

## PEMBERDAYAAN IBU-IBU, BIDAN DAN KADER POSYANDU MELALUI PENYULUHAN TENTANG PEMBERIAN MAKANAN SEHAT UNTUK MENINGKATKAN GIZI DAN DAYA TAHAN TUBUH BAYI DAN ANAK DI DESA PENGOTAN KABUPATEN BANGLI

RINI NOVIYANI, N. P. ARIANTARI, RASMAYA NIRURI, K. WIDYANI ASTUTI, DAN S. CHANDRA YOWANI

*Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Udayana*

### ABSTRACT

The Community Services was held in Bangli Utara Public Health Facility, Pengotan district, Bangli. The purpose of this activity is to give information about balanced nutrition and massage for babies to participants which are housewives, midwifery and *posyandu* staff in Bangli Utara Public Health Facility, Pengotan. They were expected to have better understanding about balanced nutrition compared to imbalanced nutrition and how to massage their babies. The methods used in this activity were deliver information about balanced nutrition and invited discussion also the baby massage practice trained to them. The result showed that participants were very interested in our program. It could be proved by their activity in discussion.

*Keywords: information, balanced nutrition, baby massage practice*

### PENDAHULUAN

Dalam globalisasi ekonomi, kita dihadapkan pada persaingan global yang semakin keat yang menuntut kita sebaik mungkin menyiapkan manusia Indonesia yang berkualitas tinggi sebagai generasi penerus bangsa secara terencana, terpadu dan bersinambung. Upaya tersebut harus dilakukan sejak dini secara konsisten yakni sejak janin dalam kandungan, masa bayi dan balita, masa remaja hingga dewasa, bahkan sampai usia lanjut.

Kesehatan merupakan investasi utama untuk mendukung pembangunan yang memiliki peran penting dalam upaya penanggulangan kemiskinan. Pembangunan kesehatan harus dipandang sebagai investasi untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Pengelolaan upaya kesehatan dan pembinaan bangsa yang sehat memerlukan pendekatan holistik yang lebih luas, menyeluruh dan dilakukan terhadap masyarakat secara kolektif tidak individual. Sementara itu pelayanan kesehatan dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain ketersediaan dan mutu fasilitas pelayanan kesehatan, obat dan perbekalan kesehatan, pembiayaan, manajemen kesehatan, serta yang terutama adalah tenaga kesehatan sebagai ujung tombak pelayanan.

Peran tenaga kesehatan harus mampu mengajak, memotivasi dan memberdayakan masyarakat, mampu melibatkan kerjasama lintas sektoral, mampu mengelola sistem pelayanan kesehatan yang efisien dan efektif serta mampu menjadi pemimpin, pelopor, pembina dan teladan hidup sehat.

Bidan dan kader posyandu memberi pelayanan kebidanan yang berkesinambungan dan paripurna

berfokus pada aspek pencegahan, promosi dengan berlandaskan kemitraan dan pemberdayaan masyarakat bersama dengan tenaga kesehatan lainnya untuk senantiasa siap melayani siapa saja yang membutuhkan, kapan dan dimanapun bidan atau kader posyandu berada.

Indonesia telah mengusahakan berbagai upaya dalam rangka meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat. Dimana salah satunya adalah dengan dicanangkannya program perbaikan gizi 2010-2014. Dengan dicanangkannya program perbaikan gizi oleh pemerintah maka yang ingin dicapai melalui pembangunan kesehatan adalah masyarakat, bangsa dan negara ditandai oleh penduduknya hidup dalam lingkungan dan dengan perilaku hidup sehat, memiliki derajat kesehatan yang setinggi-tingginya di seluruh wilayah Republik Indonesia. Dalam pelaksanaan pembangunan kesehatan diperlukan cara pandang baru yang lebih mengutamakan upaya preventif dan promotif tanpa mengabaikan upaya kuratif dan rehabilitatif atau yang kita kenal dengan paradigma sehat. Peningkatan derajat kesehatan masyarakat, salah satunya dicapai melalui usaha pelayanan kesehatan yang bermutu secara adil dan merata.

Sejak kemandirian masyarakat perlu didorong untuk tetap sehat melalui informasi dan edukasi utamanya mengenai gizi bayi dan anak yang nantinya merekalah sebagai generasi penerus bangsa Indonesia ini. Generasi penerus yang sehat dan kuat merupakan salah satu modal kerja untuk membangun dan memajukan negara Indonesia, sehingga dengan adanya pemberian informasi dan edukasi mengenai gizi bayi dan anak kepada ibu-ibu yang memiliki bayi dan anak diharapkan kesadaran tentang gizi yang kecukupan

bagi bayi dan anak meningkat yang pada akhirnya dapat meningkatkan status pemberian gizi kepada bayi ataupun anak mereka. dan dengan paradigma sehat serta upaya pemerataan derajat kesehatan, maka Informasi dan edukasi dengan memberdayakan ibu-ibu, bidan dan kader posyandu dapat berupa penyuluhan tentang pentingnya pemberian makanan yang bergizi kepada bayi dan anak, serta bagaimana menyusun makanan yang sehat dan bergizi untuk bayi dan anak. Diharapkan dengan penyuluhan ini maka ibu-ibu, bidan maupun kader posyandu dapat menyediakan makanan yang bergizi untuk anak dan bayi sehingga pada akhirnya kesadaran yang meningkat ditambah dengan mengetahui cara menyusun makanan yang bergizi, maka bayi dan anak semuanya tumbuh dengan sehat secara mental dan fisik.

Desa Pengotan adalah salah satu dari sembilan desa yang berada di wilayah Kecamatan Bangli Pada tahun 2009 dilaporkan memiliki proporsi rumah tangga miskin (RTM) terbanyak di kawasan Bangli yaitu sekitar 56% dari 924 KK. Sebagian besar penduduknya adalah petani dengan tingkat pendidikan sangat rendah, persediaan pangan dan daya beli masyarakat yang rendah. Situasi ini berpengaruh terhadap pola konsumsi rumah tangga miskin sehingga gangguan gizi menjadi salah satu ancaman tumbuh kembangnya balita.

Berdasarkan data tahun 2008 dapat diketahui bahwa Proporsi KK miskin perdesun/banjar Besenga 31 dari 103 KK dengan jumlah penduduk 326 orang, Penyebeh 42 dari 97 KK dengan jumlah penduduk 346 orang dan Padpadan 77 dari 128 KK dengan jumlah penduduk 504 orang. Sedangkan Proporsi KK miskin di Dajan Umah 89 dari 164 KK dengan jumlah penduduk 680 orang, Delod Umah 79 dari 104 KK dengan jumlah penduduk 402 orang, Yoh 58 dari 97 KK dengan jumlah penduduk 373 orang, Sunting 76 dari 98 KK dengan jumlah penduduk 358 orang dan Tying Desa 65 dari 133 KK dengan jumlah penduduk 600 orang.

Sarana pelayanan kesehatan di desa pengotan adalah berupa PUSTU (Puskesmas Pembantu) sebanyak dua buah, pustu pertama letaknya sebelah selatan dengan kantor kepala desa, diasuh oleh dua orang bidan dengan lima wilayah kerjadusun yaitu Dajan Umah, Delod Umah, Yoh, Sunting dan Tying Desa dan pustu kedua di Penyebeh yang diasuh oleh seorang bidan dengan tiga wilayah kerja yaitu Padpadan, Penyebeh dan Besenga.

Salah satu dari 8 banjar atau dusun di desa Pengotan adalah Besenga yang berdasarkan data proporsi tingginya gangguan gizi pada Balita maka Besenga inilah yang paling rawan pangan. Berdasarkan data tahun 2008 juga diketahui bahwa diantara sembilan desa di wilayah Puskesmas Bangli, proporsi gizi buruk pada balita yang dilaporkan dari desa

pengotan adalah yang tertinggi.

Berdasarkan data data yang tersebut diatas maka perlu dilakukan pemberian informasi dan edukasi tentang pentingnya makanan yang bergizi pada bayi dan anak kepada ibu-ibu rumah tangga di banjar/dusun di desa Pengotan, bidan dan semua kader posyandu (Pos Pelayanan Terpadu) yang terdapat di desa Pengotan Kabupaten Bangli, untuk dapat meningkatkan Gizi untuk Bayi dan Anak di di Desa Pengotan Kabupaten Bangli.

Tujuan Kegiatan ini adalah memberikan informasi dan edukasi yang benar melalui penyuluhan dan pengajaran menyusun makanan yang bergizi dalam rangka memperbaiki gizi untuk bayi dan anak kepada ibu-ibu rumah tangga di desa Pengotan, bidan dan semua kader posyandu di desa Pengotan sehingga didapatkan pemahaman mendalam bagi ibu-ibu rumah tangga, bidan dan kader posyandu di Desa Pengotan.

Kegiatan ini sangat bermanfaat bagi ibu-ibu rumahtangga khususnya di desa Pengotan juga bagi tenaga Kesehatan khususnya Bidan dan Kader Posyandu di desa Pengotan dalam upaya pemahaman mendalam masalah gizi bayi dan anak sehingga dapat memberikan informasi dan edukasi yang benar bagi para ibu-ibu yang berobat di Puskesmas ataupun di Posyandu. Manfaat kedua, bagi kami, staf di Jurusan Farmasi FMIPA UNUD, sebagai salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat untuk meningkatkan peran serta dalam pembangunan kesehatan demi tercapainya Indonesia Sehat.

## METODE PEMECAHAN MASALAH

Metode yang dilakukan untuk pemecahan masalah adalah melalui kegiatan penyuluhan. Kegiatan ini dilaksanakan dalam bentuk ceramah interaktif dan praktek langsung cara memijat bayi kepada ibu, bidan dan kader posyandu di desa Pengotan Kabupaten Bangli.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 28 September 2013 di Puskesmas Bangli Utara, desa Pengotan, Bangli, dengan melibatkan 7 orang pelaksana dari Jurusan Farmasi FMIPA Universitas Udayana dan diikuti oleh 2 orang narasumber untuk penyuluhan tentang gizi dan pelatihan pijat bayi, 40 orang peserta baik yang terdiri dari: 18 orang Kader Posyandu, 4 orang Bidan Desa, 2 orang staf Puskesmas, 1 orang Tim Pemantau Gizi, 14 orang dosen dari Jurusan Kimia, Jurusan Biologi yang semuanya berada di bawah Fakultas MIPA UNUD dan Jurusan Keperawatan Fakultas Kedokteran UNUD dan Kepala Puskesmas Bangli Utara yang sekaligus membuka acara Seminar tentang Gizi Bayi dan Pelatihan

### Pijat Bayi.

Kegiatan penyuluhan ini dibagi menjadi dua sesi yaitu sesi seminar tentang gizi bayi dan sesi tentang pelatihan pijat bayi. Kegiatan seminar tentang Gizi Seimbang bagi bayi dilaksanakan dalam bentuk ceramah interaktif dan diskusi yang diberikan oleh narasumber Ahli Gizi masyarakat dari Poltekkes Gizi. Peserta dikenalkan dengan macam-macam jenis makanan yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi yang baik yang meliputi sayuran, buah, nasi, daging yang dikenal dengan nama Tumpeng Gizi Seimbang disertai dengan contoh jenis makanan-makanan tersebut dan dilengkapi dengan informasi mengenai takaran-takaran yang pas untuk bayi dalam rangka mencapai gizi yang seimbang. Selain itu juga para peserta diberikan informasi mengenai bahaya dari akibat kekurangan gizi pada bayi sehingga pada akhirnya kader posyandu, bidan desa maupun masyarakat dapat memperoleh informasi tentang gizi yang seimbang bagi bayi agar terhindar dari bahaya kelumpuhan, busung lapar yang pada akhirnya merugikan masyarakat seluruhnya. Peserta penyuluhan juga diberikan informasi mengenai berapa kkal energi yang dibutuhkan untuk balita supaya tidak terjadi kelebihan berat badan atau obesitas bagi bayi yang juga dapat memberikan dampak penyakit bagi bayi, dan peserta juga diberikan contoh susunan menu bagi balita yang termasuk dalam Tumpeng Gizi Seimbang.

Pelatihan pijat bayi yang diberikan dalam penyuluhan ini diberikan praktek dan teori oleh narasumber yang berasal dari instansi Lembaga Pendidikan Kecantikan yang memang terbiasa memberikan pelatihan mengenai pijat bayi. Teori yang diberikan berupa bagaimana cara untuk memijat bayi yang baik dan benar mulai dari kepala sampai kaki bayi sehingga dapat membantu meningkatkan daya tahan tubuh bagi bayi. Juga diberikan informasi mengenai hal-hal yang harus dihindari pada saat akan melakukan pijat bayi dan hal yang harus diperhatikan pada saat memijat bayi. Praktek pijat bayi ini langsung dilakukan setelah selesai pemberian teori dimana bayi yang digunakan sebagai model adalah bayi wanita yang berumur dua bulan. Selama pijat bayi ini dilakukan, seluruh peserta melihat dan menyimak dengan baik langkah-langkah pemijatan, dan pelatihan ini langsung direkam sebagai dokumentasi yang ditinggalkan bagi puskesmas yang dijadikan sebagai bahan dalam pemberian pelatihan bagi masyarakat di lain kesempatan.

Partisipasi peserta sangat baik dan peserta sangat antusias dengan informasi yang diberikan. Selama sesi diskusi dan tanya jawab, peserta sangat antusias bercerita mengenai pengalamannya dalam memberikan penyuluhan ke masyarakat t desa pengotan dan menanyakan informasi lebih detail mengenai gizi seim-

bang dan pijat bayi. Dikarenakana ada kasus bayi yang pernah mengalami keurangan gizi di desa Pengotan, sehingga lebih mudah bagi kader dan bidan untuk melihat secara langsung dampak dari gizi buruk balita sehingga pada akhirnya akan memudahkan bagi para kader posyandu, bidan desa untuk memberikan penyuluhan ke masyarakat nantinya.

Melalui kegiatan ini, kami telah memberikan informasi untuk membantu mengubah paradigma masyarakat mengenai pentingnya pemberian gizi seimbang dan pelatihan pijat bayi. Nantinya diharapkan Desa Pengotan bebas dari gizi buruk dan masyarakat dapat melakukan sendiri praktek pijat bayi yang dapat merangsang daya tahan tubuh bayinya.

Tanggapan peserta terhadap kegiatan penyuluhan sangat baik dan positif. Hal ini terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh peserta selama diskusi. Pertanyaan yang diajukan terutama menyangkut pentingnya gizi seimbang dan tentang menyusun menu yang memenuhi tumpeng gizi seimbang sehingga informasi yang nantinya kan disampaikan kepada masyarakat adalah tepat. Antusiasme peserta juga tampak dari banyaknya peserta yang merekam sebagai dokumentasi pada saat dilakukan praktek pijat bayi, dengan adanya rekaman tersebut, mereka dapat mempertunjukkan langsung kepada masyarakat sehingga mereka dapat praktek sendiri ketika di rumah masing-masing.

Evaluasi kegiatan dilaksanakan pada akhir kegiatan berupa pemberian kuesioner setelah kegiatan berlangsung. Pemahaman para peserta yang terlibat dalam kegiatan dievaluasi dari kemampuan mereka menjawab pertanyaan pada kuesioner sehingga diharapkan mereka mampu memberikan penjelasan kepada masyarakat lainnya dan melihat perkembangan dari dilakukannya pemberian informasi yang benar tentang gizi seimbang dan pijat bayi oleh para kader dan bidan desa di desa pengotan.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Dari hasil diskusi dan evaluasi pada akhir kegiatan, dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan semacam ini masih perlu diadakan lagi karena kurangnya informasi mengenai gizi seimbang dan pelatihan pijat bagi bayi yang diperoleh para kader dan bidan desa.

### Saran

Dari hasil diskusi dan evaluasi, maka saran untuk masa mendatang antara lain: agar diadakan lagi kegiatan penyuluhan semacam ini kepada masyarakat langsung sehingga menambah pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang dan pelatihan

pijat bayi. Kegiatan ini dapat mengubah paradigma masyarakat selama ini mengenai gizi seimbang dan pemberian pijat bayi sebagai pondasi untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi di masa yang akan datang sebagai penerus generasi bangsa Indonesia yang sehat, cerdas dan berguna.

#### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Kegiatan Pengabdian ini dapat terlaksana dengan bantuan dana dari Universitas Udayana, untuk itu pada kesempatan ini kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada: Ketua Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Udayana, UCDP dan

tim, Kepala Desa Pengotan Kabupaten Bangli, Kepala Puskesmas Bangli Utara Desa Pengotan Kabupaten Bangli, serta Narasumber yaitu Komang Agusjaya dan Ibu Rosalia Sulistufi

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Depkes RI, 2000. Informatarium Obat Nasional Indonesia 2000. Departemen Kesehatan RI. Jakarta  
Depkes RI, 2003. Indikator Indonesia Sehat 2010 dan Pedoman Penetapan Indikator Provinsi Sehat dan Kabupaten/Kota Sehat. Departemen Kesehatan RI. Jakarta