuk pendampingan kader posyandu
- 2) Tahap traning of trainer bagi kader posyandu tentang gizi seimbang dan keamanan pangan
- 3) Tahap evaluasi hasil kegiatan.

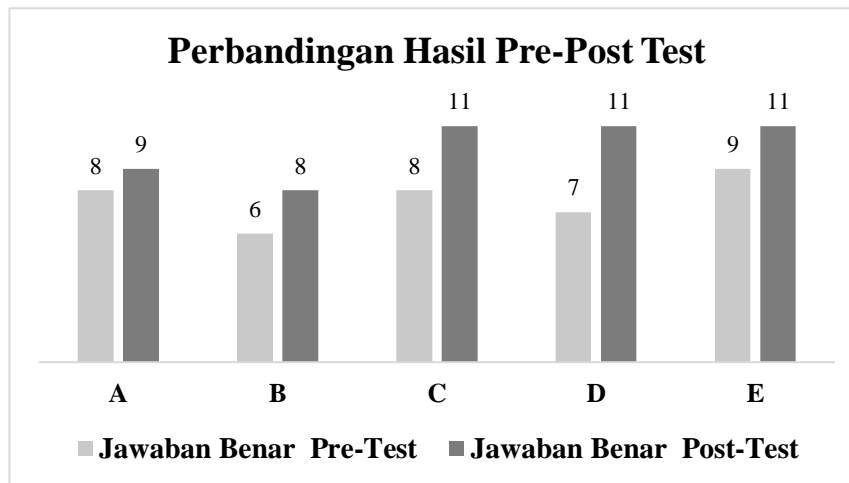
4. HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Hasil

Posyandu sebagai pusat pemberdayaan masyarakat dapat dimanfaatkan untuk memberikan informasi dan pemantauan terhadap tumbuh kembang balita. Pelaksana kegiatan posyandu adalah kader kesehatan yang berasal dari masyarakat setempat dan bekerja secara sukarela. Kader memegang peranan yang sangat penting dalam pelaksanaan posyandu di lapangan sehingga keberadaannya sangat vital dan potensial. Peran kader posyandu sebagai kunci keberhasilan kegiatan posyandu, namun ada beberapa kendala yang selama ini membuat kinerja kader posyandu tidak maksimal. Kendala yang paling sering dihadapi adalah kemampuan kader dalam mentransfer informasi kesehatan kepada ibu-ibu peserta posyandu, dan juga kendala yang berkaitan dengan pemahaman tentang gizi seimbang dan keamanan pangan. Berdasarkan pertimbangan tersebut, maka tim pengabdi melakukan pelatihan kepada kader posyandu.

Pelatihan diawali dengan *pre-test* dan di akhiri dengan *post-test* pengetahuan. Materi pelatihan disampaikan oleh tim pengabdi yang memiliki latar belakang pendidikan ilmu gizi. Setelah pelatihan khalayak sasaran dilakukan *post-test*

pengetahuan. Jumlah kader posyandu yang dilatih sejumlah 5 orang. Pengabdian menggunakan kuesioner untuk mengukur pengetahuan kader posyandu sebelum dan setelah pelatihan dengan jumlah total 12 pertanyaan seputar gizi seimbang dan keamanan pangan. Hasil menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan kader posyandu setelah dilakukan pelatihan yang tercantum dalam Gambar 1 berikut ini.



Gambar 1. Hasil *Pre-Test* Dan *Post-Test* Pengetahuan Kader Posyandu

2) Pembahasan

Permasalahan pelaksanaan pendidikan gizi di masyarakat muncul karena daya jangkau pelayanan kesehatan kepada masyarakat oleh petugas kesehatan kurang. Sehingga dibutuhkan tenaga yang lebih banyak sehingga dapat menjangkau sampai tingkat rumah tangga. Posyandu menjadi salah satu jenis swadaya masyarakat melalui kegiatan gotong royong dari, oleh, dan untuk masyarakat. Kegiatan yang dilakukan di posyandu dikelola oleh para kader yang menjembatani antara tenaga kesehatan dan masyarakat dalam penyelesaian masalah kesehatan. Posyandu dapat dijadikan sarana dalam memberikan pendidikan gizi terkait gizi seimbang dan keamanan pangan pada ibu balita. Peran kader yang baik dalam melaksanakan kegiatan posyandu menentukan keberlangsungan pelaksanaan posyandu (Wahyuningsih and Setiyaningsih, 2019). Oleh karena itu, pelatihan dan pembinaan kader penting dilakukan untuk dapat meningkatkan keterampilan, informasi serta koordinasi yang baik antara petugas kesehatan dan kader dalam pelaksanaan kegiatan posyandu (Mardhika *et al.*, 2021).

Keberadaan kader di posyandu sebagai salah satu sistem penyelenggaraan pelayanan sangat dibutuhkan. Penelitian menunjukkan bahwa peran kader posyandu dapat berpengaruh terhadap status gizi balita (Wahyuningsih and Setiyaningsih, 2019). Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan kader posyandu mengenai gizi seimbang dan keamanan pangan utamanya pada masa pandemi. Kegiatan pengabdian dilakukan melalui tiga tahapan. Tahap pertama yaitu penyiapan materi oleh tim pengabdi. Materi yang disiapkan seputar gizi seimbang dan keamanan pangan. Dengan meningkatnya pengetahuan kader mengenai gizi seimbang dan keamanan pangan, diharapkan mampu diaplikasikan dalam perilaku dan pengetahuan yang didapatkan juga akan disebarluaskan kepada para pengunjung posyandu, utamanya ibu hamil dan ibu balita.

Kegiatan dilanjutkan dengan menyiapkan *pre-test* dan *post-test*. Hal ini dilakukan untuk mengevaluasi apakah edukasi yang diberikan mampu diterima dengan baik oleh kader posyandu. Sebelum kegiatan edukasi dimulai, para kader terlebih dahulu diminta untuk mengisi *pre-test*. Setelah itu, para kader diberikan edukasi oleh tim pengabdi dan kemudian mengisi *post-test*. Setelah kegiatan selesai, tim pengabdi melakukan evaluasi dengan melakukan analisis terhadap hasil *pre-test* dan *post-test*. Hasil menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan kader posyandu mengenai gizi seimbang dan keamanan pangan setelah diberikan edukasi. Edukasi yang telah dilakukan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilakukan secara efektif dengan adanya komitmen dari kader posyandu untuk melaksanakan seluruh kegiatan dan memenuhi tata tertib yang ditetapkan selama proses edukasi berjalan sehingga pengetahuan gizi dapat meningkat (Permatasari, Turrahmi and Ilavina, 2020). Edukasi gizi bagi kader posyandu sebagai agen promosi kesehatan yang secara langsung dapat berinteraksi dengan keluarga dan masyarakat diharapkan efektif dalam membantu menurunkan prevalensi masalah gizi di masyarakat termasuk stunting.

Kendala yang dihadapi selama pelaksanaan kegiatan pengabdian adalah adanya pembatasan aktivitas oleh pemerintah (PPKM) sehingga pertemuan dengan para kader harus ditunda beberapa kali. Namun demikian, kegiatan dapat berjalan dengan baik dan lancar serta para kader juga tetap antusias meskipun kegiatan

dilakukan mundur dari jadwal yang telah direncanakan. Selain itu, kader yang awalnya direncanakan hadir sejumlah 7 orang, tetapi karena ada beberapa kendala termasuk ada yang sakit sehingga hanya 5 kader yang bisa mengikuti kegiatan ini. Meskipun tidak semua kader bisa hadir, kegiatan tetap dapat dilaksanakan secara optimal.

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian dengan judul “Optimalisasi Pelayanan Posyandu Melalui Edukasi Gizi Seimbang Dan Keamanan Pangan Bagi Kader Posyandu di Posyandu Balita Mawar 3 Karangsalam Kidul” dapat dilaksanakan dengan baik. Terdapat peningkatan pengetahuan kader posyandu setelah dilakukan kegiatan pengabdian berupa penyuluhan dan pelatihan. Kegiatan ini dapat meningkatkan pemahaman kader posyandu mengenai gizi seimbang dan keamanan pangan berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* yang telah dilaksanakan. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kepada kader posyandu terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan kader posyandu. Edukasi dan pelatihan secara berkelanjutan dengan topik yang berbeda dapat dilakukan untuk meningkatkan dan mengembangkan kemampuan kader posyandu dengan harapan praktik baik tersebut juga dapat disampaikan kepada ibu balita dan masyarakat yang menjadi naungannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, M. W. (2014) *Peran Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Bashir, S. (2012). *The Effect of Maternal Literacy on Maternal Status of Children Under 5 Years of Age in the Babban-Dodo Community Zaria City*. *Annal Of Medicine Journal*, 6(2).
- Bloem, M. W. *et al.* (2013). *Key strategies to further reduce stunting in Southeast Asia: lessons from the ASEAN countries workshop*. *Food and nutrition bulletin*, 34(2 Suppl), 8–16.
- Kementerian Kesehatan RI (2018) *Riset Kesehatan dasar 2018*. Jakarta.
- Khairiyah, D. & Fayasari, A. (2020). *Perilaku higiene dan sanitasi meningkatkan risiko kejadian stunting balita usia 12-59 bulan di Banten*. *Ilmu Gizi*

Indonesia, 3(2), 123.

- Mardhika, A. *et al.* (2021). Peningkatan Pendidikan Gizi (Cooking Class) Kelompok Kader Posyandu (Mp-Asi). *Abdimas Unwahas*, 6(1), pp. 7–12.
- Nindyna Puspasari & Merryana Andriani (2017). *Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Asupan Makan Balita dengan Status Gizi Balita (BB/U) Usia 12-24 Bulan*. *Amerta Nutrition*, 1(4), 369–378.
- Ningsih, S., Kritiawati, K. & Krisnana, I. (2015). *Hubungan Perilaku Ibu Dengan Status Gizi Kurang Anak Usia Toddler*. *Jurnal Pediomaternal*, 13(3), 58–65.
- Permatasari, T. A. I., Turrahmi, H. & Ilavina (2020). *Edukasi Gizi Seimbang Bagi Kader Posyandu Pada Masa Pandemi Covid-19 Sebagai Pencegahan Balita Stunting Di Kabupaten Bekasi*. *AS-SYIFA: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 67–77.
- Wahyuningsih, W. & Setyaningsih, A. (2019). *Hubungan Peran Kader Posyandu Dengan Status Gizi Balita*. *Jurnal Kebidanan*, 9(01), 24–34.
- Zaki, I., Sulistyning, A. R. & Farida, F. (2019). *Peningkatan Pengetahuan Pemberian Makan Bayi Bawah Dua Tahun Pada Kader Posyandu Desa Karangsalam Kidul Kecamatan Kedungbanteng Kabupaten Banyumas*. *Dinamika Journal*, 1(2), 17–21.