



Pelatihan dan Pendampingan Kader Dalam Asupan Vitamin E, Zinc, Fe dan Asam Folat Pada Masa Pertumbuhan

Sri Wahyuningsih¹, Tiwuk Susantiningsih¹, Rukman Abdullah², Fachruddin Perdana², Mila Citrawati^{1*}

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta

²Fakultas Kedokteran, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

*e-mail: milacitrawati@upnvj.ac.id

Nomor Handphone *corresponding author* : 0812 8299 0515

Riwayat Artikel:

Diterima pada 04 Januari 2024

Revisi pada 09 Januari 2024

Disetujui pada 11 Januari 2024

Kata Kunci:

asupan zat gizi,
pertumbuhan,
stunting

Keywords:

nutritional intake,
growth,
stunting

Abstrak

Stunting merupakan bentuk kegagalan tumbuh kembang yang menyebabkan gangguan pertumbuhan linear pada balita akibat dari akumulasi ketidak cukupan nutrisi yang berlangsung lama, mulai dari masa kehamilan sampai usia 24 bulan. Propinsi Banten menduduki peringkat kelima angka stunting terbanyak di Indonesia, yaitu 294.862 balita pada tahun 2021. Asupan energi dan zat gizi yang tidak memadai, antara lain vitamin E, Zinc, Fe dan Asam Folat merupakan faktor yang berperan terhadap masalah pertumbuhan. Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan penyuluhan kesehatan tentang pentingnya pemenuhan zat gizi dalam upaya menunjang pertumbuhan anak dan pencegahan stunting. Metode kegiatan yang dilakukan pada pengabdian kepada masyarakat ini adalah penyuluhan dengan menggunakan metode ceramah dengan menggunakan media slide power point yang berisi penjelasan mengenai pentingnya asupan vitamin E, Zinc, Fe dan Asam Folat pada balita. Kesimpulan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah ibu-ibu kader yang mengikuti penyuluhan menjadi paham tentang pentingnya pemenuhan zat gizi untuk pertumbuhan anak yang dapat dilihat dari peningkatan nilai posttest.

Abstract

Stunting is a form of growth and development failure that causes linear growth disorders in toddlers due to the accumulation of nutritional deficiencies that last for a long time, starting from pregnancy until the age of 24 months. Banten Province is ranked fifth in terms of stunting rates in Indonesia, namely 294,862 children under five in 2021. Inadequate energy and nutritional intake, including vitamin E, Zinc, Fe and Folic Acid, are factors that contribute to growth problems. This service aims to provide health education about the importance of fulfilling nutritional needs in an effort to support children's growth and prevent stunting. The activity method carried out in this community service is outreach using the lecture method using power point slides which contain an explanation of the importance of intake of vitamin E, Zinc, Fe and Folic Acid for toddlers. The conclusion of this community service is that the cadre mothers who took part in the counseling came to understand the importance of fulfilling nutrients for children's growth, which can be seen from the increase in posttest scores.

1. PENDAHULUAN

Akumulasi ketidak cukupan asupan zat gizi yang berlangsung lama, mulai dari masa janin sampai usia anak 24 bulan dapat mengakibatkan kondisi yang dikenal sebagai stunting, kegagalan tumbuh kembang yang menyebabkan gangguan pertumbuhan linear pada balita. Stunting dapat menyebabkan rendahnya fungsi kognitif dan fungsi

psikologis pada masa sekolah atau bahkan meningkatkan morbiditas dan mortalitas balita. Asupan energi dan zat gizi yang tidak memadai adalah salah satu faktor yang sangat berperan terhadap masalah stunting (Masan, 2021).

Vitamin E, Zinc, Fe dan Asam Folat merupakan faktor yang berperan terhadap masalah pertumbuhan. Untuk itu perlu asupan vitamin E, zinc, Fe dan asam folat. Vitamin E berguna untuk menebalkan dinding rahim, zinc untuk

menjaga siklus ovulasi, zat besi untuk mencegah anemia sehingga anak yang dilahirkan berat badannya normal, dan asam folat untuk pembentukan otak dan syaraf penyusunnya pada janin.

Ibu hamil mempunyai risiko mengalami anemia yang dapat mempengaruhi pertumbuhan janinnya, begitu pula pada anak apabila mengalami anemia defisiensi zat gizi dapat mengganggu pertumbuhannya. Faktor yang menyebabkan tingginya angka kejadian anemia di antaranya rendahnya asupan Fe dan zat gizi lainnya misalnya asam folat, zinc dan vitamin E (Julaecha, 2020).

Ada beberapa penelitian sebelumnya tentang hubungan berbagai asupan mikronutrien seperti Fe, zinc, tembaga, asam folat, vitamin E, B6, B12, C, dan A terhadap kadar haemoglobin (Sahana, 2015).

Tahun 2014 angka stunting di Indonesia sebesar 37 persen dan di 2022 angkanya sudah turun menjadi 21,6 persen. Target pemerintah Indonesia pada tahun 2024 turun sampai ke angka 14 persen (BKPB, 2022). Berdasarkan data Studi Status Gizi Indonesia (SSGI), pada tahun 2021 prevalensi stunting di Banten sebesar 24,5 persen. Kemudian di tahun 2022 prevalensi stunting turun menjadi 20 persen (Kemenko PMK, 2023).

Intervensi gizi spesifik, gizi sensitif dan enabling-environment adalah merupakan strategi nasional percepatan pencegahan stunting. Intervensi gizi spesifik menyumbang sebesar 30% dalam menurunkan kasus stunting. Intervensi ini ditujukan kepada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), lewat penguatan peran kader Posyandu (BPPN, 2018; Kusumawati, 2015).

Penggerak utama dalam pelaksanaan kegiatan posyandu adalah kader, yang memiliki peranan yang sangat penting. Kader dituntut untuk aktif dalam kegiatan promotif dan preventif, dan menjadi motivator. Kader bertanggung jawab dalam pelaksanaan program posyandu, antara lain mendeteksi dini status gizi bayi atau balita. Hal ini secara langsung akan mempengaruhi tingkat keberhasilan program posyandu khususnya dalam memantau tumbuh kembang balita. Kader berperan dalam tumbuh kembang anak, sebab melalui kader ibu mendapatkan informasi kesehatan (Sengkey, 2016). Kader Posyandu Desa Sindangsari Pabuaran Serang Banten adalah kader yang telah bertugas 1-5 tahun sebagai kader tetapi masih jarang mendapatkan penyuluhan dan pelatihan mengenai stunting.

Pada kegiatan Program Kemitraan Bersama Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional (FK UPN) Veteran Jakarta bekerjasama dengan Fakultas Kedokteran Universitas Ageng Tirtayasa (UNTIRTA) Serang Banten tahun 2022 dengan tema Pelatihan dan pendampingan Pola Konsumsi, Pengasuhan Bayi dan Higienitas Pribadi dan Lingkungan melalui Penguatan Peran Kader Posyandu dalam Pencegahan Stunting di Desa Sindangsari Pabuaran Serang Banten didapatkan data bahwa sebelum dilakukan penyuluhan, tingkat pengetahuan dan ketrampilan kader mengenai penanganan stunting masih rendah. Adanya 7 balita stunting di Desa Sindangsari, Tim Pengabdian Kepada Masyarakat FK UPN Veteran Jakarta melanjutkan kembali kerjasama dengan FK UNTIRTA pada tahun 2023, yaitu

salah satu kegiatannya adalah peningkatan pengetahuan dan pendampingan ketrampilan kader posyandu tentang peran vitamin E, zinc, Fe dan asam folat pada pertumbuhan janin dan anak.

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini melibatkan tim dosen FK UPNVJ, tim dosen FK UNTIRTA, kepala Puskesmas Pabuaran Serang Banten, para kader Posyandu Desa Sindangsari Pabuaran Serang Banten, serta melibatkan mahasiswa FK UPN Veteran Jakarta dan mahasiswa FK UNTIRTA Serang Banten.

2. METODE

Metode kegiatan meliputi persiapan dan pelaksanaan kegiatan. Persiapan dilakukan dengan berkoordinasi dengan kader terlebih dahulu melalui puskesmas, dibuat kesepakatan jadwal pelaksanaan program pengabdian kepada Masyarakat di Banten. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di Balai Desa, meliputi pretest, presentasi penyuluhan, post test, pendampingan penggunaan buku modul peran zat gizi pada pertumbuhan janin dan anak. Sebelum kegiatan berlangsung, dilakukan pemberian pre test pada para kader tentang peran vitamin E, zinc, Fe, dan asam folat. Setelah dilakukan pretest dilanjutkan dengan presentasi penyuluhan. Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan media power point dengan topik peran zat gizi vitamin E, Fe, zinc dan asam folat pada pertumbuhan janin dan anak. Selain penyuluhan juga dilakukan pelatihan dan pendampingan penggunaan buku modul peran zat gizi pada pertumbuhan janin dan anak. Setelah dilakukan presentasi dan tanya jawab diakhiri dengan dilakukan posttest. Pretest dan posttest dinilai setelah posttest selesai dan diumumkan audience yang memperoleh nilai sempurna.



Gambar 1. dokumentasi kegiatan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan dan pelatihan diberikan kepada kader dan kader baru Posyandu Desa Sindangsari selaku kelompok mitra khususnya kader dan ibu yang memiliki bayi dan balita didampingi oleh tokoh masyarakat Desa Sindangsari Serang Banten dan petugas kesehatan Puskesmas Pabuaran. Masyarakat dilibatkan secara aktif dalam kegiatan ini sehingga pengetahuan dan keterampilan para kader dan ibu di Posyandu meningkat, sehingga dapat mendukung keberhasilan program.

Audience terlihat antusias mengikuti acara dibuktikan dengan banyaknya pertanyaan yang ditujukan kepada penyuluh. Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat yang telah dilakukan memberi peningkatan pengetahuan. Hal ini dibuktikan dengan nilai pre-test dibandingkan dengan nilai post-test. Ada 2 audience yang mendapat nilai sempurna (100). Peningkatan nilai tertinggi sebesar 57, 14 poin, tetapi ada audience yang tidak terjadi peningkatan sebanyak 5 orang. Penilaian dibandingkan antara pre test dan posttest, seperti terlihat di dalam Tabel 1 dibawah ini.

Tabel 1. Nilai pre-test dan post-test

	Pretest	Posttest
Mean	33.51648	55.49451
Median	28.57143	57.14286
Modus	42.85714	71.42857

Melihat hasil pre-test dan post-test tersebut di atas meskipun telah terjadi peningkatan pengetahuan peserta tetapi masih belum mencapai nilai yang diharapkan, bahwa pengetahuan peserta dalam kategori baik adalah 75%, sehingga diharapkan setelah kegiatan ini tetap dilakukan keberlanjutan program penyuluhan. Hal ini disesuaikan dengan tingkat pendidikan kader yang mayoritas tingkat pendidikan menengah sehingga perlu keberlanjutan pemberian penyuluhan dan juga program pendampingan lokus stunting sehingga di masa yang akan datang angka stunting akan turun terus.

4. KESIMPULAN

Setelah dilakukan penyuluhan dengan materi peran vitamin E, Fe, zinc dan asam folat untuk pertumbuhan janin dan anak, serta pendampingan penggunaan buku modul peran zat gizi pada pertumbuhan, didapatkan peningkatan pengetahuan dan ketrampilan pada kader. Namun demikian diperlukan komitmen yang kuat untuk para kader tersebut melanjutkan berbagi pengetahuan dan ketrampilan tentang peran zat gizi pada pertumbuhan kepada masyarakat terutama pada ibu hamil dan ibu yang memiliki anak balita.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada LPPM UPN Veteran Jakarta dan Tim Mitra FK UNTIRTA Serang Banten.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. Jakarta. 2023.
- Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. Pedoman Perencanaan Program Sadar Gizi dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). Jakarta. 2018.
- Julaechea, J. (2020). Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(2), 109–112 Kemenko PMK, 2023.
- Kementerian Kesehatan RI. Pedoman Perencanaan Program Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan. Jakarta. 2018
- Kusumawati E., Rahardjo S., Sari HP. Model of stunting risk factor control among children under three years old. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*. Vol 9 No 3. 2015
- Masan, L. (2021). Penyuluhan Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 58–62. <https://doi.org/10.25008/altifani.v1i1.121>
- Risikesdas. *Riset Kesehatan Dasar*. 2018
- Sahana ON, Sumarmi S. Hubungan asupan mikronutrien dengan kadar hemoglobin pada wanita usia subur (Wus). *Media Gizi Indones [Internet]*. 2015;10(2):184–91. Available from: <http://dx.doi.org/10.20473/mgi.v10i2.184-191>
- Sengkey, Sriyatty W. (2016). Analisis Kinerja Kader Posyandu di Puskesmas Paniki Kota Manado. *JIKMU Vol. 5, No. 2b*.