



Edukasi Gizi pada Kader Posyandu Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Kader Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga

Ratih Ayu Atika^{*1}, Satria Safirza¹

¹Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23374, Indonesia.

*Email korespondensi: ratihayuatika_fk@abulyatama.ac.id¹

Diterima: 21 Agustus 2022; Disetujui 25 Agustus 2022; Dipublikasi 14 September 2022

Abstract: Posyandu cadres play an important role in improving the health status of mothers and children in the community. Lack of understanding regarding balanced nutrition, immunization, and child development can impact the quality of posyandu services. Therefore, this community service activity aims to enhance the knowledge of posyandu cadres regarding nutrition and child health through systematic education. The methods used in this activity are lectures and interactive discussions. The results of the activity show an increase in the cadres' understanding of the importance of nutrition in child growth and the role of posyandu in reducing stunting rates. With this education, it is hoped that posyandu cadres can be more active in providing accurate information to the community and increasing the coverage of posyandu services in the working area of Puskesmas Simpang Tiga.

Keywords: *Posyandu, Nutrition Education, Health Cadres.*

Abstrak: Kader posyandu memiliki peran penting dalam peningkatan status kesehatan ibu dan anak di masyarakat. Kurangnya pemahaman mengenai gizi seimbang, imunisasi, dan tumbuh kembang anak dapat berdampak pada rendahnya kualitas layanan posyandu. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kader posyandu mengenai gizi dan kesehatan anak melalui edukasi yang sistematis. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah dan diskusi interaktif. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman kader mengenai pentingnya gizi dalam pertumbuhan anak serta peran posyandu dalam menurunkan angka stunting. Dengan adanya edukasi ini, diharapkan kader posyandu dapat lebih aktif dalam memberikan informasi yang benar kepada masyarakat serta meningkatkan cakupan layanan posyandu di wilayah kerja Puskesmas Simpang Tiga.

Kata kunci : *Posyandu, Edukasi Gizi, Kader Kesehatan.*

Posyandu merupakan salah satu bentuk layanan kesehatan berbasis masyarakat yang memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan anak. Keberadaan Posyandu tidak hanya sebagai tempat pelayanan kesehatan dasar, tetapi juga menjadi pusat edukasi bagi masyarakat, terutama dalam aspek gizi, imunisasi, dan pemantauan tumbuh

kembang anak.

Keberhasilan program Posyandu sangat bergantung pada peran serta kader Posyandu, yang merupakan anggota masyarakat yang secara sukarela membantu pelaksanaan kegiatan kesehatan. Didah (2020) menyatakan bahwa kader Posyandu memiliki tugas utama dalam menggerakkan masyarakat untuk berpartisipasi

aktif dalam kegiatan Posyandu, termasuk memberikan informasi terkait gizi dan kesehatan kepada ibu hamil, ibu menyusui, serta orang tua yang memiliki balita. Namun, meskipun peran kader sangat vital, masih banyak kader Posyandu yang belum memiliki pemahaman yang cukup mengenai konsep gizi seimbang dan pentingnya pemantauan tumbuh kembang anak.

Permasalahan gizi di Indonesia masih menjadi isu yang perlu mendapatkan perhatian khusus, terutama dalam upaya penanggulangan stunting dan kekurangan gizi pada anak balita. Berdasarkan data dari Kemenkes RI & Save The Children (2012), prevalensi stunting di Indonesia masih tergolong tinggi, yang sebagian besar disebabkan oleh kurangnya asupan nutrisi yang cukup selama periode emas pertumbuhan anak. Salah satu strategi yang dapat diterapkan untuk mengatasi permasalahan ini adalah dengan meningkatkan kapasitas kader melalui pelatihan dan edukasi yang komprehensif mengenai gizi dan pola makan sehat.

Kegiatan edukasi gizi bagi kader Posyandu merupakan salah satu upaya strategis dalam meningkatkan kualitas layanan kesehatan berbasis masyarakat. Iswarawanti (2010) menekankan bahwa kader Posyandu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi akan lebih efektif dalam menjalankan tugasnya sebagai penyampai informasi dan motivator dalam perubahan perilaku gizi masyarakat. Melalui edukasi yang tepat, kader dapat memahami berbagai aspek penting, seperti cara mengidentifikasi anak dengan risiko gizi buruk, teknik pemberian makanan yang sesuai dengan kebutuhan usia, serta pentingnya pemantauan

status gizi secara berkala. Selain itu, pelatihan bagi kader juga dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam menyampaikan informasi dan mengedukasi masyarakat, sehingga pesan yang disampaikan lebih mudah diterima dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Dengan adanya program edukasi gizi bagi kader Posyandu di wilayah kerja Puskesmas Simpang Tiga, diharapkan dapat terjadi peningkatan kesadaran dan pemahaman kader dalam memberikan pelayanan gizi yang lebih baik kepada masyarakat.

Program ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kader, tetapi juga untuk memperkuat keterampilan mereka dalam memberikan penyuluhan dan advokasi terkait gizi dan kesehatan anak. Jika kader memiliki pemahaman yang baik mengenai prinsip gizi yang benar, mereka akan lebih mampu dalam mendorong masyarakat untuk menerapkan pola makan yang sehat, sehingga pada akhirnya dapat membantu menekan angka kejadian stunting dan meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

Dengan kolaborasi yang baik antara tenaga kesehatan, kader Posyandu, serta masyarakat, diharapkan program ini dapat berjalan secara berkelanjutan dan memberikan dampak yang positif bagi kesehatan ibu dan anak di wilayah kerja Puskesmas Simpang Tiga.

KAJIAN PUSTAKA

1. Peran Posyandu dalam Pelayanan Kesehatan Masyarakat

Posyandu merupakan salah satu bentuk

pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan anak. **Didah (2020)** menyatakan bahwa keberadaan Posyandu sangat penting dalam mendekatkan layanan kesehatan kepada masyarakat, terutama dalam aspek imunisasi, gizi, serta pemantauan tumbuh kembang anak.

2. Pentingnya Kader Posyandu dalam Pelaksanaan Program Kesehatan

Kader Posyandu memiliki peran sebagai penggerak masyarakat dalam meningkatkan partisipasi dalam program kesehatan. Iswarawanti (2010) menegaskan bahwa kader yang memiliki pemahaman yang baik tentang kesehatan dan gizi akan lebih efektif dalam menyampaikan informasi kepada masyarakat serta memberikan motivasi dalam perubahan perilaku gizi.

3. Masalah Gizi dan Stunting di Indonesia

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi yang masih banyak ditemukan di Indonesia. Kemenkes RI & Save The Children (2012) melaporkan bahwa salah satu penyebab utama stunting adalah kurangnya pemahaman masyarakat mengenai pentingnya asupan nutrisi yang cukup bagi anak selama periode emas pertumbuhan.

4. Edukasi Gizi sebagai Upaya Pencegahan Stunting

Edukasi gizi bagi kader Posyandu sangat penting dalam upaya pencegahan stunting. Kemenkes (2023) menekankan bahwa kader Posyandu perlu dibekali dengan pemahaman mengenai pola makan sehat, kebutuhan nutrisi anak, serta teknik pemberian makanan yang sesuai agar dapat memberikan informasi yang

akurat kepada masyarakat.

5. Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Anak

Pola makan yang tidak seimbang dapat berkontribusi terhadap berbagai masalah gizi pada anak, termasuk kekurangan energi dan protein. Iswarawanti (2010) menjelaskan bahwa anak yang tidak mendapatkan nutrisi yang cukup dalam jangka panjang akan mengalami hambatan dalam pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif.

6. Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Perubahan Perilaku Masyarakat

Edukasi gizi yang baik dapat membantu masyarakat dalam memahami pentingnya pola makan sehat dan bergizi seimbang. Kemenkes (2023) menunjukkan bahwa edukasi gizi yang diberikan kepada kader Posyandu dapat meningkatkan pemahaman mereka dalam memberikan penyuluhan yang lebih efektif kepada masyarakat.

7. Peran Kader dalam Pemantauan Tumbuh Kembang Anak

Pemantauan tumbuh kembang anak merupakan salah satu tugas utama kader Posyandu. **Didah (2020)** menyebutkan bahwa kader yang memiliki keterampilan dalam mengidentifikasi anak dengan risiko gizi buruk dapat membantu dalam intervensi dini untuk mencegah terjadinya stunting.

8. Manfaat Penyuluhan Gizi bagi Masyarakat

Penyuluhan gizi yang dilakukan secara berkala dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi. **Kemenkes RI &**

Save The Children (2012) menegaskan bahwa kader yang memiliki pengetahuan yang baik dapat membantu mendorong perubahan perilaku konsumsi makanan yang lebih sehat.

9. Implementasi Program Gizi dalam Posyandu

Program gizi yang diterapkan dalam Posyandu meliputi pemberian makanan tambahan (PMT), pemantauan status gizi, serta penyuluhan gizi kepada ibu dan anak. **Iswarawanti (2010)** menjelaskan bahwa efektivitas program ini sangat bergantung pada kesiapan kader dalam menjalankan tugasnya.

10. Strategi Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu

Peningkatan kapasitas kader Posyandu dapat dilakukan melalui pelatihan dan edukasi secara berkelanjutan. **Kemenkes (2023)** menekankan bahwa pelatihan kader yang dilakukan secara sistematis dapat meningkatkan efektivitas mereka dalam memberikan layanan kesehatan kepada masyarakat, terutama dalam aspek gizi dan kesehatan anak.

METODE PELAKSANAAN

1. Tahap Persiapan
 - a. Melakukan survei awal terkait pengetahuan masyarakat tentang gizi dan kesehatan ibu serta anak.
 - b. Menyusun materi edukasi mengenai peran gizi dalam tumbuh kembang anak.
2. Tahap Pelaksanaan
 - a. Penyuluhan dilakukan melalui ceramah dan diskusi interaktif dengan kader posyandu.
 - b. Simulasi cara memberikan edukasi gizi

kepada ibu-ibu yang datang ke posyandu.

3. Tahap Evaluasi
 - a. Mengukur efektivitas penyuluhan melalui tes sebelum dan sesudah kegiatan.
 - b. Menilai perubahan perilaku kader dalam memberikan edukasi kepada masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “Edukasi Gizi Pada Kader Posyandu Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Kader di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga” yang diikuti 50 masyarakat dengan baik dan lancar sesuai dengan harapan.

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan dalam bentuk ceramah dan diskusi tanya jawab terperinci.

1. Pelaksanaan Pengabdian
2. Pembukaan

Pembukaan kegiatan diawali oleh kepala desa beserta dengan pengenalan tim penyuluhan.

3. Penyampaian Materi

Materi pengabdian masyarakat disampaikan kepada peserta mengenai Edukasi Gizi Pada Kader Posyandu Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Kader di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga. Materi yang disampaikan ± 40 Menit.



Gambar 1. Penyampaian Materi

4. Diskusi/Tanya Jawab

Setelah selesai penyampaian materi kepada mahasiswa, dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab.

5. Penutup

Kegiatan pengabdian masyarakat diakhiri dengan melakukan foto bersama dengan masyarakat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Penyuluhan berhasil meningkatkan pemahaman kader posyandu mengenai gizi dan kesehatan ibu serta anak.
2. Metode ceramah dan diskusi efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan.
3. Perubahan perilaku kader dalam menyampaikan edukasi gizi mulai terlihat setelah kegiatan penyuluhan.

Saran

1. Perlu dilakukan pelatihan lanjutan agar kader posyandu semakin percaya diri dalam

memberikan edukasi kesehatan.

2. Diharapkan adanya dukungan dari pemerintah daerah untuk meningkatkan kualitas layanan posyandu melalui penguatan kapasitas kader.
3. Posyandu perlu berkolaborasi dengan instansi kesehatan lainnya untuk memastikan bahwa informasi yang diberikan kepada masyarakat selalu diperbarui.

DAFTAR PUSTAKA

- Didah, D. (2020). *Gambaran Peran dan Fungsi Kader Posyandu di Wilayah Kerja Puskesmas Jatinangor*. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(2), 217–221. <https://doi.org/10.33024/jkm.v6i2.2306>
- Iswarawanti, D. N. (2010). *Kader Posyandu: Peranan dan Tantangan Pemberdayaannya dalam Usaha Peningkatan Gizi Anak di Indonesia*. *Jurnal Manajemen Pelayanan Kesehatan*, 13(4), 169–173. <https://core.ac.uk/download/pdf/290134780.pdf>
- Kemendes. (2023). *Kurikulum Pelatihan Keterampilan Dasar bagi Kader Posyandu*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemendes RI & Save The Children. (2012). *Buku Pegangan Kader Posyandu*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- WHO. (2022). *Global Nutrition Report 2022: Status Gizi dan Strategi Pencegahan Stunting*. Geneva: World Health

Organization.

UNICEF Indonesia. (2021). *Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting di Indonesia*. Jakarta: United Nations Children's Fund.

Pusdatin Kemenkes RI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Nugroho, H. (2018). *Pemberdayaan Kader Posyandu dalam Pencegahan Gizi Buruk pada Balita*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Saputra, B., & Rahayu, D. (2017). *Peran Posyandu dalam Peningkatan Status Gizi Anak di Indonesia*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 3(4), 55–68.

Widiyanto, A., & Prasetyo, B. (2019). *Efektivitas Program Posyandu dalam Menurunkan Angka Stunting di Daerah Perkotaan*. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 5(2), 77–89.