

## Penyuluhan gizi pada ibu dengan menggunakan *flip chart* di kecamatan benua kayong Kabupaten ketapang

Uliyanti<sup>1</sup>, Adha Panca Wardanu<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Politeknik Tonggak Equator; Jalan Fatima, Kota Pontianak, Kalimantan Barat

<sup>2</sup>Politeknik Negeri Ketapang; Jalan Ranga Sentap-Dalong, Kabupaten Ketapang. Kalimantan Barat

Email : lynt\_lia@yahoo.com<sup>1</sup>

### Kilas Artikel

Volume 2 Nomor 2  
Agustus 2022  
DOI:xxx/ejpm.v%i%.xxxx

### Article History

Submission: 08-07-2022  
Revised: 08-07-2022  
Accepted: 014-07-2022  
Published: 01-08-2022

### Kata Kunci:

Gizi, Penyuluhan, Gizi Buruk, Lembar Balik, Stunting

### Keywords:

Nutrition Expantion. Mal Nutrition, Flip Chart, Stunting

### Korespondensi:

(Uliyanti)  
(lynt\_lia@yahoo.com)

### Abstrak

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman serta peran serta Ibu dalam program pencegahan dan deteksi dini *stunting* pada balita sehingga pertumbuhan dan perkembangannya dapat optimal. Metode yang dilakukan adalah menilai pengetahuan gizi Ibu di desa suka baru kecamatan Benua Kayong, Ketapang. Pengetahuan ibu diukur dengan menggunakan menggunakan *pre test* sebelum kegiatan dan *post test* setelah diberikan pengetahuan. Hasil *pre test* peserta yang memiliki pengetahuan dengan kategori sangat tinggi sebanyak 2 orang (3,08%), kemudian setelah *post test* meningkat menjadi 11 orang (16,92%), sedangkan peserta yang memiliki pengetahuan gizi yang rendah pada saat *pre test* yaitu sebanyak 4 orang (6,15) menurun menjadi 1 orang (1,54%). Berdasarkan hasil tersebut maka diketahui bahwa penyuluhan pengetahuan gizi pada Ibu menggunakan media *flip chart* mampu meningkatkan pengetahuan sebesar 1,58%.

### Abstract

The aim of this Community service activities is to increase knowledge and understanding as well as mother participation in stunting prevention and early detection programs for children under five who are expected to their children's growth and development so that their growth and development can be optimized. The method used is to assess people's knowledge and the problems faced regarding prevention and how to assess / early detection of stunting in infants in Suka Baru village, Benua kayong subdistrict, Ketapang. Mother's knowledge was measured using pre-test before the activity and post-test after being given knowledge. Results showed pre test of participants high knowledge of the category were 2 people (3.08%), then after the post test increased to 11 people (16.92%), while participants low nutritional knowledge of the category were 4 people (6.15%) decreased to 1 person (1.54%). Based on these results, it is known that nutrition extension to mothers using flip chart able given increase nutrition knowledge 1.58%.

## 1. PENDAHULUAN

Indonesia masih menghadapi masalah gizi buruk dan kurang pada anak usia balita dengan angka yang cukup tinggi dan bila tidak ditangani secara dengan baik dan serius akan menimbulkan masalah yang lebih besar yaitu masalah *lost generation*. Menurut data *Global Nutrition Report* (GNR) tahun 2014, bahwa Indonesia merupakan salah satu dari 17 negara yang mempunyai tiga masalah gizi yaitu *Stunting* (37,2%), *Wasting* (12,1%) dan *Overweight* (11,9%) pada balita. Untuk itu, dalam rencana pembangunan nasional jangka panjang menengah (RPJPM) tahun 2015-2019 disebutkan bahwa salah satu program yang menjadi



prioritas yang ingin dicapai adalah peningkatan status gizi masyarakat termasuk diantaranya adalah penurunan prevalensi balita pendek (*Stunting*) (Pusdatin Kemenkes, 2016).

*Stunting* merupakan status gizi balita yang berdasarkan tinggi badan menurut umurnya bila dibandingkan dengan standar WHO-MGRS (*Multicentre Growth Reference Study*) tahun 2005, nilai *z-score* kurang dari -2 SD dan dikategorikan sangat pendek jika nilai *z-score* kurang dari -3SD (Pusdatin Kemenkes, 2016). Menurut WHO (2010), prevalensi balita pendek menjadi masalah kesehatan masyarakat jika prevalensinya 20 persen atau lebih, kemudian jika prevalensi pendek sebesar 30–39% di kategorikan berat, dan di kategorikan serius apabila prevalensi pendek  $\geq 40$  persen (Uliyanti, Tamtomo D.G, Anantanyu, S., 2017).

Hasil survey penilaian status gizi Dinas Ketapang Tahun 2017 ditemukan 945 kasus di kabupaten Ketapang dari subjek 5.644 balita (Subandi, 2017). Kasus *stunting* tersebut hampir terjadi di setiap kecamatan di kabupaten Ketapang, salah satu kecamatan yang paling tinggi kejadian *stunting* adalah kecamatan Benua kayong yaitu sebanyak 81 kasus, jumlah kasus tersebut tertinggi setelah kecamatan jelai hulu dengan kejadian *stunting* sebanyak 110 kasus. Tingginya prevalensi *stunting* di kecamatan Benua kayong, diduga karena multifaktor salah satunya adalah rendahnya pengetahuan gizi Ibu (Uliyanti, Tamtomo D.G, Anantanyu, S., 2017).

Hasil analisis situasi dan studi literatur yang dilakukan dan wawancara dengan beberapa ibu-ibu yang memiliki balita di desa Suka baru diketahui belum banyak yang tahu tentang pengetahuan gizi dan mengenai *stunting*, sehingga beberapa dari mereka beranggapan bahwa tidak ada kaitannya antara pengetahuan gizi dan kejadian *stunting*. Masyarakat di wilayah kerja puskesmas Tuan-tuan memiliki usia yang bervariasi mulai dari bayi dan balita yang menjadi sasaran pada kegiatan pengabdian masyarakat serta sepanjang siklus kehidupan yang berasal dari penduduk tetap dan pendatang yang berdomisili di desa Suka Baru. Masyarakat atau orang tua bayi dan balita di desa tersebut sebagian besar memiliki pendidikan menengah kebawah baik ibu maupun ayahnya, sedangkan untuk ibunya sebagian besar adalah ibu rumah tangga tetapi ada juga yang menjadi ibu bekerja. Sebagian besar bayi dan balita di desa Suka Baru sudah mengikuti posyandu yang tersebar di beberapa titik di desa baru, akan tetapi kesadaran dan pengetahuan gizi masyarakat masih kurang terutama pengetahuan gizi Ibu.

Ibu memiliki peran yang penting dalam keluarga, termasuk dalam penerapan perilaku gizi keluarga. Menurut Uliyanti, Tamtomo D.G, Anantanyu, S. (2017) pengetahuan gizi ibu berpengaruh langsung maupun tidak langsung terhadap kejadian *stunting* yaitu sebesar 9,61%. Artinya bahwa tingkat pengetahuan ibu yang rendah mempunyai andil terhadap kejadian *stunting*. Dalam hasil penelitian Adianti, Prihatini, dan Hermina, (2016) rendahnya perilaku keluarga untuk mengkonsumsi makanan beragam dikarenakan rendahnya daya beli dan kurangnya pengetahuan Ibu sebagai penentu menu makanan keluarga. Oleh sebab itu, pengetahuan atau aspek kognitif merupakan hal yang sangat penting dan berpengaruh terhadap perilaku seseorang dalam hal ini adalah pengetahuan gizi Ibu, sehingga pemahaman dan pengetahuan ibu tentang gizi menjadi salah satu faktor yang mengakibatkan tingginya prevalensi *stunting*.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan gizi Ibu adalah melalui edukasi gizi atau pendidikan kesehatan. Salah satu metode dalam pendidikan kesehatan adalah media lembar balik. Media Lembar balik atau *flip chart* adalah media yang berbentuk lembaran-lembaran menyerupai album atau kalender yang berisi gambar yang dibaliknya berisi mengenai informasi kesehatan mengenai gambar tersebut. Pendidikan kesehatan lebih khusus edukasi gizi pada Ibu melalui kegiatan penyuluhan gizi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah dan menurunkan kejadian *stunting*



di wilayah kabupaten Ketapang. Untuk itu, tujuan dari kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah memberikan pengetahuan gizi terutama pada Ibu (masyarakat mitra) di kecamatan Benua kayong terutama pada wilayah kerja puskesmas tuan-tuan di desa Suka baru.

## 2. METODE

Kegiatan penyuluhan gizi ini dilakukan sebagai bentuk pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang ditujukan pada Ibu-ibu rumah tangga yang memiliki anak balita atau Ibu hamil yang ada di wilayah kerja puskesmas tuan-tuan di desa suka baru. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Juni-Juli 2019 bertempat di ruang posyandu dan Puskesmas Pembantu (Pustu) Desa Suka Baru, Kec. Benua Kayong, Kabupaten Ketapang. Metode pelaksanaan kegiatan penyuluhan *stunting* ini berupa ceramah dengan media *flip chart* dilakukan oleh Ibu Uliyanti, S.TP, M.Gizi selaku ketua tim pengabdian kepada masyarakat dan sebagai peserta kader Posyandu dan perwakilan warga masyarakat di desa suka baru. Pelaksanaan kegiatan terbagi menjadi 3 tahap yaitu persiapan, pelaksanaan, dan tahap evaluasi dan Finalisasi. Adapun tahapan pelaksanaannya penyuluhan ini seperti yang ditunjukkan dalam Gambar 1.



Gambar 1. Tahap Pelaksanaa Kegiatan PKM

### Prosedur Pelaksanaan

#### Tahap Persiapan

Kegiatan survey bertujuan untuk mengetahui keadaan atau lokasi mitra dan identifikasi objek-objek yang akan dikaji. Pada tahap ini tim pelaksana melakukan visitasi lapangan ke lokasi mitra yaitu di Desa Suka Baru, Kecamatan Benua kayong. Pada kegiatan ini juga Tim pelaksana melakukan analisis situasi untuk mendapatkan gambaran mengenai masalah yang dihadapi Mitra. Dari hasil analisis situasi yang diperoleh, maka dirumuskan dan dipilih masalah yang dijustifikasi oleh mitra. Permasalahan yang telah dijustifikasi oleh mitra kemudian dijadikan dasar oleh Tim pelaksana untuk menentukan solusi yang ditawarkan melalui kajian atau studi literatur yang terkait atau relevan dengan masalah yang dihadapi mitra. Dari hasil tersebut muncul bentuk-bentuk solusi yang ditawarkan oleh tim pelaksana yaitu penyuluhan gizi dengan menggunakan *flip chart*.

#### Tahap Pelaksanaan

Tahapan pelaksanaan meliputi beberapa kegiatan, yaitu :

- 1) Tim pelaksana mengumpulkan materi/ bahan penyuluhan terkait pengetahuan gizi dan *stunting* yang akan disampaikan pada saat penyuluhan.



- 2) Tim menyeleksi bahan/ materi yang akan digunakan/ atau dimasukkan ke dalam media *flip chart*.
- 3) Tim pelaksana mendesain *flip chart* berbentuk kalender meja yang terbuat dari kertas doove dengan dimensi ukuran tinggi 15 cm, lebar 21 cm.
- 4) Hasil desain *flip chart* didiskusikan dengan anggota, untuk menyelaraskan dengan ide dan kemudahan dalam menyampaikan.
- 5) Tim pelaksana mencetak *flip chart* pada percetakan.
- 6) Setelah cetakan selesai dibuat maka tim pelaksana mengintroduksikan kepada Mitra.
- 7) Tim melakukan penyuluhan gizi menggunakan *flip chart* tersebut

#### Tahap Finalisasi

Kegiatan evaluasi dan monitoring dilakukan untuk mengetahui sejauh mana manfaat penyuluhan pengetahuan gizi yang dilakukan terhadap pengetahuan mitra. Pada tahap akhir kegiatan ini tim pelaksana menyusun laporan hasil kegiatan bersama mitra.

### 3. HASIL & PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan tentang pengetahuan gizi Ibu dalam rangka upaya pencegahan dan penurunan kejadian *stunting* pada bayi dan balita di wilayah desa suka baru, kecamatan Benua Kayong, Kabupaten Ketapang. Berikut ini merupakan gambaran umum para peserta dalam kegiatan “Penyuluhan Gizi Pada Ibu”, seperti Tabel 1.

**Tabel 1.** Distribusi Peserta berdasarkan Tingkat Pendidikan

No	Pendidikan	Jumlah	Persentase (%)
1	Menengah	38	79,17
2	Tinggi	10	20,83
	Total	48	100

Berdasarkan Tabel 1. diatas, diketahui bahwa sebagian besar peserta memiliki pendidikan menengah yaitu sebesar 80% dan yang berpendidikan tinggi hanya 20%. Tingkat pendidikan peserta mempengaruhi pola pikir dan tingkat pemahaman seseorang. Menurut Notoatmodjo (2010), peningkatan pengetahuan dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti metode, materi, pendidik, media atau alat bantu yang digunakan dalam penyampaian pesan. Sehingga dalam penyuluhan ini dipilih metode ceramah dengan media pendukung yaitu *flip chart*. Pemilihan metode tersebut berdasarkan hasil penelitian Uliyanti, (2019) yang menyatakan bahwa penyuluhan gizi dengan media *flip chart* dan pendidikan gizi dengan menggunakan media *flip chart* mampu meningkatkan level pengetahuan gizi responden dari 7 orang (10,77%) dengan kategori pengetahuan baik menjadi 22 orang (33,85%) dengan kategori sangat baik dan mampu meningkatkan pengetahuan gizi sebesar 8,923 %.

Penggunaan media *flip chart* dapat membuat sasaran pendidikan lebih mudah untuk memahami isi materi yang diberikan karena mampu menyajikan pesan kesehatan secara ringkas dan praktis disertai dengan penjelasan langsung dari pembawa materi. Pernyataan tersebut diperkuat oleh Siska Ella Natassa, Darmayanti Siregar, (2021) yang menyatakan bahwa *Flip chart* merupakan salah satu alat bantu pendidikan yang sangat sederhana dan cukup efektif untuk digunakan dalam menyampaikan informasi termasuk dalam menyampaikan pesan kesehatan. Berikut kegiatan *pre test* dan *post test* sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan gizi seperti pada Gambar 1.







**Gambar 1.** Kegiatan *pre test* dan *post test* sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan gizi

Menurut Atmarita dan Fallah (2004) bahwa pendidikan gizi diberikan untuk menambah pengetahuan. Untuk itu, dalam upaya menurunkan kejadian stunting, masyarakat perlu diberikan pengetahuan gizi melalui kegiatan pendidikan gizi agar meningkatkan pengetahuannya tentang gizi seimbang. Pengetahuan adalah hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap obyek tertentu (Uliyatul Laili dan Ratna Ariesta Dwi Andriani, 2019). Pengetahuan juga dapat diperoleh dengan melihat, mendengar sendiri atau melalui alat-alat komunikasi, seperti membaca surat kabar dan majalah, mendengar siaran radio, dan menyaksikan siaran televisi maupun melalui penyuluhan kesehatan/ gizi. Semakin banyak jenis dan informasi tentang gizi dan kesehatan yang diterima seseorang, maka semakin luas wawasan dan pengetahuan tentang hal tersebut, sehingga akan merubah perilaku dalam menentukan pola asupan gizi.

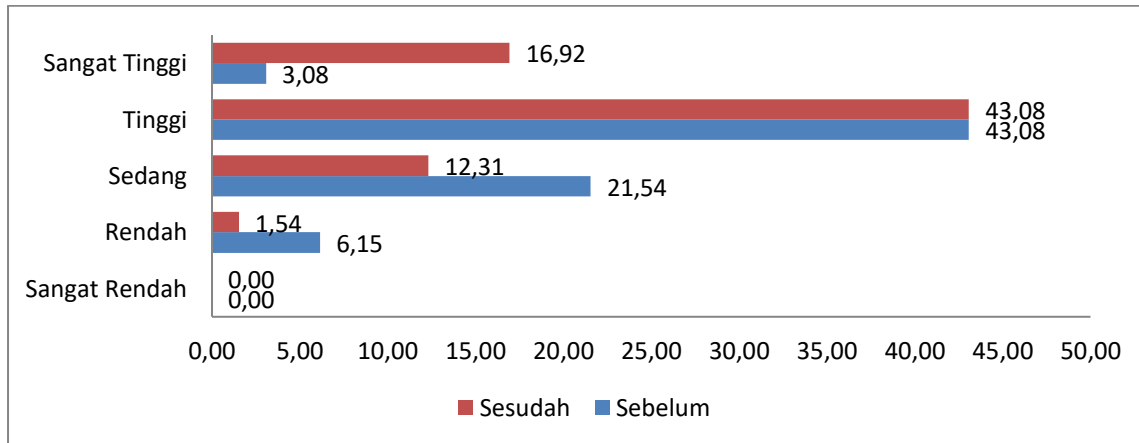
Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, para peserta diberikan penyuluhan berupa materi tentang gizi seimbang, makanan beragam dan *stunting* pada bayi dan balita. Harapannya adalah peserta yang ikut aktif dalam kegiatan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang gizi seimbang, makanan beragam dan *stunting* pada bayi dan balita, sehingga dapat meningkatkan peran sertanya terhadap kegiatan pencegahan *stunting* bayi dan balita dengan cara ikut melakukan pemantauan terhadap pertumbuhan dan perkembangan putra putrinya. Untuk mengetahui efektifitas kegiatan penyuluhan pengetahuan gizi yang telah diberikan kepada mitra, maka penilaian pengetahuan dari para peserta dilakukan dengan metode *pre test* dan *post test*. Hasil dari *pre test* dan *post test* untuk penyuluhan pengetahuan gizi pada Ibu untuk pencegahan *stunting* pada bayi dan balita adalah sebagai berikut:

**Tabel 2.** *Pre Test* dan *Post Test* Pengetahuan Gizi Ibu

Pengetahuan Gizi	Sebelum		Sesudah	
	Jumlah Responden	%	Jumlah Responden	%
Sangat Tinggi	2	3,08	11	16,92
Tinggi	28	43,08	28	43,08
Sedang	14	21,54	8	12,31
Rendah	4	6,15	1	1,54
Sangat Rendah	0	0,00	0	0,00

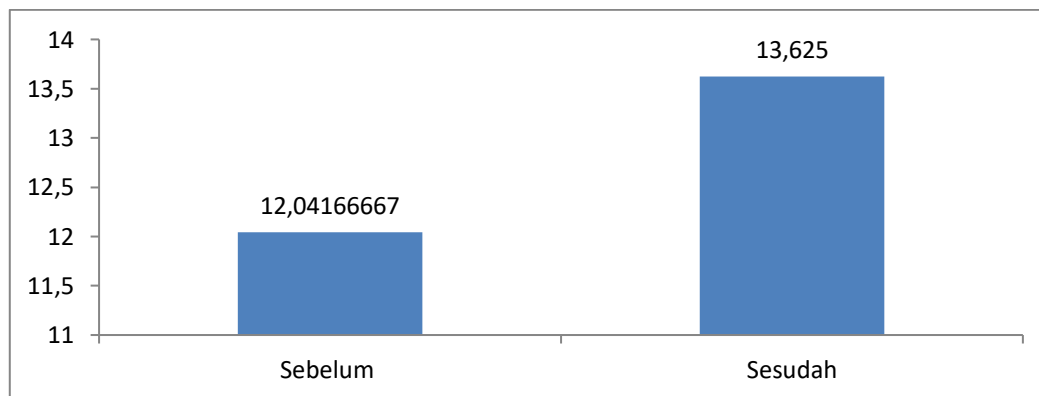


Berdasarkan Tabel 2. diatas dapat dinyatakan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan gizi Ibu setelah diberikan penyuluhan gizi. Hasil *pre test* peserta yang memiliki pengetahuan dengan kategori sangat tinggi sebanyak 2 oranga (3,08), kemudian setelah *post test* meningkat menjadi 11 orang (16,92%). Sedangkan peserta yang memiliki pengetahuan gizi yang rendah pada saat *pre test* yaitu sebanyak 4 orang (6,15) menurun menjadi 1 orang (1,54%). Gambaran umum hasil *pre test* dan *post test* dari hasil penyuluhan Gizi Ibu dapat dilihat pada Gambar 2.



**Gambar 2.** *Pre Test* dan *Post Test* Pengetahuan Gizi Ibu

Dilihat dari hasil *pre test* sebagian besar Ibu memiliki pengetahuan yang beragam mulai dari rendah hingga sangat tinggi, namun setelah dilakukannya penyuluhan hasil *post test* terdapat peningkatan yang cukup besar pada kategori pengetahuan yang sangat tinggi yaitu menjadi 16,92%. Jika dibandingkan dengan hasil keseluruhan hasil *pre test* dan *post test* maka tampak adanya peningkatan yaitu 1,58%. Berikut ditampilkan grafik hasil sesudah dan sebelum diberikan penyuluhan gizi Ibu pada Gambar 2.



**Gambar 3.** Hasil keseluruhan *Pre Test* dan *Post Test* Pengetahuan Gizi Ibu

Peningkatan pengetahuan gizi Ibu setelah penyuluhan memberikan indikasi bahwa penyuluhan pengetahuan gizi Ibu berjalan dengan baik. Hal ini dikarenakan materi pendidikan gizi yang disampaikan dapat diterima dan dipahami oleh responden dengan baik. Indikasi tersebut dapat terlihat dari kemampuan responden dalam menjawab pertanyaan pada kuesioner dengan baik. Menurut Siska Ella Natassa, Darmayanti Siregar,



(2021) *Flip chart* merupakan salah satu alat bantu pendidikan yang sangat sederhana dan cukup efektif untuk digunakan dalam menyampaikan informasi termasuk dalam menyampaikan pesan kesehatan. Selain itu, peserta juga antusias dalam mengikuti kegiatan sehingga pemahaman peserta pun baik. Berikut suasana kegiatan pelaksanaan kegiatan penyuluhan pengetahuan gizi Ibu, pada Gambar 4.



**Gambar 4.** Kegiatan Penyuluhan Gizi Pada Ibu

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan, maka disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan gizi Ibu (peserta) setelah diberikan edukasi gizi dengan menggunakan media *flip chart* dibandingkan dengan sebelum dilakukan penyuluhan gizi yaitu sebesar 1,58%. Peningkatan pengetahuan tersebut diharapkan untuk terus ditingkatkan dengan secara berkesinambungan atau secara berkala dilakukan penyuluhan serupa agar peserta pengetahuan yang didapat terus meningkat.

#### 5. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih bisa disampaikan kepada kepala Puskesmas Tuan-tuan dan staf yang telah ikut membantu dalam koordinasi pelaksanaan kegiatan, kader posyandu dan masyarakat desa suka baru yang telah membantu terlaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat.

#### DAFTAR PUSTAKA

Adianti, Prihatini, dan Hermina, (2016). Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Individu Tentang Makanan Beraneka Ragam sebagai Salah satu Indikator Keluarga Sadar Gizi (KADARZI). *Buletin Penelitian Kesehatan*. Volume 44 No. 2 Juni 2016. Hal. 117-126.

Global Nutrition Report. 2014. *Actions and accountability to accelerate the world's progress on nutrition*. International food policy research institut. Wasington.

MCA-Indonesia. (2015). *Stunting dan Masa Depan Indonesia*. Millenium *Challengge Account*, Indonesia. Jakarta.

Notoatmodjo, S. 2010. *Promosi kesehatan Kesehatan teori dan aplikasi*. (Rineka Cipta, 2010).



Literasi: Jurnal Pengabdian pada Masyarakat is licensed under a Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License. All Rights Reserved e-ISSN 2775-3301

Uliyanti, A.P. Wardanu  
Penyuluhan Gizi Pada Ibu Dengan Menggunakan *Flip Chart* Di Kecamatan Benua Kayong  
Kabupaten Ketapang

Pusdatin Kemenkes, (2016). Situasi Balita Pendek. InfoDATIN. Pusat Informasi Data dan Informasi, Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.

Siska Ella Natassa, Darmayanti Siregar. 2021. Efektivitas Media Penyuluhan Booklet dan Flip Chart Terhadap Penurunan Skor Ohi-S Siswa SD Al-Ikhlasiah Medan. *Jurnal Kedokteran Gigi Universitas Baiturrahmah*, Vol 8, No. 3: page 306-312.

Subandi, 2017. 945 Kasus Stunting di Ketapang, Pemerintah Pusat Jadikan Daerah Prioritas Penanganan *Stunting*. *Tribun Pontianak*  
<https://pontianak.tribunnews.com/2018/02/16/945-kasus-stunting-di-ketapang-pemerintah-pusat-jadikan-daerah-prioritas-penanganan-stunting>

Uliyanti, Tamtomo D.G, Anantanyu, S. 2017. Faktor yang berhubungan dengan kejadian *stunting* pada balita usia 24-59 bulan. *Jurnal Vokasi Kesehatan. Politeknik Kesehatan Pontianak. JVK* 3 (2) (2017) hal. 67-77.

WHO. 2010. *Nutrition Landscape Information System (NLIS) Country Profile Indicators*.



Literasi: Jurnal Pengabdian pada Masyarakat is licensed under a Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License. All Rights Reserved e-ISSN 2775-3301