

## Upaya Peningkatan Efikasi Diri Ibu Dalam Pemberian Makan Anak Balita Di Posyandu Bunga Tulip Sibela Melalui Literasi

Maula Mar'atus Solikhah<sup>1</sup>, Intan Maharani S. B<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Prodi Keperawatan Program Diploma Tiga Universitas Kusuma  
Husada Surakarta  
Email korespondensi: maula.mar'atus@ukh.ac.id

### Abstrak

Sampai saat ini masalah gizi pada balita masih merupakan tantangan yang harus diatasi dengan serius. Faktor penyebab utama kurang gizi pada balita disebabkan kurangnya asupan makanan bergizi dalam tubuh balita baik secara kualitas dan kuantitas. Hal ini berkaitan dengan efikasi diri ibu dalam pemberian makan balita. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan efikasi diri ibu dalam pemberian makan anak balita melalui program literasi. Target kegiatan ini adalah kelompok ibu balita Posyandu Bunga Tulip Sibela. Metode pelaksanaan dengan ceramah, tanya jawab, pemberian *my food journal*. Rencana tahapan kegiatan meliputi pertemuan dengan kader kesehatan posyandu balita, persiapan alat dan materi, pelaksanaan literasi opik gizi dan evaluasi kegiatan. Hasil Pengabdian Masyarakat ini adalah terdapat peningkatan efikasi yang baik pada kelompok ibu balita setelah diberikan literasi gizi.

Kata Kunci: Efikasi, Gizi, Literasi

### Abstract

*Until now, nutritional problems in toddlers are still a challenge that must be taken seriously. The main cause of malnutrition in toddlers is due to the lack of nutritious food intake in the toddler's body both in quality and quantity. This is related to the self-efficacy of mothers in feeding toddlers. The purpose of this community service activity is to increase mothers' self-efficacy in feeding toddlers through literacy programs. The target of this activity is the Bunga Tulip Sibela Posyandu toddler group. The implementation method is with lectures, question and answer, giving my food journal. The activity phase plan includes meetings with toddler posyandu health cadres, preparation of tools and materials, implementation of nutrition literacy topics and evaluation of activities. The result of this Community Service is that there is a good increase in efficacy in the group of mothers under five after being given nutritional literacy*

*Keywords: Efficacy, Nutrition, Literacy*

## 1. PENDAHULUAN

Prevalensi gizi buruk diatas rerata nasional (5,4%) di 21 provinsi dan 216 kabupaten/kota. Hasil tersebut menunjukkan masih banyak anak di bawah umur lima tahun (Balita) menderita masalah gizi. Dari sekitar 25 juta balita, terdapat 4,6 juta anak gizi kurang dengan berat badan yang tidak memenuhi berat badan normal menurut umur. Di samping itu sebanyak 3,4 juta balita tergolong kurus dengan berat badan yang kurang proporsional dengan tinggi badan. Masalah gizi lain yang dihadapi adalah balita pendek yaitu tinggi badan anak tidak memenuhi tinggi badan normal menurut umur. Di Indonesia jumlah balita pendek jauh lebih banyak daripada balita gizi kurang atau balita kurus, yaitu 9,3 juta atau sekitar 37% dari balita (Kemenkes RI, 2014).

Penyebab utama kurang gizi pada balita secara langsung disebabkan kurangnya asupan makanan bergizi dalam tubuh balita baik secara kualitas dan kuantitas. Selain itu, adanya infeksi penyakit yang menyertai seringkali juga merupakan penyebab yang sangat berpengaruh terhadap keadaan kesehatan dan gizi balita. Selain itu penyebab tidak langsung yaitu efikasi diri ibu dalam pemberian makan balita dan perilaku ibu dalam pola asuh makan balita (Kartika, 2011). Pemberian MP-ASI yang tidak tepat bukan hanya mengganggu asupan gizi yang seharusnya didapat bayi, tetapi juga mengganggu pencernaan bayi karena sistem pencernaannya belum sanggup mencerna atau menghancurkan makanan tersebut. Sementara pencernaan bayi yang terganggu tidak hanya membuat bayi tidak dapat mencerna makanan dengan baik, tapi juga membuat asupan gizi yang seharusnya diperoleh dari makanan dengan baik, tapi juga membuat asupan gizi yang seharusnya diperoleh bayi terbuang sia-sia karena tidak mampu diserap. Sebagaimana yang telah diketahui, system pencernaan bayi baru akan siap mencerna makanan dengan kontur yang lebih padat dari ASI, setelah berusia 6 bulan keatas. ASI merupakan makanan yang baik dan memenuhi semua kebutuhan nutrisi dari bayi selama 6 bulan pertama. Akan tetapi, setelah usia 6 bulan ASI saja tidak cukup untuk membuat bayi tumbuh dengan baik, tambahan makanan lain juga dibutuhkan. Hal ini dikarenakan pertumbuhan bayi dan aktivitas dari bayi yang bertambah, sehingga nutrisi yang dibutuhkan oleh bayi akan meningkat sesuai bertambah usia. Pemberian MP-ASI pada bayi usia 6

bulan keatas disertai dengan pemberian ASI lanjut adalah hal penting dalam perkembangan dan pertumbuhan bayi. Oleh karena hal tersebut dibutuhkan pemberian MP-ASI yang tepat untuk anak sesuai dengan usianya. (Solikhah & Rohmatika, 2021).

Literasi gizi merupakan literasi dalam konsep nutrisi, yang mencakup perilaku dan keterampilan dalam memilih, merencanakan, dan menyajikan makanan sehat untuk memenuhi kebutuhan nutrisi (Brewer, Church & Brewer, 2016; Owens, 2015 dalam Solikhah, et all, 2021). Literasi gizi ibu balita adalah tingkatan kemampuan ibu balita untuk mendapatkan, memproses, dan memahami informasi gizi dan keterampilan yang dibutuhkan untuk membuat keputusan nutrisi yang tepat (Gibbs dkk, 2018; Brewer, Church, & Brewer, 2016; Owens, 2015) dalam Solikhah, et all, 2021). Literasi gizi merupakan kemampuan dalam menganalisis informasi tentang gizi, meningkatkan kewaspadaan dan terlibat dalam menghadapi kendala untuk mencapai perilaku makan yang sehat. Hasil penelitian sebelumnya yaitu terdapat pengaruh literasi gizi terhadap efikasi diri ibu dalam pemberian makan anak balita (Solikhah, et all, 2021). Program literasi gizi akan dilakukan menggunakan edukasi dan media *my food journal*.

Berdasarkan data dari kader Posyandu Bunga Tulip, terdapat orang tua balita yang belum mengerti tentang pemberian MP-ASI sesuai umur balita. Ibu balita belum pernah mendapatkan informasi tentang efikasi diri ibu dalam pemberian makan anak balita. Berdasarkan uraian di atas maka perlu dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat sebagai implementasi dari hasil penelitian sebelumnya yaitu “Upaya Peningkatan Efikasi Diri Ibu dalam Pemberian Makan Anak Balita di Posyandu Bunga Tulip Sibela Melalui Literasi”

## **2. MASALAH**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah dalam pegabdian ini adalah sebagai berikut “Bagaimana Upaya Peningkatan Efikasi Diri Ibu dalam Pemberian Makan Anak Balita di Posyandu Bunga Tulip Sibela Melalui Literasi”

### 3. METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini melalui ceramah dengan tanya jawab serta dengan pemberian booklet *my food journal* Peserta mengisi absensi kegiatan dan *pre* dan *post-test* efikasi diri ibu dalam pemberian makan anak balita

### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 1) Hasil

Pengabdian masyarakat ini telah dilakukan dengan kelompok posyandu balita Bunga Tulip Wilayah Sibela. Kegiatan Pemberdayaan masyarakat dilakukan pada bulan September 2022. Tujuan dari dilaksanakannya kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan efikasi diri ibu dalam pemberian makan anak balita melalui program literasi. Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan tema gizi seimbang Kegiatan dilakukan melalui media online zoom dan video youtube. Kegiatan dilakukan dengan koordinasi terlebih dahulu dengan ketua posyandu Balita bunga Tulip. Persiapan peserta pengabdian masyarakat dan materi serta pembicaraan.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan berjalan lancar dan selesai tepat waktu. Peserta mendapatkan materi tentang gizi balita Materi diberikan melalui media online zoom dan diberikan *pretest* sebelum materi dan *posttest* setelah pemberian materi. Pengukuran efikasi dilakukan dengan kuesioner efikasi pemberian makan anak

Hasil Pengukuran Efikasi Ibu dalam pemberian makan anak balita pada kelompok ibu balita adalah sebagai berikut

Tabel 1 *Pre test* Efikasi ibu dalam pemberian makan anak balita (N=36)

Kategori	Jumlah	Prosentase
Baik	18	50%
Kurang	18	50%
Total	36	100%

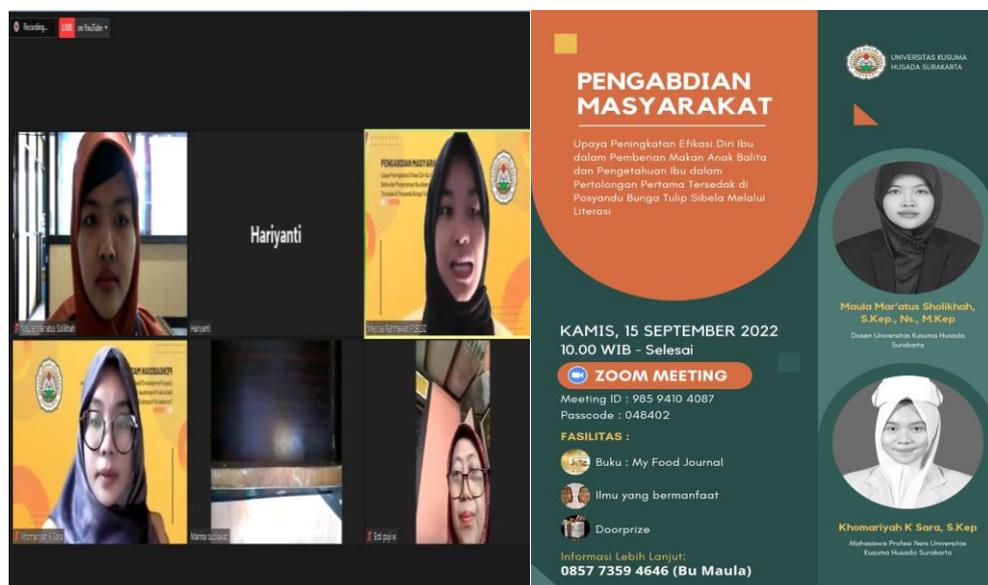
Tabel diatas menunjukkan jumlah ibu balita sebelum diberikan literasi gizi yang memiliki efikasi yang baik dan kurang dengan jumlah yang sama yaitu 18 (50%)

Tabel 2 *Post test* Efikasi ibu dalam pemberian makan anak balita (N=36)

Kategori	Jumlah	Prosentase
Baik	24	66,7 %
Kurang	12	33,3 %
Total	36	100%

Tabel diatas menunjukkan jumlah ibu balita setelah diberikan literasi gizi yang memiliki efikasi baik lebih banyak yaitu 24 (66,7%) dibandingkan dengan jumlah ibu balita yang memiliki efikasi yang kurang 12 (33%)

Gambar 1 Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat secara *online zoom* dan *youtube*



## 2) Pembahasan

Tabel 1 diatas menunjukkan jumlah ibu balita sebelum diberikan literasi gizi yang memiliki efikasi yang baik dan kurang dengan jumlah yang sama yaitu 18 (50%). Efikasi menurut Brewer (2016) merupakan keyakinan individu tentang kemampuannya dalam mengatur tindakan untuk mencapai tujuan tertentu. Keyakinan ini memberikan kekuatan dan motivasi kepada seseorang untuk berperilaku, bersikap, bertindak untuk mencapai suatu tindakan yang ingin dicapai. Kondisi efikasi diri ibu balita hampir sama antara kategori efikasi diri yang baik dan kurang karena kelompok ibu balita belum terpapar program intervensi tentang gizi. Oleh karena itu masih terdapat beberapa ibu balita yang memiliki efikasi diri yang kurang baik. Kondisi efikasi diri ini juga berhubungan

dengan status gizi balita. Ibu balita yang memiliki efikasi diri yang kurang beresiko 0,091 kali memiliki status gizi balita yang tidak normal dibandingkan dengan ibu balita yang memiliki efikasi diri yang baik (Solikhah & Ardriani, 2019). Oleh karena hal tersebut kondisi efikasi diri yang kurang baik pada ibu balita membutuhkan intervensi keperawatan sehingga masalah gizi bisa teratasi.

Tabel 2 diatas menunjukkan jumlah ibu balita setelah diberikan literasi gizi yang memiliki efikasi baik lebih banyak yaitu 24 (66,7%) dibandingkan dengan jumlah ibu balita yang memiliki efikasi yang kurang 12 (33%). Hal ini terjadi karena kelompok ibu balita sudah diberikan program literasi gizi. Program literasi gizi yang diberikan adalah edukasi gizi secara berkelompok pada ibu balita, kunjungan rumah untuk konseling gizi dan monitoring gizi anak balita dengan mengisi jurnal makan anak. Hal ini sesuai dengan teori literasi gizi yang merupakan tingkatan kemampuan seseorang untuk mendapatkan, memproses, dan memahami informasi gizi dan keterampilan yang dibutuhkan untuk membuat keputusan nutrisi yang tepat (Solikhah, et all, 2021). Hal ini juga sejalan dengan penelitian Hajri (2016) yang menjelaskan nilai efikasi diri ibu dalam pemberian makan anak balita setelah intervensi pendidikan kesehatan lebih tinggi dibandingkan sebelum intervensi

## **5. KESIMPULAN**

Setelah dilakukan kegiatan Pengabdian Masyarakat Upaya Peningkatan Efikasi Diri Ibu dalam Pemberian Makan Anak Balita di Posyandu Bunga Tulip Sibela Melalui Literasi terdapat peningkatan efikasi yang baik pada kelompok ibu balita setelah diberikan literasi gizi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Brewer, H., Church, E. M., & Brewer, S. L. (2016). *The impact of content-based network technologies on perceptions of nutrition literacy*. *American Journal of Health Education*, 47(4), 243-252. Retrieved from <https://search.proquest.com/docview/1807691662?accountid=17242>
- Kementrian Kesehatan RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Kartika, Vira & Meriyana Adriani (2011). *Pola Asuh Makan pada Balita dengan Status Gizi Kurang di Jawa Timur, Jawa Tengah dan Kalimantan Tengah*. Tidak dipublikasikan
- Solikhah, M. M., & Ardiani, N. D., (2019). Hubungan Efikasi Diri Pemberian Makan oleh Ibu dengan status Gizi balita Perumahan Samirukun Plesungan Karanganyar. *Jurnal kesehatan Kusuma Husada*. Diakses melalui <http://jurnal.stikeskusumahusada.ac.id/index.php/JK/article/view/336/286>
- Solikhah, MM, et all (2021). [Effect of Nutritional Literacy on Mother's Self Efficacy in Child Feeding \(Effect of Nutritional Literacy on Mother's\)](#) *Journal of International Dental and Medical Research*. 14.4. 1688-1693. Ectodermal Dysplasia Group-Turkey
- Solikhah, MM & Rohmatika, D. (2021). [Upaya Peningkatan Daya Tahan Tubuh Balita Dalam Situasi Darurat Covid 19 Melalui Edukasi Tentang Makanan Pendamping Air Susu Ibu \(Mp-Asi\) Sebagai Upaya Preventif Penularan Covid 19 Di Posyandu Balita Bunga Tulip](#). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Irsyad (JPMA)*,3.1 8-16