

**PELATIHAN PEMBUATAN CAMILAN SEHAT BERBASIS KEARIFAN
LOKAL DI POSYANDU HARAPAN IBU I**

**TRAINING ON MAKING HEALTHY SNACKS BASED ON LOCAL WISDOM
AT THE HARAPAN IBU I HEALTH CENTER**

Clarinda Puspongoro^{1,a)}, Dinda Zhafirah Edrea^{1,b)}, Fathiya Nurul Karimah^{1,c)},
Melvi Damanik^{1,d)}, dan Hurriyyatun Kabbaro^{1,e)}

Email : ^{a)}pusponegoroclarinda@gmail.com, ^{b)}edreadinda@gmail.com,
^{c)}fathiyankarimah@gmail.com, ^{d)}melvidamanik192@gmail.com,
^{e)}hurriyyatunkabbaro@unj.ac.id

¹Universitas Negeri Jakarta, Jl. Rawamangun Muka Raya, No.11, RT.11/RW.14,
Rawamangun, Kecamatan Pulogadung, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus
Ibukota Jakarta 13220

Abstract

Training on Making Healthy Snacks Based on Local Wisdom at Posyandu Harapan Ibu I is an activity to improve the skills of mothers and toddlers in making healthy snacks for toddlers. This activity aims to improve the skills of mothers and toddlers regarding preventing stunting and malnutrition in toddlers. Making healthy snacks for toddlers is one way to prevent stunting in toddlers. This activity was carried out within 2 months, namely from September to October 2023 at Posyandu Harapan Ibu I. The media used to increase knowledge and insight regarding the prevention of stunting and malnutrition in toddlers were PowerPoint and calendar media. Making this healthy snack uses local ingredients that are healthy and nutritious. The result of this activity is that people become more aware of the importance of consuming snacks that are healthy, rich in nutrition, and free from additional ingredients that are potentially dangerous for the health of toddlers. Apart from that, this training also encourages the sustainable use of locally available natural resources, supporting the economy by using ingredients with local wisdom in selecting and processing food. It is hoped that this training will help the community at Posyandu Harapan Ibu I to adopt a healthy lifestyle, improve family diets, and improve the quality of family nutrition, especially for children under five, based on local wisdom in an effort to improve community welfare.

Keywords : *Healthy Snacks, Stunting Prevention, Toddlers*

Abstrak

Pelatihan Pembuatan Camilan Sehat Berbasis Kearifan Lokal di Posyandu Harapan Ibu I merupakan suatu kegiatan untuk meningkatkan keterampilan ibu
Received: 2024-08-20; Accepted: 2024-11-30

dengan balita dalam membuat camilan sehat untuk balita. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan ibu dengan balita mengenai pencegahan stunting dan kekurangan gizi pada balita. Pembuatan camilan sehat untuk balita merupakan salah satu cara untuk mencegah stunting pada balita. Kegiatan ini dilaksanakan dalam waktu 2 bulan yaitu pada bulan September hingga Oktober 2023 di Posyandu Harapan Ibu I. Media yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan wawasan mengenai pencegahan stunting dan kekurangan gizi pada balita yaitu menggunakan media PowerPoint dan Kalender. Pembuatan camilan sehat ini menggunakan bahan – bahan lokal yang sehat dan bergizi. Hasil dari kegiatan ini adalah masyarakat menjadi lebih sadar akan pentingnya mengkonsumsi camilan yang sehat, kaya akan gizi, dan bebas dari bahan tambahan yang berpotensi berbahaya bagi kesehatan balita. Selain itu, pelatihan ini juga mendorong pemanfaatan sumber daya alam lokal yang tersedia secara berkelanjutan, mendukung perekonomian dengan menggunakan bahan berkearifan lokal dalam memilih dan mengolah makanan. Harapannya pelatihan ini membantu masyarakat di Posyandu Harapan Ibu I untuk menerapkan gaya hidup sehat, memperbaiki pola makan keluarga, dan meningkatkan kualitas gizi keluarga terutama kepada anak balitanya dengan berbasis pada kearifan lokal dalam upaya meningkatkan kesejahteraan masyarakat.

Kata Kunci : Balita, Camilan Sehat, Pencegahan Stunting

PENDAHULUAN

Peningkatan pertumbuhan penduduk tentu akan membawa berbagai macam masalah yang tidak dapat dihindari. Indonesia terus mencatatkan pertumbuhan jumlah penduduk setiap tahunnya. Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) terbaru, jumlah penduduk di Indonesia kini telah mencapai sebanyak 278,69 juta jiwa pada pertengahan 2023. Angka tersebut naik 1,05% dari tahun sebelumnya. Pada pertengahan 2022, jumlah penduduk di Indonesia yang sebanyak 275,77 juta jiwa.

Salah satu dari masalah tersebut berasal dari bidang kesehatan yaitu masalah kesehatan gizi. Gizi merupakan faktor yang memegang peranan penting dalam kesehatan ibu dan anak. Kejadian gizi yang buruk pada ibu berkaitan dengan kesehatan bayi yang akan dilahirkannya. Di Indonesia, sekitar 6,2 juta anak balita sekitar 10,2 persen dinyatakan kurus atau mengalami malnutrisi akut. Jumlah ini adalah ketiga tertinggi di kawasan Asia Pasifik. Di provinsi Nusa Tenggara Timur, lebih dari 12 persen anak mengalami wasting, sementara 42 persen anak mengalami stunting, atau malnutrisi kronis (Unicef 2023). Kekurangan gizi yang terjadi dalam kandungan dan awal kehidupan dapat menyebabkan terganggunya

pertumbuhan dan perkembangan janin, dapat mengganggu sistem imun, meningkatkan risiko terjadinya penyakit infeksi seperti diare, infeksi pernapasan akut, TB, dan HIV dan terganggunya penyerapan zat gizi. (Bappenas, 2013).

Status gizi merupakan tolak ukur terpenuhinya kebutuhan gizi yang didapatkan dari asupan makanan dan minuman oleh tubuh menurut Permenkes RI No 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang. Status gizi dan kesehatan ibu dan anak merupakan faktor penentu kualitas sumber daya manusia. Hal ini semakin jelas dengan adanya bukti bahwa status gizi yang seimbang dan kesehatan ibu pada masa pra-hamil, saat kehamilannya dan saat menyusui. Kondisi kesehatan dan status gizi ibu sebelum kehamilan, saat kehamilan dan persalinan mempengaruhi pertumbuhan janin dan risiko terjadinya stunting.

Masalah stunting merupakan salah satu permasalahan yang dihadapi di dunia saat ini, khususnya di negara-negara miskin dan berkembang salah satunya Indonesia. The United Nations Children's Fund (UNICEF) menyatakan bahwa secara global persentase balita dengan kondisi gizi kurang sebanyak 16% dengan persentase tertinggi dimiliki oleh Asia Selatan sebanyak 33% atau sebanyak satu dari tiga balita memiliki status gizi kurang.

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi di Indonesia. Stunting adalah suatu kondisi gagal tumbuh yang terjadi pada anak balita karena kekurangan gizi kronis yang menggambarkan terhambatnya pertumbuhan karena malnutrisi jangka panjang yang ditandai dengan tinggi anak yang terlalu pendek untuk usianya (WHO, 2018). Stunting mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan anak akibat gizi buruk, infeksi berulang, dan kekurangan stimulasi psikososial. Stunting bisa terjadi sejak anak atau calon bayi berada dalam kandungan seorang ibu dan pada masa awal setelah anak lahir serta akan nampak saat anak berusia 2 Tahun. Selain itu, kondisi fisik ibu seperti postur tubuh atau tinggi badan ibu (pendek), jarak kehamilan yang dekat, ibu yang masih remaja serta asupan gizi yang kurang saat kehamilan. Hal ini menyebabkan ibu melahirkan bayi dengan berat bayi lahir rendah (BBLR). Oleh karena itu, upaya pencegahan sebaiknya dilakukan sedini mungkin. Pada usia 1.000 hari pertama kehidupan, asupan nutrisi yang baik sangat dianjurkan dikonsumsi oleh ibu hamil. Tidak hanya untuk mencukupi kebutuhan nutrisi dirinya, asupan nutrisi yang baik juga dibutuhkan jang bayi yang ada dalam kandungannya.

Banyak faktor yang menyebabkan tingginya kejadian stunting pada balita. Faktor langsung yang berhubungan dengan stunting yaitu asupan makanan dan status kesehatan pentingnya menyiapkan kesehatan yang prima sebelum melangkah ke jenjang pernikahan. Faktor tidak langsung yang berhubungan dengan stunting yaitu pengetahuan masyarakat mengenai stunting terutama pencegahan stunting masih rendah pola pengasuhan, pelayanan kesehatan, faktor maternal dan lingkungan rumah tangga. Balita yang mengalami stunting, ketika dewasa mudah mengalami kegemukan sehingga rentan terhadap serangan penyakit

tidak menular seperti jantung, stroke ataupun diabetes sehingga meningkatkan risiko penurunan kerugian yang ditanggung akibat stunting lantaran naiknya pengeluaran pemerintah terutama jaminan kesehatan nasional yang berhubungan dengan penyakit tidak menular seperti jantung, stroke, diabetes ataupun gagal ginjal.

Dampak stunting adalah mengurangi kualitas sumber daya manusia, tingkat produktivitas dan daya saing yang kemudian akan menghambat tingkat pertumbuhan ekonomi, meningkatnya kemiskinan dan kesenjangan. Dampak kejadian stunting dalam jangka pendek, yaitu dapat menyebabkan peningkatan kejadian kesakitan dan kematian, tidak optimalnya perkembangan kognitif atau kecerdasan, motoric verbal dan peningkatan biaya kesehatan. Dampak kejadian stunting dalam jangka panjang yaitu dapat menyebabkan postur tubuh yang tidak optimal pada saat dewasa, peningkatan risiko obesitas, mengalami penyakit degeneratif, menurunnya Kesehatan reproduksi, tidak optimalnya kapasitas belajar atau performa saat masa sekolah, tidak maksimalnya produktivitas kapasitas kerja. Anak yang memiliki tingkat kecerdasan yang tidak maksimal akibat kejadian stunting pada akhirnya dapat menghambat pertumbuhan ekonomi, meningkatkan kemiskinan, dan memperlebar ketimpangan di suatu negara. Efek buruk jangka panjang yang bisa ditimbulkan adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan risiko tinggi timbulnya diabetes, obesitas, jantung, dan penyakit pembuluh darah, kanker, stroke dan kecacatan di usia tua. Semua ini akan mengurangi kualitas sumber daya manusia Indonesia, produktivitas, dan daya saing nasional (Astarani, Idris and Oktavia, 2020).

WHO merekomendasikan pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) pada anak berusia 6 bulan di samping pemberian ASI. MPASI diberikan 2-3 kali per hari di antara 6-8 bulan dan meningkat 3-4 kali di antara 9-11 bulan dan 12-24 bulan untuk mendukung asupan makanan yang dikonsumsi masyarakat yang masih belum sesuai dengan prinsip gizi seimbang dan beragam sesuai pedoman isi piringku menggambarkan porsi makan yang dikonsumsi dalam satu piring yang terdiri dari 50 persen buah dan sayur, dan 50 persen sisanya terdiri dari karbohidrat dan protein, konsumsi camilan yang kurang sehat, serta masih minimnya informasi masyarakat mengenai jenis-jenis bahan makanan yang kaya zat gizi untuk mencegah stunting. Salah satu bentuk pemberdayaan masyarakat adalah dengan posyandu. Posyandu merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumberdaya Masyarakat (UKBM) yang dikelola dari, oleh, untuk, dan bersama masyarakat, guna memberdayakan masyarakat dan memberikan kemudahan kepada masyarakat dalam memperoleh pelayanan kesehatan dasar (Kementerian Kesehatan RI 2012). Terdapat berbagai kegiatan yang dilaksanakan dan diprakarsai oleh masyarakat

sesuai dengan kebutuhan masyarakat perkembangan kognitif atau kecerdasan, motorik, verbal, dan peningkatan biaya kesehatan.

Upaya integrasi layanan ini merupakan salah satu cara untuk meningkatkan jangkauan pelayanan kesehatan di masyarakat. Berdasarkan hal tersebut tujuan didirikannya Posyandu adalah untuk menurunkan angka kematian pada bayi dan anak dibawah 5 tahun, angka kelahiran agar keluarga kecil bahagia dan sejahtera (Hafifah, 2020). Oleh karena itu, Posyandu merupakan kegiatan kesehatan dasar yang diselenggarakan untuk masyarakat dengan didukung oleh tenaga kesehatan (Saepudin dkk. 2012). Keberhasilan pelaksanaan program pembangunan kesehatan masyarakat untuk meningkatkan mutu kesehatan masyarakat di Posyandu Balita harapan ibu tidak lepas dari dukungan dan berbagai peran aktif seluruh masyarakat. Dalam hal ini, Posyandu yang langsung menangani berbagai permasalahan sosial, termasuk permasalahan kesehatan yang dihadapi masyarakat, memegang peranan penting (Punikasari 2010).

Kader Posyandu merupakan penggerak utama dalam pelaksanaan kegiatan semua kegiatan dilakukan di posyandu. Keberadaan kerangka kerja merupakan hal yang penting dan strategis dalam pemberian layanan diberikan akan mendapat simpati dari masyarakat mempunyai arti positif dalam perawatan dan partisipasi perusahaan. Kader harus memainkan peran aktif dalam kegiatan promosi dan pencegahan dan berpotensi Menjadi penggerak, motivator, dan penasihat masyarakat. Bagi Kader juga diharapkan mampu meningkatkan peran sertanya terutama dalam hal memberikan motivasi kepada ibu akan pentingnya pemantauan tumbuh kembang di posyandu pada era new normal (Imanah & Sukmawati, 2021).

Salah satu masalah paling mendasar yang dihadapi adalah rendahnya tingkat pengetahuan eksekutif yang baik aspek akademis dan teknis, sehingga menjadi mungkin Memberikan pelayanan yang optimal di Posyandu, sangatlah diperlukan menyesuaikan pengetahuan dan keterampilan kader, sehingga mereka dapat melakukan kegiatan Posyandu dengan baik norma, standar, prosedur, dan kriteria pengembangan Posyandu. Kader harus memperoleh pengetahuan dan keterampilan, keterampilan menimbang yang benar, Pelayanan gizi dan konseling atau pendidikan.

Salah satu fungsi utama Posyandu (Pos Pelayanan Terpadu) adalah memberikan pendidikan dan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat, khususnya kepada ibu yang memiliki anak di bawah lima tahun (balita). Namun, berbagai penelitian menunjukkan bahwa peran Posyandu dalam memberikan edukasi dan konseling gizi masih menghadapi sejumlah kendala. Hambatan utama berasal dari kurangnya pengetahuan dan pemahaman para ibu tentang pentingnya layanan pendidikan dan konseling gizi yang disediakan Posyandu.

Kondisi ini menyebabkan proses penyampaian informasi kesehatan sering kali tidak optimal, baik dari segi kelengkapan maupun mutu informasi yang diterima masyarakat.

Selain itu, dari sisi pengelola, keterbatasan kemampuan kader Posyandu dalam memberikan edukasi dan konsultasi gizi juga menjadi faktor penghambat. Kualitas penyuluhan yang rendah kerap disebabkan oleh minimnya pelatihan, terbatasnya wawasan, serta rendahnya tingkat pendidikan sebagian kader Posyandu, sehingga berdampak pada efektivitas komunikasi kesehatan yang dilakukan. Akibatnya, kegiatan pendidikan dan penyuluhan gizi di Posyandu belum mampu berjalan secara maksimal dan berkesinambungan sesuai dengan tujuan program kesehatan masyarakat.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa diperlukan upaya strategis untuk memperkuat kapasitas kader Posyandu serta meningkatkan partisipasi aktif masyarakat dalam kegiatan edukasi gizi. Salah satu pendekatan yang dapat dilakukan adalah melalui program pelatihan yang bersifat praktis dan aplikatif, yang tidak hanya memberikan pengetahuan teoritis, tetapi juga membekali para ibu dengan keterampilan nyata dalam menyediakan makanan bergizi untuk anak-anak mereka. Upaya ini penting mengingat edukasi yang bersifat partisipatif dan kontekstual lebih mudah diterima oleh masyarakat dibandingkan penyuluhan konvensional yang hanya bersifat informatif.

Oleh sebab itu, dibutuhkan pelatihan pembuatan camilan sehat untuk balita. Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk memenuhi kebutuhan gizi balita dengan berbasis pada kearifan lokal, sehingga lebih mudah diterapkan dan diterima oleh masyarakat. Pendekatan ini sekaligus menjadi langkah preventif dalam mencegah terjadinya stunting pada balita, karena mampu meningkatkan kualitas asupan gizi anak melalui inovasi pangan sehat yang sesuai dengan potensi lokal dan kebiasaan makan masyarakat setempat.

Dalam penyuluhan ini, penyuluh juga menggunakan media berupa poster yang digunakan untuk menyampaikan materi tentang gizi seimbang pada balita. Berdasarkan latar belakang tersebut penulis bermaksud untuk meneliti apakah penyuluhan menggunakan media poster dapat meningkatkan minat dan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita.

METODOLOGI KEGIATAN

Kontribusi utama dari pelatihan pembuatan camilan sehat bagi masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan mengubah sikap ibu-ibu yang memiliki anak kecil, ibu-ibu PKK dan kader PKK tentang depresi, gizi stunting dan cara pencegahannya, serta membekali anak kecil dengan camilan sehat berbasis kearifan lokal. Perubahan ini bisa diterapkan pada balita saat memberinya camilan.

Pelatihan dan penyuluhan ini melibatkan posyandu di Kelurahan Malaka Jaya sebagai mitra kerjasama untuk memberikan edukasi stunting dan gizi di masyarakat yang terdiri dari 15 orang ibu dengan anak balita dan 5 orang petugas sebagai wujud kepedulian mengatasi masalah stunting di Kelurahan Malaka Jaya. Pelatihan bagi masyarakat ini menawarkan sejumlah solusi terkait permasalahan yang terjadi di Kelurahan Malaka Jaya. Kontribusi mitra yang diharapkan adalah sebagai perantara tim pelaksana kegiatan dengan masyarakat khususnya ibu dengan balita dan kader di Kelurahan Malaka Jaya. Sehingga tim pelaksana kegiatan dapat mengumpulkan masyarakat terutama ibu dengan balita dan kader; mengkomunikasikan tujuan kegiatan, agenda dan lokasi pelaksanaan kegiatan; serta memberi masukan dalam pelaksanaan kegiatan sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan. Adanya kerjasama yang baik menjadi dasar terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Metode pelaksanaan program penyuluhan ini dilakukan dengan lima tahap kegiatan, yaitu:

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan yang dilakukan yaitu mengidentifikasi berbagai permasalahan dan upaya pencegahan stunting bersama Posyandu Harapan Ibu I, melakukan koordinasi dengan Posyandu Harapan Ibu I sebagai mitra kerjasama, menyusun rencana pelaksanaan kegiatan terkait peningkatan pengetahuan masyarakat tentang gizi stunting yang meliputi edukasi gizi stunting dan pelatihan pembuatan camilan sehat untuk balita berbasis kearifan lokal, menyiapkan media edukasi seperti PowerPoint, kalender 2024 yang berisikan materi gizi, bahan dan alat untuk membuat camilan sehat serta pelaksanaan kegiatan edukasi gizi stunting dengan pretest dan posttest sebagai bahan evaluasi.

2. Tahap Pretest

Tahap pretest dilakukan dengan pengisian lembar jawaban yang pertanyaannya disampaikan secara langsung dan diisi oleh peserta kegiatan. Pretest ini terdapat 10 butir soal dengan jawaban berbentuk pilihan ganda. Tujuan dari pretest ini adalah untuk menilai pengetahuan atau pemahaman awal peserta.

3. Tahap Sosialisasi Edukasi Stunting

Tahap sosialisasi dilakukan dengan metode ceramah menggunakan media PowerPoint. Materi yang terdapat di dalam PowerPoint yaitu tentang penyebab kekurangan gizi pada anak, efek kekurangan gizi pada anak dan peran orang tua dalam pencegahan stunting. Pada tahap ini mempunyai tujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap stunting sebagai masalah kesehatan yang serius dan dampak negatifnya terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak.

4. Tahap Pelatihan Pembuatan Camilan Sehat

Tahap pelatihan pembuatan camilan sehat dilakukan bersama untuk membuat camilan ubi kukus dengan metode demonstrasi. Metode demonstrasi menggunakan beberapa langkah yaitu persiapan bahan dan alat, pengenalan camilan yang akan dibuat, menunjukkan langkah-langkah membuat camilan secara sistematis dan jelas, melibatkan peserta pelatihan untuk ikut serta dalam membuat camilan sehat. Pembuatan camilan sehat ini memberikan manfaat dengan mengadakan pelatihan pembuatan camilan sehat untuk balita, khususnya kue ubi kukus yang diharapkan peserta mampu memanfaatkan beragam bahan pangan lokal yang sehat dan bergizi seimbang.

4. Tahap posttest

Tahapan terakhir dalam kegiatan penyuluhan ini adalah seluruh peserta mengisi lembar jawaban posttest yang pertanyaannya disampaikan secara langsung dan diisi oleh peserta. Tujuan dari posttest ini adalah untuk menilai sejauh mana peserta telah mencapai tujuan pemahaman yang telah dilakukan serta membantu dalam mengevaluasi efektivitas dalam penyuluhan ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Langkah awal yang dilakukan dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah koordinasi dengan ibu kader posyandu Harapan Ibu I dan pembagian tugas antara para pelaksana untuk mendukung kegiatan penyuluhan dan pelatihan. Diawali dengan pembuatan undangan digital untuk disebarkan kepada masyarakat khususnya ibu dengan balita. Undangan digital adalah sebuah media yang menampilkan surat undangan acara yang bisa diakses secara online. Selain digunakan untuk pernikahan perancangan undangan digital dapat dilakukan untuk menyampaikan kepada masyarakat bahwa undangan digital lebih penting dimasa yang akan datang dan mudah diakses dalam menyampaikan informasi.

Undangan digital dalam penyuluhan ini yakni penyusunan rencana kegiatan, seperti: menentukan media penyuluhan dan pelatihan, membuat materi, anggaran biaya dan susunan acara. Pembuatan undangan oleh pelaksana yang bertujuan untuk memudahkan masyarakat mengetahui informasi mengenai kegiatan penyuluhan pencegahan stunting dan pelatihan pembuatan camilan sehat balita. Isi dalam undangan ini adalah hari/tanggal, waktu, tempat dan tujuan pelaksanaan kegiatan akan diberikan kepada masyarakat ibu dengan balita melalui ibu kader. Tampilan undangan disajikan pada gambar berikut ini.



Gambar 1. Desain Undangan untuk Masyarakat

Langkah kedua yaitu membuat media penyuluhan untuk menyampaikan informasi. Beberapa faktor yang mendukung keberhasilan komunikasi media di antaranya adalah cara media tersebut dapat meningkatkan ketertarikan dan pemahaman dari audiens (Depkes RI, 2004; Khairuna, 2012). Kami menggunakan PowerPoint dengan materi pencegahan stunting dan kekurangan gizi pada balita sebagai media penyuluhan untuk menyampaikan materi. Namun, kondisi dan situasi di posyandu Harapan Ibu I tidak memungkinkan pelaksanaan dalam menyampaikan materi terkait stunting secara maksimal, sehingga pelaksana juga membuat media kreatif yang dapat membantu ibu dengan dengan balita dan kader memahami materi yang disampaikan oleh pelaksana yakni kalender 2024 yang terdapat materi sesuai dengan PowerPoint sebagai media kedua, Berikut ini adalah kalender 2024 yang terdapat materinya disajikan pada gambar berikut ini.



Gambar 2. Desain Kalender

Selain kalender, pelaksana juga menyusun poster mengenai stunting dan cara pencegahannya untuk mensosialisasikan pencegahan stunting. Menurut Sumartono (2018), media poster secara umum adalah suatu pesan tertulis baik itu berupa gambar maupun tulisan yang ditujukan untuk menarik perhatian banyak orang sehingga pesan yang disampaikan dapat diterima orang lain dengan mudah. Isi dari poster mengenal stunting dan cara pencegahannya terdiri atas: pengertian stunting, penyebab stunting, ciri – ciri stunting dan cara pencegahan stunting. Tampilan poster panduan disajikan pada gambar berikut ini.



Gambar 3. Desain Poster Mengenal Stunting

Langkah ketiga yaitu menyiapkan soal pretest dan post untuk mengukur pengetahuan dan wawasan masyarakat mengenai stunting. Soal tersebut terdiri dari 10 pertanyaan pilihan ganda. Pertanyaan disampaikan oleh pelaksanaan secara manual dengan menyampaikan secara lisan. Berdasarkan hasil pretest dan posttestnya dapat disimpulkan pengetahuan dan wawasan bahwa masyarakat ibu dengan balita bertambah setelah mengikuti penyuluhan pencegahan stunting. Penggunaan metode pretest dan posttest dapat menjadi indikator keberhasilan kegiatan penyuluhan diketahui dari angka pengetahuan pada masing-masing kelompok responden yang mengalami peningkatan. (Ndaru et al., 2017).

Kegiatan terakhir dalam tahap persiapan kegiatan penyuluhan pencegahan stunting dan pelatihan pembuatan camilan sehat balita ini adalah menyiapkan semua bahan – bahan untuk membuat Cabikus. Cabikus merupakan camilan ubi kukus yang menjadi camilan sehat untuk balita. Bahan – bahan pembuatan cabikus terdiri atas: ubi, susu full cream, santan kelapa asli, keju. Ubi yang digunakan dalam pembuatan Cabikus ini menggunakan ubi jalar ungu, karena sesuai dengan pendapat Iriyanti dan Yuni (2012) bahwa karbohidrat dalam ubi jalar terdiri dari monosakarida, oligosakarida, dan polisakarida. Ubi jalar mengandung sekitar 16-40% 9 bahan kering dan sekitar 70-90% bahan keringnya adalah karbohidrat yang terdiri dari pati, gula, selulosa, hemiselulosa dan pektin. Sedangkan alat untuk pembuatan Cabikus terdiri atas:

kompas, gas, kukusan, sendok, dan wadah. Berikut ini adalah bahan-bahan untuk membuat Cabikus.



Gambar 4. Bahan-Bahan Cemilan Ubi Kukus

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan dan pelatihan dilakukan dalam waktu satu hari. Kegiatan diawali dengan doa, kemudian dilanjutkan dengan kegiatan perkenalan para pelaksana dan menyapa ibu dengan balita. Sebelum pemaparan materi tentang pencegahan stunting, pelaksana membagikan kertas jawaban kepada peserta untuk melakukan pretest.



Gambar 5. Ibu dengan Balita Melakukan Pre-Test

Setelah semua peserta menyelesaikan pretest, pelaksana mulai menyampaikan materi terkait pencegahan stunting dan gizi buruk pada balita. Pemaparan materi menggunakan PowerPoint dan kalender 2024 sebagai media.



Gambar 6. Penyampaian Materi

Setelah melakukan pemaparan materi dan posttest, pelaksana meminta para peserta untuk melakukan pembuatan camilan sehat untuk balita. Pelaksana membagikan bahan-bahan yang sudah disiapkan kepada peserta. Kemudian, pelaksana memandu proses pembuatan yang nantinya akan diikuti oleh seluruh peserta.



Gambar 7. Proses Pembuatan Camilan Ubi Kusus

Kegiatan pembuatan camilan sehat balita telah berjalan hingga selesai dan sudah dicicipi para peserta mengalami sedikit kendala, Hal ini disebabkan oleh yaitu terbatasnya meja untuk ibu dengan balita. Namun, kendala ini dapat diatasi dengan cara beberapa peserta dapat melakukan pembuatannya di kursi masing-masing maupun di meja untuk pelaksana.



Gambar 8. Foto Bersama

Tabel 1. Hasil Pretest dan Posttest

		Hasil Pretest dan Posttest							
No.	Pertanyaan	Jawaban Pretest				Jawaban Posttest			
		Benar		Salah		Benar		Salah	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1.	Istilah Stunting adalah?	14	87,5	2	12,5	16	100	0	0
2.	Pengertian Stunting....	15	93,75	1	6,25	16	100	0	0
3.	Efek buruk stunting pada pertumbuhan dan kesehatan anak, kecuali..	13	81,25	3	18,75	14	87,5	2	12,5
4.	Salah satu penyebab stunting	14	87,5	2	12,5	16	100	0	0
5.	Stunting dapat dicegah dengan cara	14	87,5	2	12,5	14	87,5	2	12,5

No.	Pertanyaan	Hasil Pretest dan Posttest							
		Jawaban Pretest				Jawaban Posttest			
		Benar		Salah		Benar		Salah	
		n	%	n	%	n	%	n	%
6.	Faktor apa yang dapat menyebabkan stunting pada anak	9	56,25	7	43,75	13	81,25	3	18,75
7.	Apa peran gizi yang seimbang dalam mencegah stunting	13	81,25	3	18,75	14	87,5	2	12,5
8.	Cara mengatasi kekurangan gizi, kecuali	15	93,75	1	6,25	15	93,75	1	6,25
9.	Salah satu program pemerintah untuk mengatasi stunting dan kekurangan gizi pada anak balita	15	93,75	1	6,25	16	100	0	0
10.	Apa peran orang tua dalam mencegah stunting	14	87,5	2	12,5	15	93,75	1	6,25

Tabel diatas merupakan tabel hasil perhitungan pretest dan posttest, Setiap soal yang diberikan berguna untuk mengukur pengetahuan peserta mengenai pencegahan stunting dan kekurangan gizi pada balita. Dalam analisis hasil penelitian dilakukan dengan menggunakan persentase jumlah responden benar dan salah.

Pada butir nomor satu pertanyaan yang diberikan ialah istilah stunting pada pertanyaan ini didapatkan hasil pretest yang menjawab benar sebanyak 14 responden atau 87,5% yang dimana dari hasil pretest ini dapat disimpulkan bahwa responden mengetahui istilah stunting. dan pada hasil postes yang dilaksanakan memperoleh hasil sebesar 100% yang dimana semua responden menjawab pertanyaan dengan benar. Dengan melaksanakan pretes dan postes dapat dilihat adanya pengaruh yang signifikan pada butir istilah stunting adalah anak pendek setelah melakukan penyuluhan.

Butir yang kedua mengenai pengertian stunting adalah Stunting adalah keterbelakangan pertumbuhan pada anak akibat kurangnya gizi pada butir ini mengukur apakah responden mengetahui apa itu stunting. dari hasil pretest yang dilaksanakan di temukan 15 responden menjawab pertanyaan benar. dan pada kegiatan posttest didapatkan hasil nya 16 responden menjawab pertanyaan benar sehingga dapat disimpulkan bahwa responden memahami pengertian stunting yang diukur melalui butir nomor 2 ini.

Pada butir yang ketiga ini fek buruk stunting pada pertumbuhan dan kesehatan anak, kecuali. butir ketiga ini mengukur pemahaman responden terhadap efek buruk dari stunting. pada saat melakukan pretest responden yang menjawab pertanyaan benar 13 responden dengan jawaban kelebihan berat badan sehingga 3 responden lainnya tidak menjawab yang

benar. sehingga ketika melakukan postes 14 responden menjawab benar. dari hasil pretest dan postes yang dilakukan ada peningkatan.

Pada butir pertanyaan nomor empat membahas mengenai salah satu penyebab stunting. Berdasarkan hasil pretest jumlah responden yang menjawab benar sebanyak 14 responden (87,5%) dan menjawab salah sebanyak 2 responden (12,5%). Sedangkan berdasarkan hasil posttest semua responden menjawab benar (100%). Dengan demikian, menyatakan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan responden terhadap penyebab stunting.

Pada butir pertanyaan nomor lima membahas mengenai pencegahan stunting. Berdasarkan hasil pretest dan posttest jumlah responden yang menjawab benar sebanyak 14 responden (87,5%) dan menjawab salah sebanyak 2 responden (12,5%). Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perubahan jawaban responden yang mengetahui mengenai pencegahan stunting.

Pada butir nomor enam dengan pretest pertanyaan mengenai faktor apa yang menyebabkan stunting pada anak dengan 16 responden terdapat 9 responden menjawab benar dengan ini menyatakan bahwa responden hanya 56,25 % yang memahami pertanyaan terkait penyebab stunting pada anak. Sedangkan setelah dilakukan posttest dengan 16 responden terdapat 13 responden menjawab benar dengan ini menyatakan bahwa terdapat 81,25 % meningkatnya pemahaman responden terkait faktor apa yang menyebabkan stunting pada anak.

Pada butir nomor tujuh pretest terdapat 16 responden dan yang menjawab benar 13 responden dengan ini menyatakan bahwa 81,25% responden memahami pertanyaan terkait peran gizi yang seimbang dalam mencegah stunting. Pada posttest terdapat 14 responden menjawab benar dengan ini menyatakan bahwa hanya 2 responden yang menjawab salah dan mengalami kenaikan 87,5%.

Butir nomor delapan mempertanyakan, dari pilihan yang ada pada soal, manakah yang bukan merupakan cara mengatasi kekurangan gizi. Pada pertanyaan ini hasil jawaban responden berjumlah sama antara pretest dan posttest, yaitu sebanyak 15 responden menjawab benar dan 1 orang responden menjawab salah, maka diketahui pada pertanyaan ini tidak terdapat kenaikan maupun penurunan.

Pada butir nomor sembilan, responden ditanya terkait program pemerintah apa yang dilakukan untuk mengatasi stunting dan kekurangan gizi pada balita. diketahui terjadi kenaikan antara pretest dan posttest, yaitu didapat jawaban benar sebanyak 15 dari responden di pretest, kemudian pada posttest jawaban benar sebanyak 16 dari responden, yang artinya jawaban benar 100%.

Pada butir terakhir yaitu butir kesepuluh membahas mengenai peran orang tua dalam mencegah stunting. Sebanyak 14 responden menjawab dengan benar di pretest dan terjadi kenaikan pada posttest yang menjawab dengan benar sebanyak 15 responden.

Berdasarkan hasil pretest jumlah responden yang menjawab benar tertinggi terdapat pada soal nomor 2,8 dan 9 yaitu sebanyak 15 responden (93,75%) menjawab benar. Sedangkan jumlah responden yang menjawab salah tertinggi terdapat pada soal nomor 6 yaitu sebanyak 7 responden (48,75%) yang menjawab salah.

Selanjutnya berdasarkan hasil posttest jumlah responden yang menjawab benar tertinggi terdapat pada soal nomor 1, 2, 4, dan 9 yaitu sebanyak 16 responden (100%) menjawab benar. Sedangkan jumlah responden yang menjawab salah tertinggi terdapat pada soal nomor 6 yaitu sebanyak 3 responden (18,75%) menjawab salah.

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Selisih	,330	16	,000	,620	16	,000

a. Lilliefors Significance Correction

Gambar 9. Hasil Uji Normalitas

Hasil uji normalitas data dengan Kolmogorov-Smirnov dapat disimpulkan dengan membandingkan nilai angka probabilitas atau Asymp. Sig dengan taraf signifikansi sebesar 0,05 atau 5% dengan pengambilan keputusan jika nilai signifikansi kurang dari 0,05 atau 5% maka distribusi data adalah tidak normal. Berdasarkan tabel 1. dapat disimpulkan bahwa data Pretest dan posttest Signifikan karena nilai Asymp. Sig $0,000 < 0,05$.

ANOVA

Pretest

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	69.643	2	34.821	43.707	<,001
Within Groups	10.357	13	,797		
Total	80.000	15			

Gambar 10. Uji Homogenitas

Berdasarkan tabel di atas, diketahui nilai signifikansi (Sig) hasil test sebesar 0,001. Karena nilai Sig $0,01 > 0,05$, maka disimpulkan bahwa varians data hasil test bersifat homogen.

Paired Samples Test

Pair		Paired Differences		95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Lower	Upper				
		Std. Error Mean							
Pair 1	PRETEST - POSTEST	-,875	1,628	,407	-1,742	-,008	-2,150	15	,048

Gambar 11. Uji Hipotesis

Tabel di atas merupakan hasil pretest dan posttest ibu dengan balita dan kader di Posyandu Harapan Ibu I. Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang cukup signifikan antara pretest dan posttest. Hal tersebut, menyatakan bahwa penyampaian materi yang dilakukan oleh pelaksana dapat menambah wawasan dan pengetahuan para siswa terkait pencegahan stunting dan kekurangan gizi pada balita.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan penyuluhan dan pelatihan di Posyandu Harapan Ibu I Duren Sawit menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan antara sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan media PowerPoint. Artinya metode penyuluhan menggunakan media PowerPoint mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat sekitar khusus ibu dengan balita.

Evaluasi kegiatan ini dilihat berdasarkan hasil pretest dan posttest yang digunakan untuk mengukur adanya peningkatan pengetahuan dari ibu dengan balita dan kader. Analisis hasil pretest dan posttest menjadi tolak ukur untuk mengetahui apakah terjadi peningkatan pengetahuan atau tidak. Pretest dilaksanakan sebelum proses edukasi gizi dan posttest dilaksanakan setelah pemberian edukasi gizi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aridiyah Okky, F. R. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Pada Anak Balita di Wilayah Pedesaan dan Perkotaan. Pustaka Kesehatan.
- Ariyanti Saleha, S. S. (2021). Role of Maternal in Preventing Stunting: a Systematic Review. Gaceta Sanitaria.
- Aridiyah Okky, F. R. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Pada Anak Balita di Wilayah Pedesaan dan Perkotaan. Pustaka Kesehatan.
- Ariyanti Saleha, S. S. (2021). Role of Maternal in Preventing Stunting: a Systematic Review. Gaceta Sanitaria.
- Astuti, S. (2018). Gerakan Pencegahan Stunting Melalui Pemberdayaan Masyarakat Di Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang. Dharma Karya.
- Damanik, S. M. (2021). Sosialisasi Pencegahan Stunting pada Anak Balita Di Kelurahan Cawang Jakarta Timur: Dissemination about Prevention of Stunting in Toddlers at Cawang Village, East Jakarta. Jurnal Terkait Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat, terkhusus bidang Teknologi, Kewirausahaan dan Sosial Kemasyarakatan.
- Dikson, A. (2017). Peran Kader Posyandu Terhadap Pembangunan Kesehatan Masyarakat. JISIP : Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik , 60-62.
- Fitriani, B. M. (2022). Cegah Stunting Itu Penting! Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Sosiosaintifik .
- Faqihatus, D. (2021). Pemberdayaan Kader Posyandu dalam Pencegahan Stunting pada Balita di Masa Pandemi Covid-19. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat , 7-13.
- Gulshan Ara, M. K. (2019). Peer Counseling Promotes Appropriate Infant Feeding Practices and Improves Infant Growth and Development in an Urban Slum in Bangladesh: A Community-Based Cluster Randomized Controlled Trial. Current Development in Nutrition.

- Jennifer L. Lerman MPH, R.W. (2023). Evaluation of the Healthy Eating Index-Toddlers-2020. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*.
- Kusumaningrat, W. (2019). Edukasi Cespleng (Cegah Stunting itu Penting) dan Skrining Stunting di Posyandu Doktren 2 Kecamatan Cikelet Kabupaten Garut. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1-6.
- Margawati, A. a. (2018). Pengetahuan Ibu, Pola Makan Dan Status Gizi Pada Anak Stunting Usia 1-5 Tahun Di Kelurahan Bangetayu, Kecamatan Genuk, Semarang. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*.
- Novianti, R. (2021). Peran Posyandu untuk Menangani Stunting di Desa Medini. *Journal Of Public Policy And Management Review*, 1-10.
- Organization, W. H. (2020). Gangguan perkembangan pada anak.
- Rahmadita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*.
- RI, K. (2021). *Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*.
- Rizka Fikrinnisa, K. A. (2023). Pendidikan dan Pelatihan Pembuatan Makanan Sehat dan Bergizi pada Ibu Balita dan Kader Posyandu Bojong Kupa Sukamaju Kaler Kota Tasikmalaya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*.
- Victoria Souisa, G. R. (2021). PKM Ibu dan Balita Stunting Di Puskesmas Perawatan Wati, Kabupaten Maluku Tengah. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 19–31.
- Wildan Dzakiy, P. A. (2022). Edukasi dan Pelatihan Pencegahan Stunting dengan Pembuatan Camilan Pendamping Makan Balita Di Kelurahan Masjid, Kota Samarinda. *ABDIMAYUDA*.
- Wardana, A. K. (2019). Penyuluhan Pencegahan Stunting Pada Anak. *Jurnal Berdaya Mandiri*, 170-176.
- Zainuddin, M. &. (2021). PKM: Konvergensi Stunting Di Desa Kerumut Kecamatan Pringgabaya Kabupaten Lombok Timur. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*.