

Membangun Komunitas Sadar Gizi Balita dan Ibu Menyusui di Desa Taratak Kota Pariaman

Puthi Dwi Untari

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Sumbar Pariaman

puthidwi@gmail.com

Naskah diterima: 29 April 2020 | Naskah disetujui: 1 Juni 2020

Abstract

High amount of malnutrition cases in West Sumatra, especially in Pariaman City pushing the healthcare academicians to participate actively conducting the community research. STIKes Sumbar is one of them to carrying out the program of community service in Taratak village. This program was held in collaboration with the local health practitioners and implemented to provide assistance and nutrition counseling of toddlers' nutrition and breastfeeding mothers of whom a community awareness is expected. Employing participatory action research, it is revealed that the program can accelerate the realization of the healthy toddler program. The positive impact of these activities has been also capable to support the healthy nutrition program to prevent malnutrition and stunting symptom at the village. For the coming occasion, the local health practitioners and academicians are to continue supporting this program in the effort to improve public health, and to prevent the malnutrition.

Keywords: *Breastfeeding mothers, malnutrition, stunting, toddlers' nutrition-conscious community*

Abstrak

Tingginya jumlah kasus gizi buruk di Sumatera Barat, khususnya di Kota Pariaman mendorong akademisi layanan kesehatan untuk berpartisipasi aktif melakukan penelitian masyarakat. STIKes Sumbar adalah salah satunya yang melaksanakan program pengabdian masyarakat di desa Taratak. Program ini diselenggarakan bekerja sama dengan praktisi kesehatan setempat dan dilaksanakan untuk memberikan bantuan dan konseling gizi bagi para balita dan ibu menyusui. Dengan menggunakan penelitian tindakan partisipatif, tampak bahwa program ini dapat mempercepat realisasi program balita sehat. Dampak positif dari kegiatan ini juga mampu mendukung program gizi sehat untuk mencegah malnutrisi dan gejala stunting di desa setempat. Untuk kesempatan mendatang, praktisi kesehatan dan akademisi diharapkan terus mendukung program ini dalam upaya meningkatkan kesehatan masyarakat serta untuk mencegah kekurangan gizi.

Kata kunci: *Ibu Menyusui, komunitas sadar gizi balita, malnutrisi, stunting*

Pendahuluan

Salah satu tanggung jawab pemerintah di bidang kesehatan adalah merealisasikan Program Indonesia Sehat 2020. Program ini dapat direalisasikan melalui kerjasama pemerintah daerah, akademisi dan partisipasi masyarakat binaan secara aktif agar dapat mewujudkan kesadaran hidup sehat mulai dari terpenuhinya gizi masyarakat dan tersedianya layanan kesehatan yang memadai, terutama di desa-desa yang memiliki kebiasaan pola makan yang tidak sehat. Tak jarang banyak kasus kesehatan muncul di desa mulai dari kasus malnutrisi, stunting dan kasus kesehatan balita lainnya. Kasus kesehatan balita cukup tinggi di Sumatera Barat seperti dilaporkan Depkes Sumatera Barat bahwa kasus dari tahun 2016 dilaporkan prevalensi stunting di Sumatera Barat 36% lebih tinggi dari prevalensi stunting nasional sebesar 29.6%. Angka ini dilaporkan juga berada di atas toleransi maksimal angka stunting yang ditetapkan World Health Organization (WHO) yaitu seperlima dari jumlah anak atau 20 persen (Depkes, RI, 2017).

Laporan World Health Organization menyebutkan terdapat 7,8 juta dari 23 juta balita di Indonesia mengalami stunting atau sekitar 35.6%. Dari angka tersebut sebanyak 18,5% balita dikategorikan sangat pendek dan 17,1% lainnya dikategorikan pendek. World Health Organization juga melaporkan bahwa Indonesia juga termasuk dalam negara yang ditetapkan bermasalah dengan gizi buruk atau malnutrisi, dimana Indonesia berada pada peringkat 87 dari 157 negara, terutama untuk kasus IDM yang memicu masalah terjadinya stunting (Unicef, 2018).

Kasus malnutrisi dan stunting di Kota Pariaman dilaporkan terdapat 12.03% atau 806 orang balita mengalami malnutrisi dan gejala stunting. Diperkirakan dari empat kecamatan di Kota Padang Pariaman didapatkan kasus malnutrisi yaitu di Kecamatan Pariaman Timur sebanyak 117 balita (1.78%), Pariaman Tengah sebanyak 415 balita (6,33%), Pariaman Selatan sebanyak 95 balita (1.45%), dan Pariaman Utara sebanyak 179 balita (2.73%) (Dinkes Pariaman, 2018).

Penelitian tentang kebijakan gizi dan pencegahan malnutrisi dan stunting di Kabupaten Padang Pariaman melaporkan bahwa diketahui enam indikator kebijakan gizi dalam mengatasi malnutrisi dan stunting oleh Pemerintah Daerah Kota Pariaman. Keenam indikator ini sudah dijalankan cukup baik, tetapi masih perlu peningkatan untuk indikator-indikator yang belum tercapai. Hasil ini didukung dengan hasil penskoran yang dilakukan, dimana indikator yang berjalan cukup baik saat ini adalah promosi MP-ASI, kondisi program gizi dalam kebijakan daerah, prioritas program gizi dalam perencanaan daerah, kerjasama multisektor, target program gizi, dan survei gizi nasional. Sedangkan indikator dengan skor rendah adalah indikator anggaran, cakupan vitamin A, cakupan akses air bersih, cakupan kunjungan ibu hamil dan regulasi kesehatan (Syafriana, Masrul, & Firdawati, 2019).

Penelitian tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian malnutrisi dan stunting pada anak usia 24-59 bulan di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kecamatan Padang Timur Kota Padang melaporkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat asupan gizi dan energi, dimana rerata durasi sakit, berat badan lahir, tingkat pendidikan ibu, dan tingkat pendapatan keluarga berpengaruh terhadap kejadian stunting. Faktor tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu memiliki hubungan paling dominan dibanding faktor asupan protein, rerata frekuensi sakit, status pemberian ASI eksklusif, dan status kelengkapan imunisasi dasar. Untuk mengatasi masalah ini kepada praktisi kesehatan di tingkat kecamatan hendaknya berpartisipasi aktif melakukan penyuluhan dan pendampingan gizi balita dan ibu menyusui dalam upaya meningkatkan

pengetahuan ibu tentang cara mencegah malnutrisi dan gejala stunting pada balita sejak dini (Setiawan, Machmud, & Masrul, 2018).

Kegiatan riset partisipatif ini dirancang untuk memberikan penyuluhan dan pendampingan gizi balita kepada masyarakat nagari binaan di desa Taratak Kota Pariaman agar membiasakan diri hidup sehat dengan mengatur pola makan, terutama untuk balita harus memperhatikan kebutuhan gizi sesuai masa pertumbuhan dan perkembangan mereka. Melalui program ini juga dibentuk komunitas gizi balita dan ibu menyusui yang nantinya disiapkan menjadi kader komunitas gizi sehat di tingkat kecamatan Kota Pariaman. Kegiatan ini merupakan tindak lanjut dari kegiatan penyuluhan dan pendampingan pola makanan sehat dan gizi seimbang yang diberikan kepada balita dan ibu menyusui untuk mencegah terjadinya malnutrisi dan gejala stunting di Desa Taratak. Program penyuluhan merupakan program edukasi yang diberikan kepada masyarakat terkait pemilihan menu makanan dan pengaturan pola makan balita dan ibu menyusui yang memenuhi anjuran kesehatan agar terpenuhinya kebutuhan standar gizi balita di masa pertumbuhan dan perkembangannya serta kebutuhan gizi ibu menyusui agar ibu tetap sehat selama masa menyusui bayi mereka.

Masalah yang dihadapi nagari binaan desa Taratak saat ini adalah masih rendahnya pengetahuan dan kesadaran gizi balita masyarakat dalam pengelolaan gizi dan pengaturan pola makan keluarga terutama pemenuhan gizi balita dan ibu menyusui. Untuk mengatasi masalah tersebut, melalui program pengabdian kepada masyarakat dilaksanakanlah Program Riset Komunitas yang bertujuan membangun komunitas sadar gizi balita dan ibu menyusui di desa Taratak Kota Pariaman. Selain itu program ini juga ingin meningkatkan standar gizi balita dan ibu menyusui dalam upaya mencegah terjadinya kasus malnutrisi dan gejala stunting sejak dini, dimana seperti dilaporkan kasus malnutrisi dan stunting di Kota Pariaman tergolong tinggi sejak tahun 2018 hingga sekarang dan hingga saat ini masih menjadi perhatian khusus pemerintah daerah (Dinkes Pariaman, 2018).

Edukasi Program ini disesuaikan dengan dua sektor komunitas yang ada yaitu komunitas gizi balita sehat dan komunitas gizi ibu menyusui. Rumusan Permasalahan dalam kegiatan *Participatory action research* ini adalah: 1) Bagaimana membangun komunitas gizi balita sehat dengan menyiapkan pengkaderan sebagai pelaksana program penyuluhan dan pendampingan masyarakat tentang kebutuhan gizi balita dan upaya mencegah malnutrisi dan stunting pada balita, 2) Bagaimana efektivitas program terhadap peningkatan pengetahuan gizi ibu menyusui dan ibu balita dan 3) Bagaimana keterampilan ibu balita mengolah pangan lokal menjadi Makanan Pendamping ASI yang memenuhi standar gizi balita dan ibu menyusui sehingga terhindar dari kasus malnutrisi dan gejala stunting dini di nagari binaan desa Taratak Kota Pariaman.

Metode

Pendekatan penelitian ini adalah *Participatory Action Research*. Metode kerja yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian campuran atau *mixed method design*. Pendekatan ini dipandang sesuai karena untuk mengkaji permasalahan dan memperoleh makna yang lebih mendalam dari kegiatan riset yang telah dilaksanakan di lapangan. Metode penelitian *participatory action research* berbasis masyarakat ini akan menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata atau pandangan dari orang-orang dan perilaku masyarakat yang dapat diamati dan diukur menggunakan angket (Chevalier & Buckles, 2019).

Penelitian partisipatif ini lebih pada kegiatan penyuluhan dan pendampingan yang diamati dari proses kegiatan lapangan yang dilakukan oleh Dosen dan Mahasiswa Program Studi Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sumatera Barat berkerjasama dengan Dinas Kesehatan Kota Pariaman dalam hal ini Puskesmas Pariaman Tengah dan Posyandu Desa Taratak. Bimbingan penyuluhan dan Pendampingan gizi balita dan ibu menyusui dilaksanakan bekerjasama dengan stakeholder kesehatan setempat seperti Puskesmas Pariaman Tengah, Posyandu Desa Taratak, Akademisi STIKes Sumbar dan masyarakat binaan. Kegiatan utama yang dilakukan dalam program *participatory action research* ini adalah memberikan penyuluhan kepada masyarakat desa binaan berupa penyampaian informasi tentang kebutuhan gizi balita dan ibu menyusui serta memberikan pendampingan dan pelatihan mengolah bahan pangan lokal menjadi makanan pendamping ASI bergizi tinggi. Pelatihan mengolah bahan pangan lokal menjadi makanan pendamping ASI bergizi tinggi ini diselenggarakan STIKes Sumbar bersama Posyandu Desa, sedangkan untuk kegiatan penyuluhan sadar gizi balita dan ibu menyusui dilakukan STIKes Sumbar bekerjasama dengan komunitas gizi di Wilayah Kerja Puskemas Pariaman Tengah.

Kelompok sasaran kegiatan *participatory action research* ini adalah masyarakat binaan di desa Taratak Kecamatan Pariaman Tengah Kota Pariaman. Kegiatan dilaksanakan di bawah koordinasi Program Studi Kebidanan STIKes Sumbar dengan memberikan pendampingan kepada kader-kader Posyandu dan PKK desa binaan setempat untuk bersedia menjadi relawan yang ditugaskan sebagai *volunteer* kegiatan penyuluhan dan pendampingan gizi balita dan ibu menyusui selanjutnya dalam rangka membangun keberlanjutan program pencegahan malnutrisi dan gejala stunting pada masyarakat nagari binaan sejak dini. Setting kegiatan dibagi menjadi empat tahap. *Tahap Pertama*, yaitu tahap Penetapan Tujuan dan Sasaran Program, melakukan negosiasi dengan tokoh masyarakat, Kerapatan Adat Nagari, Dinas Kesehatan tingkat kecamatan dan kota serta Aparatur Pemerintahan dalam hal ini Pemerintah Daerah Kota Pariaman bersama jajarannya untuk melaksanakan kegiatan ini dan sekaligus menyusun teknis pelaksanaan *participatory action research* dengan membentuk *Steering Commite* kegiatan dan kepanitiaan pelaksana kegiatan (Jack Brown MUA, Barry Carroll, & MSES, 2016).

Sasaran utama kegiatan adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang gizi balita dan ibu menyusui yang masih rendah pada masyarakat binaan di desa Taratak. Oleh karena itu, kegiatan ini lebih kepada memberikan penyuluhan gizi balita dan ibu menyusui sekaligus memberikan pendampingan kepada mereka berupa keterampilan mengolah bahan pangan lokal menjadi makanan bergizi tinggi yang baik untuk tumbuh kembang balita dan kesehatan ibu menyusui. Secara garis besar kegiatan diawali dengan merumuskan jadwal program sesuai dengan konteks situasi dan kondisi lapangan serta mengidentifikasi bentuk penyuluhan dan pendampingan yang diperlukan masyarakat binaan.

Tahap Kedua kegiatan adalah lebih pada tahap perencanaan, dimana pada tahap ini dirumuskan rencana kegiatan yang akan dilakukan dimulai dengan mempersiapkan kader penyuluh dan Pembina gizi balita dan ibu menyusui di nagari binaan. Penyuluhan dan pendampingan diberikan dalam bentuk pelatihan intensif kepada kader Posyandu dan PKK sebagai relawan yang disiapkan untuk mendampingi kegiatan penyuluhan gizi balita dan ibu menyusui dalam upaya mencegah kasus malnutrisi dan gejala stunting dini di desa binaan. Tahap Ketiga adalah pengumpulan data dan informasi terkait kegiatan pelatihan kader desa binaan yang dilaksanakan selama 3 hari. Pengumpulan data dalam *participatory action research* ini meliputi survei dan FGD

untuk memperoleh informasi penting sebagai bahan evaluasi untuk perbaikan-perbaikan (*action*) yang dirasa perlu penajaman pada tahap kegiatan penyuluhan, pendampingan dan pelatihan yang akan diberikan pada kegiatan berikutnya.

Tahap Keempat adalah penarikan kesimpulan dan evaluasi terhadap temuan-temuan yang diperoleh di lapangan, meliputi kegiatan negosiasi, mobilisasi pengetahuan kepada masyarakat dan evaluasi kemajuan program sekaligus melakukan perbaikan teknis kegiatan bila perlu, terkait dengan informasi lapangan yang diperoleh dari Tim pelaksana di lapangan, kemudian melakukan FGD kedua untuk memperoleh respon dan tindak lanjut yang diinginkan masyarakat terhadap hasil kegiatan berikutnya dalam menyiapkan program penyuluhan dan pendampingan gizi balita dan ibu menyusui yang berkelanjutan bagi masyarakat desa binaan ke depannya. Dengan cara ini diharapkan akan memberikan dampak positif bagi menurunnya kasus malnutrisi dan gejala stunting dini di desa binaan.

Adapun Instrumen yang digunakan dalam kegiatan *participatory action research* ini adalah 1) tim peneliti, 2) Lembar observasi, 3) pedoman wawancara dan FGD 4) angket, 5) dokumentasi dan 6) catatan lapangan. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan mengamati perilaku partisipan dan mewawancarai mereka tentang pola makan balita dan pengetahuan gizi balita dan ibu menyusui. Kemudian untuk mengetahui tingkat pengetahuan partisipan tentang gizi balita dan ibu menyusui dikumpulkan menggunakan angket yang diukur menggunakan skala likert 5 point, observasi lapangan, dan pedoman penilaian kemajuan pengetahuan gizi balita dan pengetahuan gizi ibu menyusui dalam mengatur pola makan balita dan pemenuhan gizi mereka yang diukur dengan melakukan uji perbandingan antara tingkat pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi balita dan ibu menyusui antara sebelum dan sesudah dilakukannya program penyuluhan dan pendampingan gizi komunitas ini. Dengan cara ini dapat diketahui apakah kegiatan ini berhasil membangun komunitas sadar gizi balita dan ibu menyusui atau tidak. Indikator ini dilihat dari keberhasilan program memberikan dampak positif bagi meningkatnya kesadaran gizi masyarakat desa binaan, terutama ibu-ibu menyusui dan ibu-ibu yang mempunyai balita.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah: *Pertama*, analisa data menggunakan statistik “*sebaran frekuensi*” yang dipakai untuk menganalisis hasil survei awal, yaitu analisis situasi masyarakat akan kebutuhan penyuluhan dan pendampingan gizi balita dan ibu menyusui serta sebaran frekuensi pengetahuan masyarakat setelah mengikuti kegiatan pelatihan. *Kedua*, analisa kualitatif dipakai untuk menganalisis hasil pengamatan perilaku gizi masyarakat, pola makan dan kebutuhan gizi balita dan ibunya. Analisis ini dilakukan dengan cara membandingkan perilaku hidup sehat partisipan antara sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan *participatory action research*, sekaligus membandingkan antara kegiatan-kegiatan yang bisa dilakukan (*das sein*) dengan target yang seharusnya dicapai (*das solen*). *Ketiga*, Analisa data menggunakan teknik kuantitatif untuk mengetahui uji perbedaan respon masyarakat sasaran yang dihitung dari perbandingan pengetahuan gizi balita dan ibu menyusui di tingkat masyarakat desa binaan antara sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan *participatory action research* yang diperoleh sebagai data *pre-test* dan *post-test*. Uji perbedaan antara data *pre-test* dan *post-test* dianalisis bersama-sama menggunakan kaidah dan rumusan statistik uji independent t-test.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan *participatory action research* ini difokuskan pada masyarakat desa Taratak kecamatan Pariaman Tengah Kota Pariaman yang sudah menjadi nagari binaan STIKes Sumbar. Pelatihan menyiapkan tenaga sukarelawan yang bersedia ditempatkan menjadi tenaga penyuluh dan pendamping yang akan mendampingi masyarakat dalam kegiatan Program Sadar Gizi Balita dan Ibu Menyusui di desa binaan. Penyuluhan gizi balita dan ibu menyusui ini disampaikan dalam bentuk pendampingan kepada ibu maternal tentang kebutuhan gizi balita dan ibu menyusui serta pengetahuan dan keterampilan tentang caramengolah pangan lokal menjadi makanan pendamping ASI bergizi tinggi dan mengatur pola makan balita dan ibu menyusui secara terpenuhi sesuai dengan pemenuhan kecukupan gizi seimbang baik bagi balita maupun bagi ibu menyusui. Kegiatan penyuluhan dan pendampingan diberikan secara rutin setiap minggu selama enam minggu dalam rangka mempercepat realisasi masyarakat hidup sehat dan menurunkan kasus malnutrisi dan gejala stunting dini di desa Taratak Kecamatan Pariaman Tengah Kota Pariaman.

Sebelum pendampingan dan penyuluhan gizibalita dan ibu menyusui diberikan, terlebih dahulu partisipan diberikan pre-test untuk menguji sejauh mana pengetahuan partisipan tentang kebutuhan gizi balita berdasarkan penambahan usia dan kebutuhan gizi ibu menyusui selama menyusui balita mereka. Setelah Pre-test dilakukan, baru kegiatan minggu pertama hingga minggu keenam dilakukan. Kegiatan minggu pertama dilaksanakan dari tanggal 8 Agustus sampai dengan 28 September 2019. Kegiatan ini dilaksanakan dari pukul 08.00 wib sampai dengan pukul 15.30 yang diikuti oleh 55peserta ibu menyusui dan ibu balita. Kegiatan dilakukan di Unit Kegiatan Posyandu dan PKK Desa Taratak Kota Pariaman. Pada minggu pertama ini, kegiatan Penguatan dan pengayaan materi penyuluhan dan pendampingan gizi balita dan ibu menyusui dilaksanakan selama tiga jam, dimana semua peserta diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan yang dijawab langsung oleh Praktisi dan Akademisi Kesehatan selaku Pendamping kegiatan *participatory action research* ini, baik dari Praktisi Kesehatan Puskesmas Pariaman Tengah maupun dari Akademisi dosen dan mahasiswa kebidanan STIKes Sumbar.

Pertanyaan yang muncul dari peserta adalah tentang kebutuhan gizi balita, kebutuhan gizi ibu menyusui, pengelolaan MP-ASI dan bagaimana cara menentukan gizi seimbang dalam menyiapkan menu makanan keluarga, terutama mengatur pola makan sehat bagi anggota keluarga, mulai dari balita, ibu hamil, dan ibu menyusui. Semua pertanyaan tersebut dapat dijawab dengan baik oleh pemberi materi dari akademis STIKes Sumbar dan Praktisi Kesehatan Puskemas Pariaman Tengah. Kegiatan dilanjutkan dengan program pendampingan gizi pada ibu menyusui dan ibu yang mempunyai balita tentang pengetahuan kebutuhan gizi balita dan ibu menyusui. Materi ini diberikan dari pukul 14.00 wib sampai dengan jam 16.30 wib. Materi ini berisikan tentang kebutuhan gizi balita selama masa tumbuh kembang dan kebutuhan gizi ibu menyusui selama masa menyusui agar bayi terhindar dari malnutrisi dan gejala stunting dini.

Pada minggu kedua penyuluhan yang diberikan kepada masyarakat adalah tentang permasalahan kesehatan balita, gizi balita, kebutuhan gizi ibu menyusui dan penyuluhan tentang mengatur pola makan balita, ibu menyusui dan pengaturan pola makan keluarga sehat agar terhindar dari malnutrisi dan stunting. Materi ini disampaikan oleh Gusmadewi, Amd.Keb Mkes dan Rahmatul Ulya M.Keb. Kegiatan minggu ketiga dan keempat berisikan materi penyuluhan tentang mengatur kebutuhan gizi balita sesuai dengan usia balita serta merancang pola makan yang sesuai dengan kesediaan bahan pangan lokal yang ada. Minggu kelima dan keenam kegiatan penyuluhan

lebih difokuskan pada pendampingan mengolah bahan makanan lokal menjadi makanan bergizi tinggi seperti pengolahan jagung menjadi bubur jagung, ubi ungu menjadi bubur ubi ungu, bayam, wortel, talas, pisang, pepaya menjadi bubur bayam, wortel, talas dan bubur pisang dan papaya serta bubur balita dari pengolahan berbagai buah-buahan lainnya yang dapat diolah menjadi makanan balita dan Makanan Pendamping ASI yang bergizi atau MP-ASI.

Setelah kegiatan penyuluhan dan pendampingan gizi balita dan ibu menyusui dilaksanakan selama 6 minggu, maka di akhir kegiatan peneliti kembali mengukur pemahaman partisipan tentang kebutuhan gizi balita dan ibu menyusui dalam komunitas mereka dan pengetahuan mencegah terjadinya malnutrisi dan gejala stunting. Tahap uji ini yang digunakan adalah perbandingan uji *pre-test* dan *post-test*. Terhadap investasi modal manusia bidang pendidikan. Untuk mengukur keberhasilan program ini, peneliti kemudian membandingkan hasil pre test dengan post test partisipan antara sebelum dan sesudah mengikuti program. Hasil perbandingan ini diukur menggunakan uji independent t-test yang hasilnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Data	t- hitung	Sig	Df	Keputusan
Perbandingan Pre- Test and Post-Test	7.54 5	0.01 8	108	0.018 < 0,05 Berbeda Signifikan

Tabel 1. Perbandingan Pengetahuan Gizi Sebelum dan Sesudah Kegiatan

Setelah dilakukan analisis data menggunakan SPSS 19.0 menunjukkan bahwa taraf signifikansi yang diperoleh $0,018 < 0,05$, yang artinya terdapat perbedaan pengetahuan awal partisipan tentang gizi balita dan ibu menyusui antara sebelum dan sesudah kegiatan pendampingan dan penyuluhan gizi diberikan pada komunitas desa binaan. Kegiatan ini terbukti mampu meningkatkan pengetahuan ibu-ibu menyusui dan ibu-ibu yang mempunyai balita tentang kebutuhan gizi balita, ibu menyusui dan pencegahan malnutrisi dan gejala stunting dini bagi balita.

Hasil perbandingan pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi balita dan ibu menyusui pada masyarakat binaan menunjukkan adanya pengaruh signifikan bimbingan dan penyuluhan gizi balita dan ibu menyusui terhadap meningkatnya pengetahuan gizi dan pencegahan malnutrisi serta gejala stunting sejak dini di desa Taratak Kecamatan Pariaman Tengah Kota Pariaman. Seperti yang terlihat pada tabel diatas menunjukkan bahwa kegiatan ini telah berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang kebutuhan gizi balita, ibu menyusui dan pencegahan malnutrisi dan gejala stunting bagi tumbuh kembang balita sejak dini. Selain itu juga terjadi peningkatan kesehatan gizi balita dan ibu menyusui antara sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan pendampingan pengolahan bahan pangan lokal menjadi menu makanan bergizi tinggi untuk balita dan ibu menyusui.

Kegiatan ini dipandang sangat strategis karena mampu memfasilitasi masyarakat desa binaan untuk meningkatkan Pengetahuan dan Kesadaran gizi balita dan ibu menyusui dalam komunitas masyarakat sadar gizi serta pengetahuan tentang upaya mencegah malnutrisi dan gejala stunting pada balita sejak dini melalui program penguatan gizi balita dan ibu menyusui, karena salah satu faktor penyebab malnutrisi dan gejala stunting dini adalah masalah kekurangan gizi pada balita dan ibu menyusui. Selain meningkatkan pengetahuan tentang gizi dan penguatan gizi balita dan ibu menyusui, kegiatan ini juga memberikan keterampilan dalam bidang kuliner, terutama mengolah

bahan pangan lokal menjadi berbagai menu sehat dan bergizi untuk balita dan ibu menyusui. Terkait dengan pengolahan bahan pangan lokal menjadi menu makanan keluarga bergizi seimbang membutuhkan keterampilan dan pengetahuan kuliner yang baik dalam menyiapkan MP-ASI yang kaya akan gizi dan pengaturan pola makan dengan gizi seimbang. Kegiatan pengolahan MP-ASI yang diberikan adalah mengolah buah jagung menjadi bubur jagung, ubi ungu menjadi bubur ubi, bayam, wortel dan beras merah menjadi bubur sayur, talas, pisang, pepaya dan berbagai buah-buahan lainnya diolah menjadi bubur bayi.

Kegiatan ini dapat dilakukan bersama pemerintah daerah, puskesmas, posyandu, PKK, akademisi dan praktisi kesehatan daerah dalam upaya menyukseskan program Percepatan Kesehatan Masyarakat dan Balita melalui program sadar gizi balita dan ibu menyusui yang diharapkan dapat menurunkan kasus malnutrisi dan gejala stunting dini. Pada kegiatan ini penyuluhan dan pendampingan gizi balita dan ibu menyusui diberikan kepada ibu-ibu menyusui dan ibu-ibu yang mempunyai balita di Desa Binaan STIKes Sumbar yaitu desa Taratak. Pengolahan data akhir hasil kegiatan ini dianalisis menggunakan program SPSS. Mengingat keterbatasan dana dan waktu pelaksanaannya, maka kegiatan riset partisipatif ini hanya dilakukan selama 2 bulan. Dari hasil kegiatan penyuluhan dan pendampingan gizi balita dan ibu menyusui ini telah berhasil memberikan kontribusi peningkatan pengetahuan ibu tentang gizi balita dan ibu menyusui yang secara tidak langsung dapat mempercepat realisasi hidup sehat terutama balita dan ibu menyusui di lingkungan masyarakat desa binaan. Ini terbukti dengan meningkatkan tingkat kesadaran gizi ibu-ibu menyusui dan ibu-ibu yang mempunyai balita dari sebelum mengikuti program dengan setelah mengikuti program.

Melalui kegiatan penyuluhan dan pendampingan gizi balita dan ibu menyusui, kegiatan ini menunjukkan hasil peningkatan pengetahuan ibu tentang gizi balita dan gizi ibu menyusui dimana seluruh partisipan dapat memahami dengan baik kebutuhan gizi balita mereka sesuai dengan pertambahan usia dan kebutuhan gizi ibu selama menyusui balita. Keputusan hasil penelitian ini menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan gizi ibu tentang kebutuhan gizi balita, ibu menyusui, pencegahan malnutrisi dan gejala stunting dini serta keterampilan mengolah bahan pangan lokal menjadi MP-ASI yang bergizi tinggi. Peningkatan ini dibuktikan dengan perbedaan signifikan kemampuan partisipan antara sebelum dan sesudah mengikuti program dengan nilai signifikan 0.018.

Dampak positif kegiatan pelatihan mengolah bahan pangan lokal menjadi menu makanan bergizi tinggi bagi balita dan ibu menyusui di desa binaan menunjukkan adanya kenaikan kemampuan pemahaman peserta tentang gizi balita dan ibu menyusui, pencegahan malnutrisi, gejala stunting dini serta kemampuan pengolahan makanan yang benar tanpa merusak gizi yang terkandung dalam bahan makanan tersebut. Dengan adanya dampak positif ini, tindak lanjut kegiatan sangat diperlukan untuk terus meningkatkan kesadaran gizi balita dan ibu menyusui di masyarakat desa binaan. Oleh karena itu, disarankan demi keberlanjutan program ke depannya agar lebih efektif dan *sustainable*, maka diperlukan kegiatan penyuluhan dan pendampingan gizi kepada masyarakat binaan ini secara terus menerus. Semakin sering kegiatan penyuluhan dan pendampingan gizi dilakukan pada subjek yang sama, maka akan semakin besar peluang keberhasilannya. Lebih-lebih jika penyuluhan dan pendampingan gizi dalam program komunitas sadar gizi ini didukung oleh pemerintah daerah secara intensif dan berkesinambungan hingga tercapainya percepatan realisasi

masyarakat hidup sehat tahun 2020 di desa Taratak Kecamatan Pariaman Tengah Kota Pariaman dengan maksimal.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah didapatkan bahwa pelaksanaan kegiatan *participatory action research* membangun komunitas sadar gizi balita dan ibu menyusui terbukti berhasil memberikan dampak positif bagi peningkatan pengetahuan ibu-ibu menyusui dan ibu-ibu yang mempunyai balita tentang kebutuhan gizi seimbang baik bagi balita dan ibunya termasuk keterampilan mengolah bahan pangan lokal menjadi makanan bergizi serta pengetahuan ibu untuk mencegah terjadinya malnutrisi dan gejala stunting. Keberhasilan kegiatan ini telah mampu mempercepat realisasi masyarakat hidup sehat secara signifikan di desa Taratak Kecamatan Pariaman Tengah Kota Pariaman. Diharapkan kepada praktisi kesehatan daerah seperti Puskesmas dan Posyandu untuk terus mendukung kegiatan penyuluhan dan pendampingan gizi balita dan ibu menyusui ini dalam upaya meningkatkan indeks kesehatan masyarakat dan mencegah malnutrisi dan gejala *stunting* pada balita sejak dini.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih yang sebesar-besarnya kami persembahkan kepada LPPM STIKes Sumbar yang telah mendukung kegiatan Pengabdian Masyarakat Berbasis Riset ini, terutama kepada Gusmadewi, Amd Keb, M.Kes SKM, Rahmatul Ulya, M.Keb dan Reflianto M.Pd yang telah banyak memberikan masukan dalam penyusunan paper ini.

Referensi

- Chevalier, J. M., & Buckles, D. J. (2019). *Participatory action research: Theory and methods for engaged inquiry*. Routledge
- Creswell W, J. (2014). *Research Design, Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). SAGE Publication, Inc.
- Depkes, RI. (2017). Inilah Capaian Kinerja Kemenkes RI Tahun 2015-2017. Depkes RI.
- Jack Brown MUA, R. S., Barry Carroll, M. P. S., & MSES, T. B. (2016). A community-based participatory research approach to identifying environmental concerns. *Journal of Environmental Health*, 79(5), 14.
- Pariaman, Dinas. Kesehatan. (2018). Profil Kesehatan Kota Pariaman.
- Setiawan, E., Machmud, R., & Masrul, M. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kecamatan Padang Timur Kota Padang Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(2), 275–284.
- Syafrina, M., Masrul, M., & Firdawati, F. (2019). Analisis Komitmen Pemerintah Kabupaten Padang Pariaman dalam Mengatasi Masalah Stunting Berdasarkan Nutrition Commitment Index 2018. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(2), 233–244.
- Unicef. (2018). Levels and trends in child malnutrition. eSocial Sciences