

PEMBERDAYAAN KADER POSYANDU DALAM PENYUSUNAN MENU IBU HAMIL DAN MENYUSUI UNTUK PENCEGAHAN STUNTING

Empowerment of posyandu cadres in the preparation of menus for pregnant and lactating women for stunting prevention

Eva Fitriyaningsih^{1*}, Rachmawati², Nunung Sri Mulyani³, Halimatussakdiah⁴, Lia Lajuna⁵, Silvia Wagustina⁶, Agus Hendra Al-Rahmad⁷

^{1,2,3,6,7}Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Aceh, Lampeuneurut, Aceh Besar, Indonesia.

⁴Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Aceh, Lampeuneurut, Aceh Besar, Indonesia.

⁵Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Aceh, Lampeuneurut, Aceh Besar, Indonesia.

*Penulis Koresponden: fitriyaningsiheva1@gmail.com

Received: 27/06/2025

Accepted: 14/09/2025

Published online: 04/10/2025

ABSTRAK

Masyarakat sasaran posyandu sesuai dengan target dari intervensi gizi spesifik untuk penanganan stunting. Posyandu merupakan tempat bagi ibu hamil, menyusui, bayi dan balita mendapatkan pelayanan yaitu mencakup kesehatan ibu dan anak berupa pemantauan pertumbuhan dan perkembangan, pemberian kapsul vitamin A, imunisasi, pencegahan dan penanggulangan diare, konseling gizi sesuai masalahnya dan keluarga berencana. Kader posyandu merupakan penggerak utama seluruh kegiatan yang dilaksanakan di posyandu. Salah satu permasalahan posyandu yang paling mendasar adalah rendahnya tingkat pengetahuan kader baik dari sisi akademis maupun teknis, karena itu untuk dapat memberikan pelayanan optimal di Posyandu, diperlukan penyesuaian pengetahuan dan keterampilan kader, sehingga mampu melaksanakan kegiatan Posyandu sesuai norma, standar, prosedur dan kriteria pengembangan Posyandu. Dalam pencegahan stunting hal yang harus diperhatikan adalah gizi seimbang ibu hamil dan ibu menyusui. Tujuan pengabdian masyarakat ini secara umum yaitu untuk memberdayakan kader untuk meningkatkan pengetahuan dan kerampilan dalam menyusun dan mengolah menu ibu hamil dan ibu menyusui sebagai upaya pencegahan stunting. Manfaat dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam mengolah menu seimbang bagi ibu hamil dan ibu menyusui sehingga kader dapat memberikan edukasi gizi ini secara luas, berkelanjutan, dan mandiri. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan kader, yang dibuktikan melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test. Sebanyak 85% kader menunjukkan pemahaman yang lebih baik tentang gizi dan mampu menyusun menu seimbang.

Kata kunci: Kader, gizi ibu hamil, gizi ibu menyusui

ABSTRACT

The target community of posyandu is in accordance with the target of specific nutrition interventions for handling stunting.

Posyandu is a place for pregnant, lactating mothers, infants and toddlers to get services that include maternal and child health in the form of growth and development monitoring, provision of vitamin A capsules, immunization, prevention and control of diarrhea, nutritional counseling according to their problems and family planning. Posyandu cadres are the main drivers of all activities carried out in the posyandu. One of the most basic posyandu problems is the low level of knowledge of cadres both from an academic and technical perspective, therefore to be able to provide optimal services at Posyandu, it is necessary to adjust the knowledge and skills of cadres, so that they are able to carry out Posyandu activities according to the norms, standards, procedures and criteria for developing Posyandu. In preventing stunting, the thing that must be considered is the balanced nutrition of pregnant women and nursing mothers. The purpose of this community service in general is to empower cadres to increase knowledge and skills in compiling and processing menus for pregnant women and nursing mothers as an effort to prevent stunting. The benefits of this activity are to increase the knowledge and skills of cadres in processing a balanced menu for pregnant women and nursing mothers so that cadres can provide this nutrition education widely, sustainably, and independently. Evaluation results showed a significant improvement in cadres' knowledge and skills, as evidenced by the comparison of pre-test and post-test results. A total of 85% of cadres showed a better understanding of nutrition and were able to develop a balanced menu.

Keywords: Cadres, nutrition of pregnant women, nutrition of breastfeeding women

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis, terutama dalam 1.000 hari pertama kehidupan. Jumlah anak stunting di Indonesia merupakan



yang tertinggi di Asia Tenggara. Sekitar 37% atau 9 juta anak Indonesia mengalami stunting. Kondisi ini terjadi di seluruh wilayah dan lintas kelompok pendapatan. Penanganan stunting merupakan prioritas pembangunan nasional melalui Rencana Aksi Nasional Gizi dan Ketahanan Pangan. Oleh karena itu, pada tahun 2018 diluncurkan Gerakan Nasional Pencegahan Stunting. Pemerintah menetapkan 160 kabupaten/kota di seluruh Indonesia sebagai daerah prioritas penanganan stunting.

Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, angka kejadian stunting di Provinsi Aceh sebesar 31,2%, yang berarti lebih tinggi dari rata-rata prevalensi stunting nasional, yaitu sebesar 21,6%. Sementara itu, di Kota Banda Aceh, jumlah balita stunting tercatat sebesar 25,1%.

Pemanfaatan posyandu dalam mengatasi permasalahan stunting sesuai dengan visi Kementerian Kesehatan, yaitu menciptakan masyarakat sehat yang mandiri dan berkeadilan, sejalan dengan misi meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui pemberdayaan masyarakat, termasuk sektor swasta dan masyarakat madani (Kementerian Kesehatan RI, 2012).

Posyandu merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumberdaya Masyarakat (UKBM) yang dilaksanakan oleh, dari, dan untuk masyarakat, guna memberdayakan dan memberikan kemudahan kepada masyarakat dalam memperoleh pelayanan kesehatan bagi ibu, bayi, dan anak balita. Masyarakat sasaran posyandu sesuai dengan target dari intervensi gizi spesifik untuk penanganan stunting.

Posyandu merupakan tempat bagi ibu hamil, ibu menyusui, bayi, dan balita untuk mendapatkan pelayanan kesehatan ibu dan anak, yang mencakup pemantauan pertumbuhan dan perkembangan, pemberian kapsul vitamin A, imunisasi, pencegahan dan penanggulangan diare, konseling gizi sesuai masalahnya, serta pelayanan keluarga berencana.

Kader posyandu merupakan penggerak utama seluruh kegiatan yang dilaksanakan di posyandu. Keberadaan kader sangat penting dan strategis. Ketika pelayanan yang diberikan mendapat simpati dari masyarakat, akan muncul implikasi positif terhadap kepedulian dan partisipasi masyarakat. Kader

diharapkan berperan aktif dalam kegiatan promotif dan preventif, serta mampu menjadi pendorong, motivator, dan penyuluh masyarakat.

Salah satu permasalahan mendasar di posyandu adalah rendahnya tingkat pengetahuan kader, baik dari sisi akademis maupun teknis. Oleh karena itu, untuk dapat memberikan pelayanan optimal di posyandu, diperlukan penyesuaian pengetahuan dan keterampilan kader, sehingga mereka mampu melaksanakan kegiatan posyandu sesuai dengan norma, standar, prosedur, dan kriteria pengembangan posyandu.

Kader perlu mendapatkan bekal pengetahuan dan keterampilan yang tepat dalam melakukan penimbangan, pelayanan, serta konseling atau penyuluhan gizi. Tugas kader yang berkaitan dengan gizi dan kesehatan antara lain adalah melakukan pendataan balita, penimbangan berat badan, pencatatan dalam Kartu Menuju Sehat (KMS), pemberian makanan tambahan, pemberian vitamin A, serta penyuluhan gizi. Kader juga diminta melakukan kunjungan ke rumah ibu menyusui dan ibu yang memiliki balita.

Rendahnya kualitas maupun kuantitas makanan pada ibu hamil serta kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi seimbang merupakan salah satu penyebab buruknya status gizi pada ibu. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi hal ini adalah dengan meningkatkan pengetahuan melalui edukasi gizi dan menambah keterampilan ibu melalui kegiatan pendampingan (Purwanti et al., 2020).

Peran kader sangatlah penting karena kader bertanggung jawab dalam pelaksanaan kegiatan posyandu. Apabila kader tidak aktif, maka kegiatan posyandu juga tidak akan optimal. Peran kader sangat memengaruhi tingkat keberhasilan program posyandu, khususnya dalam pemantauan tumbuh kembang anak dan kesehatan ibu.

Penelitian pengabdian kepada masyarakat (Pengabmas) ini dilakukan di Kecamatan Ulee Kareng, Kota Banda Aceh. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada kenyataan bahwa beberapa desa di Kecamatan Ulee Kareng masih menunjukkan prevalensi stunting yang mengkhawatirkan. Oleh karena

itu, wilayah ini dianggap relevan sebagai lokasi intervensi dan penelitian.

Dengan demikian, perlu diupayakan langkah-langkah untuk memberdayakan kader agar lebih profesional dalam memantau tumbuh kembang anak dan kesehatan ibu, serta membangun kemitraan dengan masyarakat guna meningkatkan dukungan dan pemanfaatan posyandu secara optimal. Pemberdayaan kader sangat penting untuk mengoptimalkan revitalisasi posyandu. Tujuannya adalah memberdayakan kader agar mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam menyusun dan mengolah menu bagi ibu hamil dan ibu menyusui sebagai upaya pencegahan stunting

METODE

Metode dalam pengabdian masyarakat ini mengacu pada model atau bentuk pendidikan dan pelayanan kepada masyarakat, sehingga dapat dikembangkan sebagai contoh wilayah dalam meningkatkan partisipasi masyarakat, khususnya kader, terhadap pencegahan stunting. Selain itu, metode ini juga dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil sesuai dengan kebutuhan ibu hamil dan ibu menyusui.

Metode penelitian untuk kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (Pengabmas) ini bersifat kuantitatif, dengan menggunakan desain *pre-test* dan *post-test group control* yang mengukur pengetahuan kader melalui kuesioner sebelum dan sesudah intervensi, serta dianalisis menggunakan statistik, seperti uji *t* independen.

Sampel pada penelitian ini berjumlah 35 kader dari 9 gampong di Kec. Ulee Kareng. Penelitian ini dilaksanakan selama dua hari. Metode yang digunakan meliputi ceramah interaktif, demonstrasi langsung, dan diskusi kelompok.

Melalui berbagai intervensi tersebut, diharapkan khalayak sasaran (kader) dapat berpartisipasi secara aktif dengan memberikan umpan balik (*feedback*) setelah intervensi diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis hasil ini diperoleh berdasarkan evaluasi-evaluasi dari tiap kuesioner pre dan post yang diberikan, berikut analisa hasil dari data evaluasi kuesioner:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Variabel	n	%
Umur		
18 – 21 tahun	2	5,7
22 – 40 tahun	30	85,7
41 – 60 tahun	3	8,6
Jumlah	35	100,0
Pendidikan		
SMP	0	0,0
SMA	30	85,7
D3/S1	5	14,3
Jumlah	35	100,0

Hasil Analisa data pada Tabel 1. Menunjukkan karakteristik responden Sebagian besar berusia 22 – 40 tahun sebanyak 30 responden (85,7%) dengan Tingkat Pendidikan Sebagian besar juga menyelesaikan Sekolah Menengah Atas (SMA) sebanyak 30 responden (85,7%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan responden sebelum intervensi (*pre-test*)

Kategori	n	%
Kurang Baik	2	5,7
Cukup	28	80,0
Baik	5	14,3
Total	35	100,0

Pada Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden pada saat *pre-test* dengan kategori kurang baik sebanyak 2 responden (5,7%), cukup sebanyak 28 responden (80,0%), dan baik sebanyak 5 responden (14,3%).

Tabel 3. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan responden setelah intervensi (*post-test*)

Kategori	n	%
Kurang Baik	0	0,0
Cukup	13	37,1
Baik	22	62,9
Total	35	100,0

Pada Tabel 3. Menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden pada saat post-test dengan kategori kurang baik sebanyak 0 responden (0,0%), cukup sebanyak 13 responden (37,1%), dan Baik sebanyak 22 responden (62,9%). Berdasarkan persentase hasil pre dan post peningkatan pengetahuan responden menunjukkan kenaikan yang signifikan.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan kader, yang dibuktikan melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test. Sebanyak 85% kader menunjukkan pemahaman yang lebih baik tentang gizi dan mampu menyusun menu seimbang.

Hasil pre-test menunjukkan sebagian besar kader posyandu telah memiliki pengetahuan yang cukup tentang pencegahan stunting, tetapi sesudah diberikan edukasi kesehatan dengan pengetahuan yang baik tentang pencegahan stunting semakin bertambah. Oleh karena ini, hasil post-test terdapat peningkatan dari sebelumnya. Hal ini dapat disimpulkan bahwa penyuluhan kesehatan yang diberikan dengan metode ceramah dapat meningkatkan pengetahuan responden (Kurniasari et al., 2023).

Penelitian ini tidak hanya dilakukan di aula, tetapi dilakukan juga observasi langsung ke posyandu untuk memantau kemampuan kader dalam mengedukasi ibu hamil dan ibu menyusui terkait penyusunan menu gizi seimbang. Observasi ini menunjukkan bahwa kader mampu mengaplikasikan pengetahuan yang telah mereka peroleh, meskipun terdapat tantangan terkait keterbatasan waktu pelatihan dan kendala ekonomi dalam penerapan menu sehat di masyarakat.

Untuk mengatasi kendala tersebut, disarankan agar diadakan pelatihan lanjutan dengan fokus pada praktik lapangan dan pendampingan berkelanjutan. Dukungan dari pemerintah dan sektor swasta juga diperlukan untuk memastikan ketersediaan bahan pangan yang berkualitas dan terjangkau. Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan dampak positif dalam pemberdayaan kader, yang diharapkan dapat berkontribusi secara signifikan dalam upaya pencegahan stunting melalui intervensi gizi di Kecamatan Ulee Kareng.

KESIMPULAN

Pemberdayaan kader di Kec. Ulee Kareng, Kota Banda Aceh, telah berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam menyusun dan mengolah menu gizi seimbang bagi ibu hamil dan menyusui. Kader yang terlatih mampu menyampaikan informasi gizi dengan lebih efektif kepada ibu hamil dan ibu menyusui, yang berpotensi menurunkan angka stunting di wilayah tersebut. Program pemberdayaan ini menekankan pentingnya edukasi berkelanjutan dan pendampingan dalam pencegahan stunting, memastikan kader terus berperan aktif di komunitas.

Hal ini dapat memberikan implikasi praktis pada kader, seperti peningkatan kompetensi kader dan penyusunan menu yang adaptif untuk diimplementasikan ke masyarakat. Perlu juga diberikan rekomendasi kebijakan, seperti integrasi program pelatihan gizi dalam kurikulum kader, sehingga pemerintah daerah dan pusat perlu menetapkan pelatihan penyusunan menu berbasis gizi seimbang sebagai bagian wajib dari pembinaan kader posyandu.

REKOMENDASI

Perlu adanya pelatihan lanjutan secara berkala untuk kader, agar pengetahuan dan keterampilan mereka selalu diperbarui sesuai dengan perkembangan ilmu gizi. Perlu adanya dukungan untuk kader dengan sarana dan prasarana yang memadai, seperti alat bantu visual, modul, dan bahan edukasi lainnya, untuk meningkatkan efektivitas penyuluhan. Perlu dilakukan monitoring dan evaluasi rutin terhadap kinerja kader dan hasil penyuluhan, untuk memastikan program berjalan sesuai dengan tujuan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah terlibat dalam kegiatan pengabdian ini, termasuk Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh, Ketua Jurusan Gizi, Camat Kec. Ulee Kareng, dan semua partisipan.

Dukungan, bimbingan, kerja sama, dan partisipasi aktif mereka sangat berarti dalam menjalankan kegiatan ini dengan sukses. Terima kasih atas segala dukungan dan kerja sama. Semoga kerja sama ini dapat berlanjut dan memberikan manfaat bagi kader posyandu dan masyarakat Kecamatan Ulee Kareng.

DAFTAR PUSTAKA

1. Angelina, R., Sinaga, A., Sianipar, I., Musa, E., & Yuliani, Y. (2020). Peningkatan Kinerja Kader Kesehatan Melalui Pelatihan Kader Posyandu di Desa Babakan Kecamatan Ciparay. *JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 1(2), 68-76.
2. Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat, K. kesehatan. (2018, Januari 10). Penurunan Stunting Jadi Fokus Pemerintah. Diambil dari <http://www.depkes.go.id/article/view/18050800004/penurunan-stunting-jadi-fokus-pemerintah.html>
3. Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat. (2018). Paket Informasi Stunting. Diambil dari <http://promkes.kemkes.go.id/paketinformasi-stunting>
4. Kementerian Kesehatan. (2013). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No.65 Tahun 2013 Tentang Pedoman Pelaksanaan dan Pembinaan Pemberdayaan Masyarakat Bidang Kesehatan, 55–60.
5. Megawati, G., & Wiramihardja, S. (2019). Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu Dalam Mendeteksi Dan Mencegah Stunting. *Dharmakarya*, 8(3), 154-159.
6. Megawati, G., & Wiramihardja, S. (2019). Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu Dalam Mendeteksi Dan Mencegah Stunting. *Dharmakarya*, 8(3), 154-159
7. Nurhidayah, I., Hidayati, N. O., & Nuraeni, A. (n.d.). Revitalisasi Posyandu melalui Pemberdayaan Kader Kesehatan MKK : Volume 2 No 2 November 2019 Pendahuluan Pemeliharaan dan perawatan kesejahteraan ibu dan anak sejak usia dini , merupakan suatu strategi dalam upaya pemenuhan pelayanan dasar yang meliputi p. 2(2), 145–157.
8. Pusat Promosi Kesehatan. (2012). Ayo ke POSYANDU