

**Pendidikan Kesehatan dalam Kelas Balita dan Pembuatan Makanan  
Pendamping ASI (MP ASI) di Posyandu Puskesmas Buaran  
Kota Pekalongan**

**Putri Andanawarih\*, Ni'matul Ulya, Swasti Artanti**

Email: [putriandanawarih@gmail.com](mailto:putriandanawarih@gmail.com)

Prodi DIII Kebidanan, Akademi Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan, Indonesia

Jln. Manunggal Gg 2 Pekalongan

Telp: (0285) 4416108

**Abstrak**

Anak balita merupakan salah satu populasi paling beresiko untuk terkena berbagai macam gangguan kesehatan (kesakitan) dan kematian. Permasalahan yang terkait dengan pemenuhan gizi balita yang paling umum adalah kurang energi protein. Klasifikasi pada balita meliputi: stunting (tubuh pendek), kurus, dan gizi buruk. Keadaan gizi yang buruk pada balita juga dapat menyebabkan kematian anak. Sekitar 45 (%) kematian diantara balita terkait dengan kekurangan gizi. Tujuan dari kegiatan ini memberikan manfaat dan mempermudah bagi ibu-ibu balita dalam memilih dan memberikan MP-ASI pada bayi dan balita. Kegiatan ini menggunakan metode sebagai berikut: (a) Penyuluhan tentang Kelas Ibu Balita, (b) Penyuluhan tentang manfaat MP-ASI untuk balita, (c) Penyuluhan tentang pemilihan menu sehat MP-ASI, (d) Diskusi dan tanya jawab. Hasil pendidikan kesehatan yang telah dilakukan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu yang memiliki balita tentang cara perawatan balita dan pembuatan makanan pendamping ASI yang baik dengan nilai *post test* sebanyak 18 peserta memiliki pengetahuan yang baik.

**Kata kunci:** kelas balita; MP ASI; posyandu.

DOI:  
[10.37402/abdimaship.vol5.iss1.307](https://doi.org/10.37402/abdimaship.vol5.iss1.307)

**History artikel:**

Diterima  
01/02/2024  
Direvisi  
16/02/2024  
Diterbitkan  
23/02/2024

**Putri Andanawarih\***  
**Ni'matul Ulya**  
**Swasti Artanti**

**Abstract**

*Children under five are one of the populations most at risk of experiencing various health problems (illness) and death. The most common problem related to fulfilling toddler nutrition is lack of protein energy. The classification of toddlers includes: stunting (short body), thinness, and malnutrition. Poor nutritional conditions in toddlers can also cause child death. Approximately 45 (%) deaths among children under five are related to malnutrition. The aim of this activity is to provide benefits and make it easier for mothers of toddlers in choosing and giving MP-ASI to babies and toddlers. This activity uses the following methods: (a) Counseling about Mother Toddler Classes, (b) Counseling about the benefits of MP-ASI for toddlers, (c) Counseling about choosing a healthy MP-ASI menu, (d) Discussion and questions and answers. The results of the health education that has been carried out show an increase in the knowledge of mothers with toddlers about how to care for toddlers and make good complementary foods for breast milk with post test scores of 18 participants having good knowledge.*

**Keywords:** *toddler class; MP ASI; posyandu.*

## 1. Pendahuluan

Anak balita merupakan salah satu populasi paling beresiko untuk terkena berbagai macam gangguan kesehatan (kesakitan) dan kematian (Kemenkes RI, 2016).<sup>(1)</sup> Menurut Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2007, Angka Kematian Balita di Indonesia sebesar 44/10.000 Kelahiran Hidup. Bila dihitung secara sistematis, berarti dalam setiap jam terjadi 22 kematian balita di Indonesia, suatu jumlah yang tergolong fantastis untuk ukuran di era globalisasi. Permasalahan yang terkait dengan pemenuhan gizi balita yang paling umum adalah kurang energi protein. Klasifikasi pada balita meliputi: stunting (tubuh pendek), kurus, dan gizi buruk (Proverawati, 2010).<sup>(2)</sup> *World Health Organisation* (WHO) menyatakan bahwa Malnutrisi dapat menyebabkan terjadinya penyakit tidak menular yang berhubungan dengan pengaturan makan. Keadaan gizi yang buruk pada balita juga dapat menyebabkan kematian anak. Sekitar 45 (%) kematian diantara balita terkait dengan kekurangan gizi. Pada tahun 2015, sebanyak 155 juta balita di seluruh dunia mengalami stunting, sementara 52 juta mengalami gizi kurang.

Masalah gizi di Indonesia mengakibatkan lebih dari 80% kematian anak. Berdasarkan hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) yang dilakukan Kementerian Kesehatan pada tahun 2016, status gizi pada indeks BB/U pada balita 0-59 bulan di Indonesia, menunjukkan persentase gizi buruk sebesar 3,4%, gizi kurang sebesar 14,4% dan gizi lebih sebesar 1,5%. Kemudian, hasil pengukuran status gizi PSG 2016 dengan indeks BB/U pada balita 0-23 bulan di Indonesia, menunjukkan persentase gizi buruk sebesar 3,1%, gizi kurang sebesar 11,8% dan gizi

lebih sebesar 1,5%. Pemerintah melalui Kementerian Kesehatan berupaya untuk mengatasi masalah gizi pada balita melalui penyelenggaraan program-program kesehatan yang dilaksanakan oleh dinas kesehatan.

Pelaksanaan program melalui Puskesmas, dilakukan oleh tenaga kesehatan maupun petugas gizi, dengan dukungan pemerintah setempat dan dibantu oleh kader kesehatan. Program-program tersebut diantaranya: Posyandu, program pelatihan Pemberian Makanan Bayi-Anak (PMBA), dan Kelas Ibu Balita (KIB).<sup>(3)</sup>

Permasalahan yang masih sering didapatkan dalam kegiatan posyandu kelas balita sampai saat ini adalah tidak semua kader kesehatan rutin mendapatkan pengetahuan tentang posyandu kelas balita, maksud dan tujuan penyelenggaraan posyandu kelas balita.

## 2. Metode

Kegiatan Pendidikan Kesehatan dalam Kelas Ibu Balita dan Pembuatan Makanan Pendamping ASI (MP ASI) di Posyandu Puskemas Buaran Kota Pekalongan dilaksanakan pada Jum'at, 25 Agustus 2023 dengan jumlah peserta 20 balita. Untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta maka dilakukan *pre test* sebelum kegiatan berlangsung dan *post test* setelah kegiatan selesai.

Pelaksanaan kegiatan ini menggunakan metode ceramah. Metode ceramah adalah metode penyampaian materi dengan lisan dan menerangkan secara aktif dan peserta mendengarkan dan mengikuti secara cermat.<sup>(4)</sup> Kegiatan ini menggunakan metode sebagai berikut: (a) Penyuluhan tentang

Kelas Ibu Balita, (b) Penyuluhan tentang manfaat MP-ASI untuk balita, (c) Penyuluhan tentang pemilihan menu sehat MP-ASI, (d) Diskusi dan tanya jawab mengenai sosialisasi yang dapat memberikan manfaat dan mempermudah bagi ibu-ibu balita dalam memilih dan memberikan MP-ASI pada bayi dan balita.

Setelah dilakukan penyuluhan dan mempraktekkan membuat menu MP ASI para ibu menjadi tahu tentang perawatan balitanya dan ingin menyajikan menu makanan yang bergizi seimbang dan bervariasi guna menjaga kualitas dan kebersihan makanannya untuk balitanya.

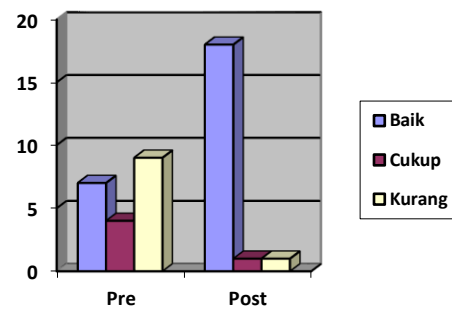
### 3. Hasil dan Pembahasan



Gambar 1. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat oleh penulis

Kegiatan pengabdian ini diawali dengan memberikan 20 pertanyaan *pre test*. Materi *pre test* dan *post test* yang diberikan sama yakni mengenai peran kader dan 5 meja dalam posyandu. Adapun hasil *pre test* dan *post test* dapat dilihat dalam grafik berikut:

Grafik 1. Hasil *pre test* dan *post test*.



Pemberian MP-ASI pada usia yang tepat berpengaruh pada kejadian stunting. Usia anak dapat meningkatkan kejadian stunting, jika stunting ini terjadi sejak usia dini maka akan sulit untuk dilakukan rehabilitasi karena hal ini menjadi masalah gizi kronis yang sering terjadi pada kelompok usia baduta. Menurut Unicef bila anak mengalami kegagalan pertumbuhan (*growth faltering*) maka tidak saja berdampak terhadap pertumbuhan fisik anak, melainkan juga perkembangan kognitif dan kecerdasan lainnya. *Golden period* pertumbuhan anak masuk dalam 1000 hari pertama kehidupan sejak dalam kandungan sampai usia 2 tahun atau 24 bulan sehingga perlu adanya pemantauan tumbuh kembang yang optimal.<sup>(4,5)</sup>

Penghasilan keluarga yang rendah mengakibatkan rendahnya daya beli keluarga sehingga berpengaruh terhadap perbaikan gizi khususnya bagi anak. Penghasilan keluarga merupakan faktor yang menentukan kualitas dan kuantitas asupan nutrisi pada keluarga, karena asupan nutrisi sangat berpengaruh pada kesehatan seluruh anggota keluarga. Keluarga dengan status sosial ekonomi rendah cenderung membelanjakan sebagian besar untuk kebutuhan hidup, sedangkan seseorang dengan status sosial ekonomi tinggi membelanjakan sebagian besar

untuk menunjang kebutuhan hidup seperti vitamin, susu, dan lain-lain.<sup>(6-8)</sup>

#### 4. Kesimpulan

Hasil pendidikan kesehatan yang telah dilakukan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu yang memiliki balita tentang cara perawatan balita dan pembuatan makanan pendamping ASI yang baik.

#### 5. Daftar Pustaka

- [1] Kementerian Kesehatan RI. INFODATIN Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI Situasi Balita Pendek. Jakarta Selatan: INFODATIN; 2016.
- [2] Proverawati A. BBLR (Berat Badan Lahir Rendah). Yogyakarta: NuhaMedika; 2010.
- [3] Lestari, Dewi Ayu. Keefektifan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe TAI (Team Assisted Individualization) Terhadap Pemahaman Konsep Pada Pokok Bahasan Trigonometri Pada Siswa Kelas X Semester II Smu Negeri 14 Semarang Tahun Pelajaran 2005/2006. 2006.
- [4] Koro S, Hadju V, As'ad S, Bahar B. Determinan Stunting Anak 6 -24 Bulan Di Kabupaten Timor Tengah Selatan Provinsi Nusa Tenggara Timur. *Heal Inf J Penelit*. 2018;10(1):1–10.
- [5] Eshete Tadesse S, Chane Mekonnen T, Adane M. Priorities For Intervention Of Childhood Stunting In Northeastern Ethiopia:A Matched Case-Control Study. *PLoS One*. 2020;15(9).
- [6] Ryadinency, Resty, et al. Determinan Kejadian Stunting pada Balita Usia 12-59 Bulan di Kota Palopo. *An-Nadaa J Kesehat Masy*. 2021;8(1):8–13.
- [7] Oktafirnanda, Yuka, Harahap, Hasanah Pratiwi. Analisis Faktor Resiko Kejadian Stunting Di Desa Helvetia. *Prosiding Seminar Nasional Terapan Riset Inovatif (SENTRINOV)*. 2021. 239–251 p.
- [8] Atin Nurmayasanti, Trias Mahmudiono. Status Sosial Ekonomi dan Keragaman Pangan Pada Balita Stunting dan Non-Stunting Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Wilangan Kabupaten Nganjuk. *Amerta Nutr*. 2019;3(2):114–21.