


## *Nutrition education through provision of additional local food for pregnant women and toddlers in Kalisat District, Jember Regency*

Erlyna Jayeng Wijayanti, Juliana Christyaningsih✉, Umul Annisa Fadhilla, Ainur Rifda Kurnia Puspita Sari

Poltekkes Kemenkes Surabaya, Surabaya, Indonesia

✉ [juliana@poltekkesdepkes-sby.ac.id](mailto:juliana@poltekkesdepkes-sby.ac.id)

 <https://doi.org/10.31603/ce.6480>

### **Abstract**

The Nahdlatul Ulama Health Institute (LKNU), Puskesmas in the Jember Region and Poltekkes Kemenkes Surabaya held community service activities aimed at reducing the prevalence of stunting under five. The activity began with family assistance for pregnant women and stunting toddlers, which were attended by 112 mothers of toddlers and 40 pregnant women, and continued with nutrition education conducted by nutrition counseling with media in the form of posters, flipcharts and games. The third is the provision of nutritional intake for pregnant women and toddlers through Supplementary Food Provision (PMT), and the last is demonstration of examples of balanced nutrition for toddlers according to the principle of balanced nutrition through the use of local food ingredients. The results of the activity revealed an increase in the knowledge of pregnant women and mothers of toddlers by 47%, an increase in the attitudes of pregnant women by 4% and mothers of toddlers by 1.9%, as well as an increase in the practice behavior of pregnant women and mothers of toddlers in preparing and providing a balanced nutritional menu of local food.

**Keywords:** Nutrition education; Provision of additional local food; Pregnant woman; Toddler

## **Edukasi gizi melalui pemberian tambahan makanan lokal untuk ibu hamil dan balita di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember**

### **Abstrak**

Lembaga Kesehatan Nahdlatul Ulama (LKNU), Puskesmas di Wilayah Jember bersama tim Pengabdian Poltekkes Kemenkes Surabaya mengadakan kegiatan pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk menurunkan angka prevalensi *stunting* balita. Kegiatan diawali dengan pendampingan keluarga ibu hamil dan balita *stunting* yang diikuti 112 ibu balita dan 40 ibu hamil, dan dilanjutkan dengan edukasi gizi yang dilakukan dengan penyuluhan gizi ibu balita dan ibu hamil dengan media berupa poster, *flipchart* dan *games*. Yang ketiga pemberian asupan gizi ibu hamil dan balita melalui Pemberian Makanan Tambahan (PMT), dan terakhir yaitu demonstrasi contoh makanan dengan gizi seimbang untuk balita sesuai prinsip gizi seimbang melalui pemanfaatan bahan pangan lokal. Hasil kegiatan mengungkapkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil dan ibu balita sebesar 47%, peningkatan sikap ibu hamil sebesar 4% dan ibu balita sebesar 1,9%, serta peningkatan perilaku praktik ibu hamil dan ibu balita dalam mempersiapkan dan menyediakan menu gizi seimbang makanan lokal.

**Kata Kunci:** Edukasi gizi; Pemberian PMT lokal; Ibu hamil; Balita

# 1. Pendahuluan

---

Gizi memiliki peran signifikan dalam pertumbuhan dan perkembangan selama siklus kehidupan manusia. Kurang Energi Kronis (KEK) pada Ibu hamil berpengaruh terhadap kualitas bayi yang dilahirkan serta berdampak terhadap kematian anak dan ibu serta status gizi anak (Fajrin & Khusna, 2021). Survei konsumsi makanan dan survei konsumsi gizi tahun 2016 menunjukkan bahwa lebih dari separuh ibu hamil defisit energi atau konsumsinya <70% kebutuhannya. Salah satu faktor yang menyebabkan masalah gizi di Indonesia yaitu konsumsi makanan ibu pada masa kehamilan atau bahkan saat remaja yang tidak sesuai dengan prinsip gizi seimbang (Sholikah et al., 2017).

Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menunjukkan status gizi balita yang pendek dan sangat pendek sebesar 30,8% dengan prevalensi tertinggi di Provinsi NTT (42,6%) dan terendah di Provinsi DKI Jakarta (17,7%) (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Tingginya masalah gizi balita merupakan manifestasi dari rumitnya permasalahan pangan dan gizi di Indonesia. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 di Kabupaten Jember menunjukkan prevalensi *stunting* pada balita adalah sebesar 38,31% dan menurun pada tahun 2019 sebesar 37,94%. Data dari sistem aplikasi online pencatatan dan pelaporan gizi berbasis masyarakat (e-PPGBM) bulan Agustus 2020 terlihat bahwa prevalensi *stunting* balita di Kabupaten Jember sebesar 22,89%.

Salah satu kecamatan di Kabupaten Jember adalah Kecamatan Kalisat yang mempunyai luas wilayah 53,48 km<sup>2</sup> dengan ketinggian rata-rata 281 m dari atas permukaan laut. Jarak kecamatan ke pusat pemerintahan Kabupaten Jember yaitu 16 Km. Kecamatan Kalisat memiliki jumlah penduduk 74.962 orang dengan kepadatan penduduk 1.401 jiwa/km<sup>2</sup>. Untuk mengatasi masalah gizi yang terjadi pada ibu hamil dan balita perlu diselenggarakan pelatihan oleh tim Pengabdian Jurusan Gizi Poltekkes bekerja sama dengan Lembaga Kesehatan Nahdlatul Ulama (LKNU) dan Puskesmas di Wilayah Jember dalam hal pengukuran status gizi dengan antropometri dan edukasi pemberian makanan dengan metode demonstrasi.

Edukasi berupa penyuluhan gizi disertai Pemberian Makanan Tambahan (PMT). PMT yang diberikan adalah makanan lokal dengan tujuan memberikan perubahan perilaku sikap dan keterampilan ibu dalam memberikan makanan pada anaknya dengan bahan makanan yang ada di sekitarnya yang kaya akan gizi untuk pencegahan masalah gizi. PMT bertujuan juga sebagai sarana edukasi kepada orang tua/pengasuh balita tentang makanan kudapan sehat dan bergizi yang diberikan disela makanan utamanya. Selain itu, PMT juga berguna sebagai sarana untuk membantu mencukupi kebutuhan balita dan sarana untuk menggerakkan peran serta masyarakat dalam mendukung pelayanan kesehatan khususnya di posyandu (Soetjatie et al., 2022). Makanan lokal akan membuat daya ungkit program lebih baik karena sesuai dengan apa yang ada di sekitar balita dan ibu hamil tersebut. Tentunya edukasi gizi terkait pembuatan menu, cara pemilihan bahan makanan maupun cara pengolahan makanan tersebut perlu dilakukan bersamaan dengan program pemberian PMT itu sendiri (Nuraidah et al., 2021). Jadi bahan makanan lokal lebih direkomendasikan dalam program ini. PMT pangan lokal disesuaikan dengan menu khas daerah kondisi setempat serta mampu memenuhi syarat gizi seimbang sesuai kebutuhan. Tujuan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat adalah sebagai berikut:

- a. Meningkatkan pengetahuan dalam mempersiapkan dan menyediakan menu gizi seimbang makanan lokal untuk ibu hamil dan balita.

- b. Meningkatkan sikap dalam mempersiapkan dan menyediakan menu gizi seimbang makanan lokal untuk ibu hamil dan balita.
- c. Meningkatkan perilaku dalam mempersiapkan dan menyediakan menu gizi seimbang makanan lokal untuk ibu hamil dan balita.
- d. Meningkatkan asupan gizi ibu hamil dan balita melalui penyediaan konsumsi pangan sesuai prinsip gizi seimbang melalui pemanfaatan bahan pangan lokal.

## 2. Metode

---

Ditjen Gizi, Lembaga Kesehatan Nahdlatul Ulama (LKNU), Puskesmas di Wilayah Jember bersama tim Pengabdian Poltekkes Kemenkes Surabaya memiliki kegiatan pelayanan ke masyarakat dengan memberi solusi dalam menangani asupan gizi pada balita dan ibu hamil dan status gizi melalui intervensi makanan tambahan (PMT) dan edukasi gizi. Kegiatan ini dilaksanakan selama bulan November 2021, dengan strategis sasaran adalah beberapa desa di wilayah kerja Puskesmas Kalisat dengan jumlah balita 60 anak ibu hamil 20 orang.

Wilayah kerja Puskesmas Kalisat meliputi Desa Glagahwero, Sumber Kalong, Sumber Ketempa, Sukoreno, Plalangan dan Gambiran dimana setiap desa ada 1 pos pemberian edukasi dan PMT dan diberikan sebanyak 10 kali selama 5 minggu tersebut maka frekuensi total adalah  $10 \times 6$  desa maka ada 60 kali edukasi gizi dan demo masak di wilayah Puskesmas Kalisat, Kabupaten Jember. Metode kegiatan dilakukan dengan sebagai berikut:

- a. Mengadakan pengukuran status gizi dengan cara antropometri terhadap enam puluh (60) anak balita dan 20 ibu hamil di desa wilayah kerja Puskesmas Kalisat oleh dosen dan instruktur beserta mahasiswa Jurusan Gizi sebelum dan setelah diberikan PMT selama bulan November 2021.
- b. Pengukuran pengetahuan, sikap dan praktik ibu melalui *pre-test* dan *post-test* tentang kebiasaan makan dan asupan gizi serta melakukan penyuluhan kepada ibu balita dan ibu hamil.
- c. Kegiatan pemberian makanan tambahan (PMT) untuk balita dan ibu hamil.

## 3. Hasil dan Pembahasan

---

Pendampingan ini dilakukan selama bulan November 2021 dengan 10 kali pertemuan di 6 desa tersebut di Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember dalam bentuk pengukuran status gizi, pengukuran sikap dan praktik ibu dan memberikan asupan gizi ibu hamil dan balita.

### 3.1. Pengukuran status gizi

Dilakukan dengan cara antropometri terhadap enam puluh (60) anak balita dan 20 ibu hamil di desa wilayah kerja Puskesmas Kalisat oleh dosen dan instruktur beserta mahasiswa Jurusan Gizi di awal sebelum dan di akhir setelah diberikan PMT. Hasil untuk status gizi berdasarkan indeks BB/U, indeks BB/PB. Sedangkan untuk ibu hamil untuk status gizi berdasarkan pita Lila dan kenaikan BB selama hamil.

### 3.2. Pengukuran pengetahuan, sikap dan praktik ibu

*Pre-test* dan *post-test* tentang kebiasaan makan dan asupan gizi serta melakukan penyuluhan kepada ibu balita dan ibu hamil. Penyuluhan yang diberikan tentang

edukasi gizi ibu balita dan ibu hamil dengan media berupa poster, *flipchart* dan *games*, kegiatan ini tersaji pada Gambar 1.



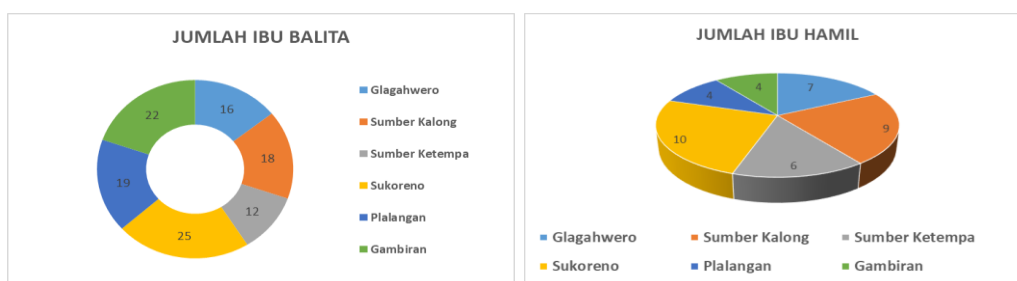
Gambar 1. Kegiatan edukasi gizi dan pelaksanaan *pretest-posttest*

### 3.3. Pembagian vitamin dan masker

Penyediaan konsumsi pangan sesuai prinsip gizi seimbang melalui pemanfaatan bahan pangan lokal terlihat pada Gambar 2. Dari 6 desa yang mengikuti program kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat diikuti oleh ibu balita sejumlah 112 orang dan ibu hamil sebesar 40 orang, yang semua terbanyak berasal dari Desa Sukoreno, dapat dilihat pada Gambar 3.



Gambar 2. Menu asupan gizi untuk balita dan ibu hamil

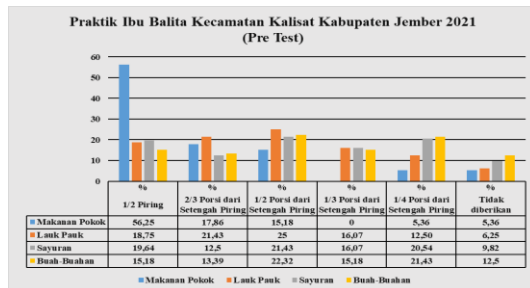
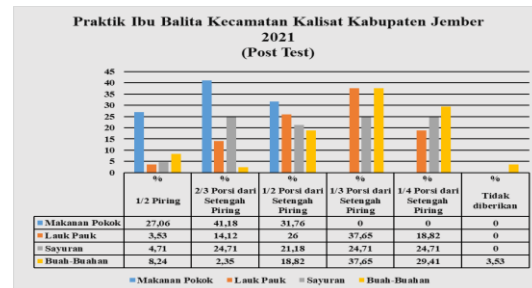
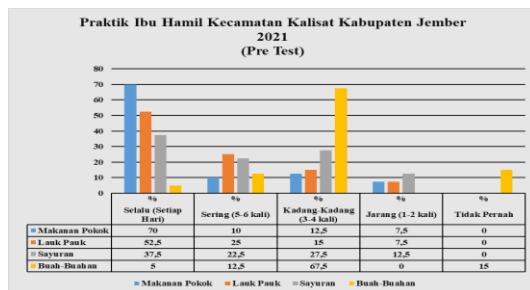
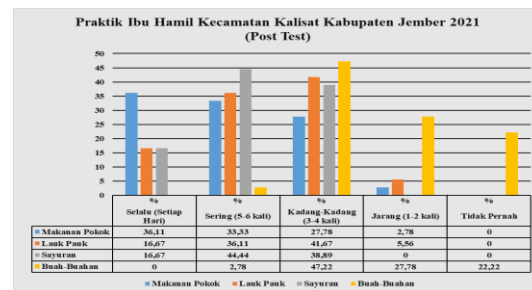


Gambar 3. Grafik jumlah peserta kegiatan sosialisasi

Hasil capaian pada kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat adalah sebagai berikut :

- a. Meningkatkan pengetahuan dalam mempersiapkan dan menyediakan menu gizi seimbang makanan lokal untuk ibu hamil dan balita. Hasil kuesioner *pre-test* dan *post-test* terkait pengetahuan pada ibu balita dan ibu hamil di 6 Desa adalah ada peningkatan pengetahuan ibu balita dan ibu hamil sebesar 47% terkait gizi keluarga. Program ini dapat membantu mencerdaskan bangsa melalui pengetahuan ibu yang dapat bermanfaat untuk peningkatan gizi keluarga.

- b. Meningkatkan sikap dalam mempersiapkan dan menyediakan menu gizi seimbang makanan lokal untuk ibu hamil dan balita. Hasil kuesioner penilaian *pre-test* dan *post-test* terkait sikap pada ibu balita dan ibu hamil di 6 desa ada peningkatan sikap ibu balita dan ibu hamil meskipun tidak signifikan, sebesar 1,9 dan 4% yang diperoleh dari pengisian kuesioner.
- c. Meningkatkan perilaku dalam mempersiapkan dan menyediakan menu gizi seimbang makanan lokal. Perilaku praktik ibu balita di lokasi 6 desa pada kondisi *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada Gambar 4 dan Gambar 5. Perilaku praktik ibu hamil di lokasi 6 desa pada kondisi *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada Gambar 6 dan Gambar 7.

Gambar 4. Hasil *pre-test* ibu balitaGambar 5. Hasil *post-test* ibu balitaGambar 6. Hasil *pre-test* ibu hamiGambar 7. Hasil *post-test* ibu hamil

Dari grafik praktik *pre-test* dan *post-test* terlihat ada beda yang signifikan ibu balita setelah mengikuti program edukasi gizi melalui pemberian tambahan makanan lokal di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember. Jika kondisi ini dipertahankan dan ditingkatkan maka akan dapat menurunkan kasus *stunting* di Kabupaten Jember. Dokumentasi lengkap dapat dilihat pada <https://www.youtube.com/watch?v=OCeYm3Bvlj4>.

## 4. Kesimpulan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini memberikan hasil yang positif, diantaranya terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil dan ibu balita sebesar 47% terjadi peningkatan sikap ibu hamil sebesar 4% dan ibu balita sebesar 1,9% serta terjadi peningkatan perilaku praktik ibu hamil dan ibu balita dalam mempersiapkan dan menyediakan menu gizi seimbang makanan lokal. Kegiatan ini dapat dilanjutkan sehingga akan menurunkan prevalensi *stunting* di wilayah Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember.

## Ucapan Terima Kasih

---

Terima kasih disampaikan kepada Ditjen Gizi, Lembaga Kesehatan Nahdlatul Ulama (LKNU), Puskesmas di Wilayah Jember yang telah memberikan dukungan dana dan tenaga serta memberikan kesempatan pada tim Pengabdian untuk melaksanakan kegiatan Pengabdian masyarakat.

## Daftar Pustaka

---

- Fajrin, F. I., & Khusna, N. S. N. (2021). Mewujudkan kehamilan yang sehat melalui optimalisasi keikutsertaan kelas ibu hamil. *Community Empowerment*, 6(12), 2176–2180.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Riskesdas 2018. In *Laporan Nasional Riskesdas 2018*.
- Nuraidah, I., Noya, F., Siregar, N. Y., Sitorus, S. B. M., & Entoh, C. (2021). Upaya meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang makanan pendamping ASI di Kelurahan Mapane, Poso, Indonesia. *Community Empowerment*, 6(5), 701–706.
- Sholikhah, A., Rustiana, E. R., & Yuniastuti, A. (2017). Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Balita di Dusun Pangkur. *Public Health Perspective Journal*, 2(1), 9–18. <https://doi.org/10.55313/ojs.v6i2.48>
- Soetjatie, L., Christyaningsih, J., & Hatijah, N. (2022). Assistance in improving the welfare of foster grandmothers at the Tikung Health Center, Lamongan Regency. *Community Empowerment*, 7(2), 336–341. <https://doi.org/10.31603/ce.5975>



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License

---