

PENGUATAN KAPASITAS KADER POSYANDU TENTANG POLA KONSUMSI PANGAN BERGIZI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS NAIBONAT KABUPATEN KUPANG

Intje Picauly^{1*}, Marni Marni², Deviarbi Sakke Tira³, Sinta Lisa Purimahua⁴

¹⁻⁴Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana

*email Korespondensi : intjepicauly@staf.undana.ac.id

Abstrak

Kader Posyandu (Pos Pelayanan Terpadu) merupakan pihak yang sangat berperan dalam membentuk perilaku pola konsumsi keluarga. Hal ini berarti, baik – buruk pemahaman kader tentang pola konsumsi pangan bergizi dapat berpengaruh terhadap asupan gizi keluarga dan berdampak pada status gizi keluarga. Ibu keluarga yang membudayakan dan menerapkan pola konsumsi pangan bergizi dapat menghindari anggota keluarga termasuk anak balita dari masalah gizi termasuk masalah stunting. Kegiatan Pengabdian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk menguatkan ibu-ibu kader dalam melaksanakan tugas penyuluhan kepada ibu-ibu balita agar dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang pentingnya mengkonsumsi makanan yang beragam, bergizi, seimbang, dan aman serta memungkinkan mereka dalam mengambil tindakan preventive yang baik dalam hal menyiapkan makanan bergizi bagi konsumsi keluarga. Pelaksanaan pengabdian ini menggunakan metode “Pendidikan dan atau penyuluhan”. Dimana, para peserta penyuluhan (semua ibu kader posyandu) akan diberikan pengajaran dan atau materi dengan tujuan agar mereka mampu memilih atau menentukan sendiri jenis makanan yang sehat, beragam, dan aman. Sebelum kegiatan penyuluhan dilaksanakan, akan dilakukan evaluasi pre dan post test untuk mengukur kemampuan dan perubahan sikap ibu-ibu kader tentang materi penyuluhan. Adapun jumlah sampel adalah 60 orang ibu kader. Hasil pre-test menemukan bahwa Sebagian besar (74.67%) kader belum memahami dengan baik pola konsumsi terkait Jenis, jumlah dan cara pengolahan pangan yang benar. Namun, setelah dikonfirmasi dari hasil penyuluhan, diketahui bahwa 100% ibu kader sudah memahami pola konsumsi yang benar. Hal ini dimulai dari faktor kemampuan memilih jenis pangan, menyusun menu sederhana namun bergizi dengan cara pengolahan yang ramah terhadap ketersediaan kandungan gizi yang cukup dan sesuai yang dibutuhkan serta dapat memastikan jumlah pangan yang dikonsumsi sesuai kebutuhan per hari per umur per jenis kelamin anggota keluarga.

Kata Kunci: *Kader Posyandu; Penguatan Kapasitas; Pola Konsumsi; Pangan Bergizi*

STRENGTHENING THE CAPACITY OF POSYANDU CADRES REGARDING NUTRITIONAL FOOD CONSUMPTION PATTERNS IN THE NAIBONAT PUSKESMAS WORKING AREA KUPANG DISTRICT

Intje Picauly^{1*}, Marni Marni², Deviarbi Sakke Tira³, Sinta Lisa Purimahua⁴

¹⁻⁴ Faculty of Public Health, Nusa Cendana University

*e-mail Correspondence: intjepicauly@staf.undana.ac.id

Abstract

Posyandu cadres (Pos Pelyanan Terpadu) are parties that play a very important role in shaping the behavior of family consumption patterns. This means, whether good or bad cadres' understanding of nutritious food consumption patterns can affect family nutritional intake and have an impact on family nutritional status. Family mothers who cultivate and apply nutritious food consumption patterns can prevent family members including children from nutritional problems including stunting problems. This service activity is carried out with the aim of strengthening female cadres in carrying out counseling duties for mothers of toddlers so that they can increase their knowledge and understanding of the importance of consuming diverse, nutritious, balanced and safe foods and enable them to take good preventive measures in preparing nutritious food for family consumption. The implementation of this service uses the "Education and or extension" method. Where, the counseling participants (all Posyandu cadres) will be given teaching and/or materials with the aim that they are able to choose or determine for themselves the types of food that are healthy, diverse and safe. Before the counseling activities are carried out, pre and post test evaluations will be carried out to measure the ability and changes in attitudes of female cadres regarding counseling material. The number of samples is 60 women cadres. The results of the pre-test found that the majority (74.67%) of the cadres did not understand well the consumption patterns related to the type, amount and method of food processing. However, after confirmation from the results of the counseling, it was found that 100% of cadre mothers had understood the correct consumption patterns. This starts with the factor of being able to choose the type of food, compiling a simple but nutritious menu in a friendly way of processing the availability of sufficient and appropriate nutritional content needed and being able to ensure the amount of food consumed is according to the needs per day per age per sex of family members.

Keywords: *Posyandu Cadres; Capacity Building; Consumption Patterns; Nutritious Food*

PENDAHULUAN

Kabupaten Kupang merupakan salah satu kabupaten yang memiliki masalah gizi kurang dan stunting yang cukup tinggi di Wilayah NTT(Intje Picauly, 2023a). Faktor utama yang sangat berpengaruh adalah rendahnya konsumsi pangan bergizi. Konsumsi pangan yang tidak memenuhi syarat jumlah, frekuensi, dan keragaman jenis akan berdampak pada kuantitas dan kualitas asupan gizi yang diperoleh(Intje Picauly, 2023b). Selain itu, konsumsi pangan yang menerapkan pola makanan pantangan dapat membatasi seseorang untuk bisa menjadi sehat(Intje Picauly, 2023b). Oleh karena itu, setiap ibu keluarga harus mengetahui bahwa status gizi anggota keluarga termasuk anak balita, ibu hamil, dan ibu menyusui baik hanya dicapai dengan mempertimbangkan aspek konsumsi pangan yang beragam, bergizi, seimbang, dan aman(Intje Picauly, 2023a)(Pujianto et al., 2022). Dengan demikian terlihat bahwa, pengetahuan ibu keluarga merupakan salah satu faktor yang cukup berpengaruh terhadap tingkat kecukupan gizi dan status gizi semua anggota keluarganya.

Posyandu merupakan salah satu pusat pelayanan kesehatan terkecil dalam kelompok masyarakat dan digerakan oleh masyarakat itu sendiri. Posyandu (Pos Pelayanan Terpadu) merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumberdaya Masyarakat (UKBM) yang dilaksanakan oleh, dari dan bersama masyarakat, untuk memberdayakan dan memberikan kemudahan kepada masyarakat guna memperoleh pelayanan kesehatan bagi ibu, bayi dan anak balita(Gubernur Nusa Tenggara Barat, 2021; *Pelaksanaan Pembinaan Kader Dan Posyandu Bidang Kesehatan 2023.Pdf*, n.d.; Yanti et al., 2015). Adapun kegiatan pelayanan di posyandu meliputi imunisasi, pendidikan gizi masyarakat serta pelayanan kesehatan ibu dan anak. Sedangkan kegiatan pemantauan bertujuan untuk memantau pertumbuhan berat badan balita dengan menggunakan Kartu Menuju Sehat (KMS), memberikan konseling gizi, serta memberikan pelayanan gizi dan kesehatan dasar(Kesehatan, 2016; Saepuddin et al., 2018; Save The Childern, 2018).

Latar belakang tugas dan tanggungjawab kader posyandu mengharapkan dukungan Pendidikan formal dan non formal yang baik juga. Namun, analisis awal menemukan bahwa dari 60 orang kader hampir sebagian besar (87% atau 52 orang) mempunyai pendidikan terakhir di tingkat sekolah menengah pertama (SMP) dan tidak sering terpapar oleh materi-materi terkait tugas pelayanan di posyandu. Melihat latarbelakang ini, sudah tentu para kader posyandu akan memiliki banyak keterbatasan dalam melaksanakan tugasnya. Hal ini akan berdampak pada kualitas pelayanan kader posyandu yang diberikan pada ibu-ibu balita, ibu hamil dan ibu menyusui yang berkunjung ke posyandu.

Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk memberikan penguatan pengetahuan kader posyandu dalam melaksanakan tugas dan fungsinya di posyandu khususnya tentang pola konsumsi pangan dan kebiasaan makan yang baik. Manfaat utama kegiatan penguatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan persepsi kader terhadap pola konsumsi pangan termasuk kebiasaan pengolahan dan pencegahan kebiasaan keluarga terhadap pantangan terhadap makanan tertentu.

BAHAN DAN METODE

Kegiatan penyuluhan ini menggunakan bahan-bahan dari jenis ATK (alat tulis kantor) seperti : kertas dan pensil untuk kebutuhan evaluasi pengetahuan responden (kader posyandu) diawal dan akhir serta selama alur proses kegiatan penyuluhan. Selain itu, dibutuhkan juga gambar-gambar menarik seperti gambar jenis makanan, alat pengolahan dan contoh-contoh pengolahan makanan untuk proses penyuluhan tentang pola konsumsi makan beragam, bergizi, seimbang dan aman serta cara pengolahan pangan yang baik.

Metode yang digunakan dalam penyuluhan ini adalah ceramah dan simulasi dalam kelas. Adapun tahapan penyuluhan yang dilakukan antara lain :

1. Tahap awal dilakukan pretes untuk mengetahui latarbelakang Pendidikan formal dan tingkat pengetahuan serta daya ingat kader tentang materi ceramah.



Gambar 1. Situasi Pre Test

2. Tahap kedua, melakukan ceramah dan simulasi dengan menggunakan semua alat dan bahan yang dipersiapkan sebelumnya.



Gambar 2. Situasi ceramah dan simulasi satu arah

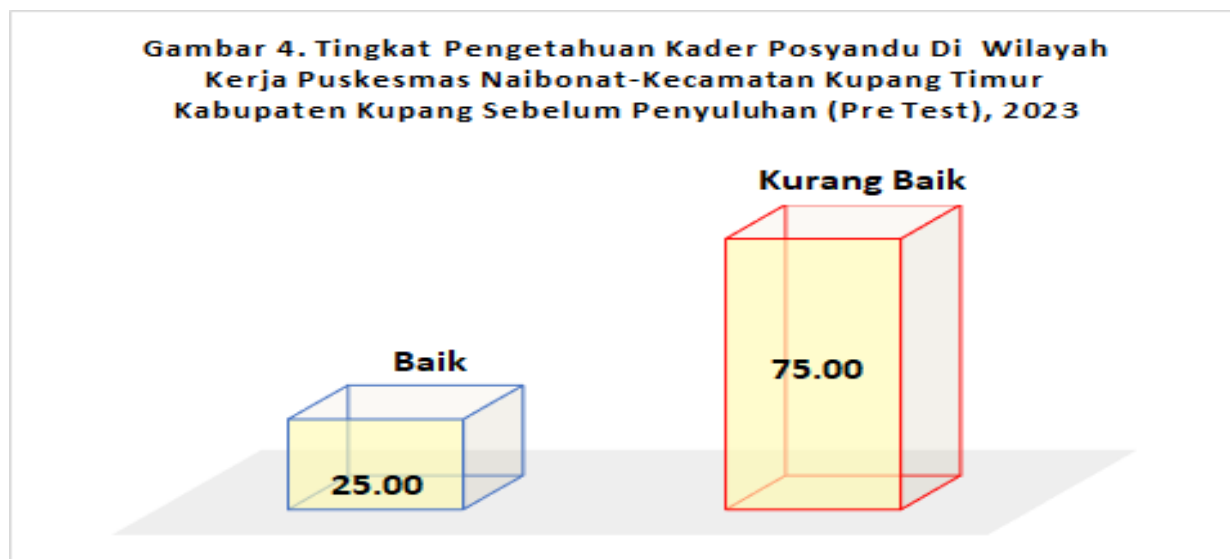
3. Tahap terakhir adalah melakukan post tes untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan tentang materi ceramah yaitu tentang pola konsumsi pangan (jenis, jumlah dan frekuensi makan) dan kebiasaan pengolahan atau cara pengolahan pangan serta pencegahan kebiasaan keluarga terhadap pantangan terhadap makanan tertentu.



Gambar 3. Situasi Kader sedang melakukan Post Test

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tingkat pengetahuan atau Pendidikan non formal tidak selamanya dipengaruhi oleh tingkat Pendidikan formal. (Awaludin et al., 2019; Deharja et al., 2020; *Pelaksanaan Pembinaan Kader Dan Posyandu Bidang Kesehatan 2023.Pdf*, n.d.; Saepuddin et al., 2018; Save The Childern, 2018; Untari et al., 2017) Banyak hasil penelitian yang membuktikan bahwa tingkat Pendidikan ibu keluarga tidak berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan terkait gizi seimbang dan kejadian masalah gizi termasuk stunting. Hal yang sama juga terjadi pada kader posyandu. Dimana, tingkat pengetahuan kader posyandu tentang pangan, gizi dan Kesehatan sangat dipengaruhi oleh jumlah, frekuensi, substansi materi dan sumber informasi penyuluhan/pelatihan. Hal ini berarti bahwa pengetahuan kader posyandu sangat tergantung pada kesempatan setiap kader terpapar dengan media atau sumber pengetahuan tersebut (Yanti et al., 2015). Hasil evaluasi di tahap pertama (pre-test) menunjukkan bahwa sebagian besar (75%) ibu-ibu kader memiliki tingkat pengetahuan kategori "Kurang Baik" Gambar 4.

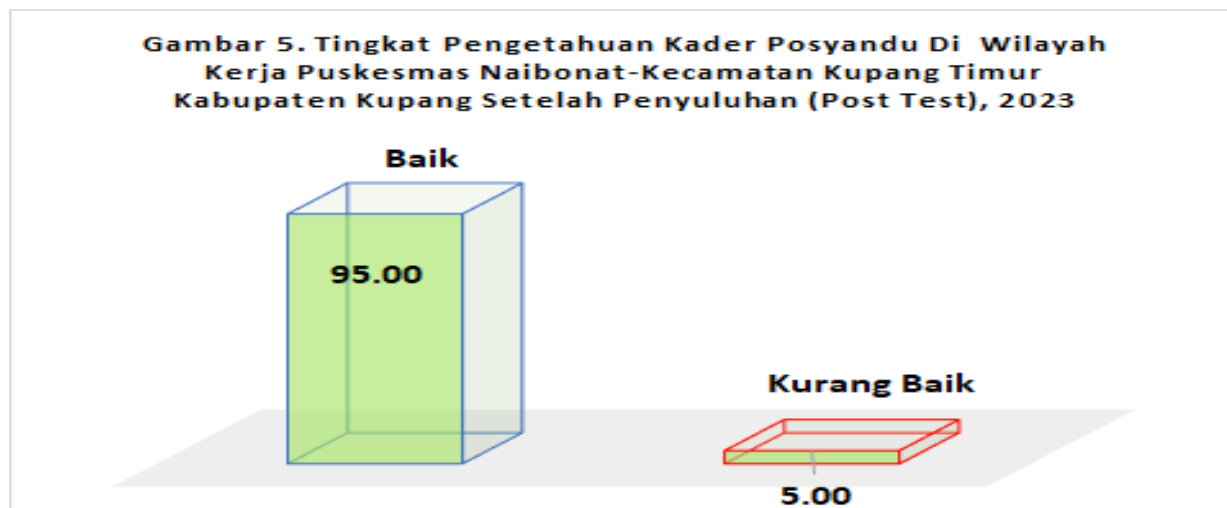


Berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa alasan kategori tingkat pengetahuan kader “kurang baik” adalah karena kader jarang mendapatkan refreshing terkait materi pola konsumsi dan materi lain yang terkait pola konsumsi. Materi yang sebelumnya diperoleh dari tenaga Kesehatan di puskesmas Naibonat sudah cukup lama, dan tidak ditunjang dengan dokumentasi atau buku referensi terkait pola konsumsi untuk dipelajari. Selain itu, situasi ini diperburuk dengan latarbelakang rendahnya tingkat pendidikan kader (Tamat SMP) yang membatasi upaya-upaya inovatif untuk terus mengasah pengetahuan yang dimiliki.

Hasil analisis pre-test menunjukkan bahwa masih banyak (23,7%) kader posyandu yang mempunyai nilai rendah dalam menjawab terkait pola konsumsi seperti keragaman jenis pangan yang dimakan, frekuensi makan dalam sehari, dan jumlah yang layak dimakan oleh masing-masing kelompok masyarakat (ibu hamil, ibu menyusui dan anak balita). Sebanyak 35% kader masih ragu-ragu dalam menjawab contoh-contoh jenis pangan sumber protein, karbohidrat dan vitamin serta mineral. Kader juga tidak mengetahui tentang alasan pentingnya sarapan pagi, pentingnya membiasakan makan selingan yang bergizi. Hal ini menyebabkan sebagian besar (56%) kader posyandu menjawab bahwa frekuensi makan dalam sehari hanya 3 kali dalam sehari. Itupun, mereka (kader posyandu) masih berpendapat bahwa makan pagi hanya sebatas konsumsi makanan seadanya (asal kenyang).

Walaupun demikian, umumnya (100%) ibu kader sudah paham tentang dampak negatif kebiasaan memiliki jenis makanan yang dipantangi. Sedangkan, sebagian besar (95%) kader masih salah dalam menjawab dan menerangkan terkait cara pengolahan yang benar agar dapat menekan kehilangan zat gizi dari jenis pangan yang dimasak.

Hasil analisis post test setelah dikonfirmasi dari proses penyuluhan terhadap 60 orang kader, diketahui bahwa 100% ibu kader sudah memahami pola konsumsi yang benar. Umumnya kader telah mengetahui tentang konsumsi pangan yang beragam, bergizi, seimbang dan aman (B2SA).



Hal ini dimulai dari faktor kemampuan memilih jenis pangan, menyusun menu sederhana namun bergizi dengan cara pengolahan yang ramah terhadap ketersediaan kandungan gizi yang cukup dan sesuai yang dibutuhkan serta dapat memastikan jumlah pangan yang dikonsumsi sesuai kebutuhan per hari per umur per jenis kelamin anggota keluarga.

Hasil wawancara bersama kader posyandu diketahui bahwa pengetahuan mereka masih bisa disegarkan lagi karena sebelumnya mereka sudah pernah mendapatkan penyuluhan terkait materi pola konsumsi dan kebiasaan makan. Hal ini berarti bahwa, kegiatan refreshing kader posyandu yang memiliki latar belakang tingkat pendidikan yang rendah merupakan salah satu upaya yang tepat untuk lebih menguatkan dan meningkatkan pengetahuan kader tentang pola konsumsi dan kebiasaan makan yang beragam, bergizi, seimbang, dan aman (Awaludin et al., 2019; Deharja et al., 2020; Setyowati et al., n.d.; Yanti et al., 2015).

KESIMPULAN

Kegiatan refreshing kader posyandu mampu menguatkan dan meningkatkan pengetahuan dan kapasitas tentang pola konsumsi, kebiasaan makan, cara pengolahan pangan dan budaya makanan pantangan.

Pada kegiatan selanjutnya, tim penyuluh merekomendasikan adanya pelatihan kader dalam manajemen strategi dalam menyusun menu dan menggunakan cara pengolahan yang

tepat, sehingga kader posyandu lebih mampu menyusun menu sehat, bergizi dan cukup serta aman untuk dikonsumsi sesuai umur kelompok yang membutuhkannya antara lain ibu hamil, ibu menyusui dan anak balita.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat (PKM) mengucapkan limpah terimakasih kepada Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana dibawah naungan Program Pascasarjana Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Undana yang telah membantu dalam hal pendanaan sehingga proses pelaksanaan pengabdian ini dapat berjalan dengan lancar seperti yang kita harapkan. Selain itu, ucapan terimakasih yang sama kami sampaikan kepada kepala Puskesmas Naibonat dan Lurah Naibonat yang telah mendukung dan meluangkan waktunya untuk kelancaran proses pelaksanaan pengabdian ini sampai dengan selesai seperti yang diharapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Awaludin, I., Syakrani, N., Bambang, E., Politeknik, S., Bandung, N., Gegerkalong, J., & Bandung, G. (2019). Inovasi Dan Data Elektronik Untuk Posyandu Kelurahan Caringin Kota Bandung. *Ikraith-Abdimas*, 2(2), 1–6.
- Deharja, A., Santi, M. W., & Yunus, M. (2020). Peningkatan Kompetensi Kader dalam Upaya Pencegahan Stunting Balita pada Masa Pandemi Covid-19 melalui Implementasi E-Posyandu di Desa Kemuning Lor *Pengabdian Masyarakat ...*, 29–34.
- Gubernur Nusa Tenggara Barat. (2021). *Peraturan Gubernur Nusa Tenggara Barat Nomor 30 Tahun 2021 Tentang Revitalisasi Pos Pelayanan Terpadu*. 68.
- Intje Picauly. (2023a). Stunting dalam Bingkai Kesehatan Ibu dan Anak (Edisi Revisi). In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. (Dua (2) Ed). Penerbit Amerta Media.
- Intje Picauly, M. R. P. (2023b). KONSEP TERAPAN PENILAIAN STATUS GIZI DAN SURVEI KONSUMSI PANGAN DI WILAYAH LAHAN KERING KEPULAUAN. In *Penerbit Amerta Media* (Satu (1)). Penerbit Amerta Media.
- Kesehatan, K. (2016). Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak. *Direktorat Kesehatan Departmen Kesehatan Keluarga*, 59.
- Pelaksanaan pembinaan kader dan posyandu bidang kesehatan 2023.pdf*. (n.d.).
- Pujianto, T., Anggraeni, E., & Badiyah, F. T. (2022). Prevalen Rasio Tingkat Konsumsi Energi Dan Protein Pada Status Gizi Balita. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 14(1), 156–164. <https://doi.org/10.36729/bi.v14i1.821>
- Saepuddin, E., Rizal, E., & Rusmana, A. (2018). Posyandu Roles as Mothers and Child Health Information Center. *Record and Library Journal*, 3(2), 201. <https://doi.org/10.20473/rlj.v3-i2.2017.201-208>
- Save The Childern. (2018). *Buku Pegangan Kader*. 2(April), 223–238.
- Setyowati, Y., Hutagalung, S. P., & Supadi, J. (n.d.). *Pendidikan Dan Pendapatan Active and Not Active of Posyandu Cadre Due To the Knowledge , Attitude , Education and Income*.
- Untari, I., Prananingrum, R., & Kusudaryati, D. P. dyah. (2017). Buku Saku Kader Posyandu Balita. *Suparyanto Dan Rosad* (2015, 5(3), 248–253. <http://repository.itspku.ac.id/255/1/BUKU KADER POSYANDU BALITA.pdf>

Yanti, Mulyadi, & Said Usman. (2015). Pengetahuan, Dana Insentif, Sarana Dan Prasarana Dengan Partisipasi Kader Dalam Pelaksanaan Posyandu (Knowledge, Funding Incentive, Facilities And Infrastructure With Participation Of Cadres). *Jurnal Ilmu Keperawatan* .