

# EFEKTIFITAS PELATIHAN KONSELING DAN PENYUSUNAN MENU MP-ASI TERHADAP KETERAMPILAN KADER DALAM MENDAMPINGI IBU

Andri Dwi Hernawan, Marlenywati, Abduh Ridha

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pontianak, Jl. Jend. A. Yani No.111, Pontianak  
*e-mail* : andri2hernawan@yahoo.com

**Abstract : Effectiveness of Training Counseling and Preparation Menu MP-ASI Against Cadre In Mentoring Skills Mother.** The aim of this research is to obtain information the effectiveness of counseling training and training for the menus breast milk given to Posyandu cadre to cadre skills in providing assistance to mothers with toddlers decreased body weight. This study uses a quasi-experimental design one group pre and post test design. The total sample of 43 cadres Posyandu. Effectiveness was assessed by comparing the pre-test to post-test are given using the t test dependent t-test. The results showed that there were significant differences in the level of knowledge about balanced nutrition before training to do after training (p value = 0.001). Obtained significant differences between the Posyandu cadre counseling skills prior to training after training performed (p value = 0.001).

**Abstrak : Efektifitas Pelatihan Konseling Dan Penyusunan Menu MP-ASI Terhadap Keterampilan Kader Dalam Mendampingi Ibu.** Tujuan penelitian yaitu untuk mendapatkan informasi efektifitas pelatihan konseling dan pelatihan penyusunan menu MP-ASI yang diberikan kepada kader posyandu terhadap keterampilan kader dalam memberikan pendampingan ibu dengan berat badan balita menurun. Penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment one group pre and post test design*. Jumlah sampel sebanyak 43 kader posyandu. Efektifitas dinilai dengan membandingkan hasil pre-test dengan post-test yang diberikan menggunakan uji t dependent t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan tingkat pengetahuan tentang gizi seimbang sebelum dilakukan pelatihan dengan sesudah dilakukan pelatihan (p value = 0,001). Diperoleh perbedaan signifikan keterampilan konseling kader posyandu antara sebelum dilakukan pelatihan dengan sesudah dilakukan pelatihan (p value = 0,001).

**Kata kunci :** pelatihan menu MP-ASI, konseling

Gizi kurang merupakan salah satu masalah gizi utama di Indonesia yang perlu ditanggulangi. Kekurangan gizi merupakan salah satu penyebab tingginya angka kematian pada bayi dan anak, serta dapat menurunkan mutu kehidupan, terganggunya pertumbuhan, menurunkan daya kerja dan gangguan perkembangan mental anak. Prevalensi gizi kurang banyak terdapat pada anak-anak di bawah umur 5 tahun (Balita).

Masalah gizi kurang dapat disebabkan berbagai hal, baik faktor penyebab langsung maupun tidak langsung. Faktor penyebab langsung timbulnya masalah gizi kurang pada balita adalah konsumsi yang tidak mencukupi kebutuhannya serta adanya penyakit infeksi dan parasit (Depkes RI, 1997). Penyebab utama gizi kurang pada anak balita oleh karena konsumsi yang tidak mencukupi kebutuhannya disebabkan oleh beberapa hal diantaranya adalah pemahaman ibu tentang menu makanan gizi seimbang dan budaya masyarakat berkaitan dengan pemberian

makanan terutama pada masa balita. Beberapa masyarakat masih mempercayai bahwa pada usia balita anak tidak diperbolehkan makan makanan tertentu terutama pada usia pemberian ASI (usia dua tahun). Telur, ikan, kacang-kacangan terkadang dipercaya akan memberikan efek yang tidak bagus untuk pertumbuhan dan perkembangan anak (Ginting, 1997).

Permasalahan gizi kurang sebenarnya dapat dikurangi jika dilakukan upaya sejak dini dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang jenis dan manfaat zat-zat yang terkandung dalam tiap makanan, terutama dimasa pemberian ASI. Selain itu dengan upaya pendidikan kesehatan pandangan dan budaya masyarakat tentang pantang makan tertentu pada masa pemberian ASI dapat dihilangkan (Jusat, 1992).

Sebagai ujung tombak dalam memberikan pendidikan kesehatan tentang jenis dan manfaat makanan pendamping ASI yang tepat adalah posyandu. Posyandu sebagai pusat pemberdayaan masyarakat dap-

at dimanfaatkan untuk memberikan informasi dan pemantauan terhadap tumbuh kembang bayi dan balita. Sebagai wadah pemberdayaan masyarakat di bidang kesehatan posyandu membutuhkan kader kesehatan yang berasal dari masyarakat, oleh masyarakat, dan untuk masyarakat.

Peran kader posyandu sebagai kunci keberhasilan kegiatan posyandu, namun ada beberapa kendala yang selama ini membuat kinerja kader posyandu tidak maksimal. Kendala yang paling sering dihadapi adalah kemampuan kader dalam mentransfer informasi kesehatan kepada ibu-ibu peserta posyandu, dan juga kendala yang berkaitan dengan pemahaman tentang jenis dan manfaat makanan yang baik untuk pendamping ASI.

Rendahnya kemampuan kader dalam mentransfer informasi kesehatan dan menyusun menu makanan pendamping ASI tidak lepas dari minimnya pelatihan yang diberikan oleh puskesmas sebagai pembina posyandu. Semestinya kader posyandu secara rutin perlu dilakukan pelatihan konseling untuk meningkatkan kualitas kader dalam mentransfer informasi kesehatan kepada ibu-ibu, dan juga pelatihan tentang penyusunan menu makanan pendamping ASI. Dengan memberikan bekal kepada kader untuk memiliki kemampuan konseling dan menyusun menu makanan pendamping ASI diharapkan dapat menjadi ujung tombak untuk menyampaikan kepada masyarakat tentang jenis, manfaat dan menu yang tepat untuk balita.

Kabupaten Sambas merupakan salah satu kabupaten di Kalimantan Barat yang pada tahun 2012 menjadi kabupaten dengan angka gizi buruk menduduki peringkat pertama di Kalimantan Barat. Permasalahan gizi buruk tidak lepas dari masalah kurang gizi yang terjadi pada masa pemberian ASI (makanan pendamping ASI). Rendahnya pengetahuan masyarakat tentang jenis dan manfaat makanan dan zat-zat yang terkandung dalam setiap jenis makanan memberikan sumbangsih terhadap perilaku ibu-ibu dalam memberikan makanan kepada balitanya. Selain itu faktor budaya masyarakat yang masih kuat mempengaruhi segi-segi kehidupan juga memberikan peran dalam meningkatkan permasalahan gizi di Kabupaten Sambas. Sebagian masyarakat masih mempercayai bahwa makanan-makanan tertentu tidak diperbolehkan diberikan kepada balita karena dapat memberikan efek yang tidak baik. Misalnya telur yang dapat menyebabkan bisul, ikan yang dapat menyebabkan korengan, dan kacang-kacangan yang dapat menyebabkan masuk angin. Sementara makanan-makanan tersebut mengandung zat-zat gizi yang sangat berguna bagi pertumbuhan dan perkembangan anak.

Berdasarkan paparan diatas, dapat diketahui bahwa kader perlu diberi bekal kompetensi yang lebih baik lagi terutama dalam hal memberikan in-

formasi tentang jenis dan manfaat zat-zat gizi yang baik untuk perkembangan anak balita dan kompetensi dalam membuat menu gizi seimbang untuk makanan pendamping ASI. Karena sebagai ujung tombak pemberdayaan masyarakat kader posyandu merupakan unsur sukarela tenaga kesehatan yang berhubungan langsung dengan masyarakat, sehingga melalui mereka informasi kesehatan akan mudah tersampaikan dan karena kader posyandu berasal dari masyarakat setempat maka dapat memberikan peran yang lebih maksimal dalam melakukan pendekatan kepada ibu yang memiliki balita sehingga harapannya permasalahan gizi kurang dapat teratasi melalui pemberdayaan masyarakat.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuasi eksperimen dengan desain *one group pre and post-test design*. Pengukuran dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum dilakukan pelatihan (*pre tes*) dan setelah dilakukan pelatihan (*post tes*). Sampel diambil dari jumlah peserta pelatihan sebanyak 43 orang kader posyandu yang berasal dari wilayah binaan Puskesmas Tebas dan Puskesmas Pemangkat. Analisa data menggunakan uji *paired t test*, dengan variabel yang diteliti adalah pengetahuan dan keterampilan kader posyandu.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Rerata umur responden adalah 47 tahun dengan rentang umur 24 – 59 tahun. Tingkat pendidikan paling banyak SMP (40%) dengan sebagian besar pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (36%).

Tingkat pengetahuan responden berdasarkan hasil pengujian beda sebelum pelatihan (*pretest*) dan sesudah pelatihan (*posttest*) dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 1**  
Hasil Uji Beda Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi

Skor pengetahuan	Rerata	Uji Yang Digunakan	P value	Simpulan
<i>Pre test</i>	5,19	<i>Paired t test</i>	0,001	Ada Perbedaan Signifikan
<i>Post test</i>	8,82			

Hasil uji statistik dengan uji *paired t test* diperoleh nilai ( $p\text{ value} = 0,001$ ) artinya secara statistik ada perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang gizi sebelum dilakukan pelatihan dengan sesudah dilakukan pelatihan.

Terjadi peningkatan yang cukup besar antara skor sebelum pelatihan 5,19 menjadi skor setelah pelatihan sebesar 8,82 dengan presentase besar kenaikan sebanyak 30,63%. Dengan peningkatan terbesar pada pertanyaan tentang jenis makanan yang memenuhi gizi seimbang sebanyak 40,2%.

Sejalan dengan pendapat Notoatmodjo (2003) bahwa pendidikan kesehatan seperti halnya pelatihan dalam jangka pendek dapat menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan individu. Peningkatan pengetahuan juga disebabkan kemampuan individu dalam menerima informasi. Hal ini salah satunya dipengaruhi oleh faktor usia, semakin berkembang usia semakin besar daya tangkap informasi dan pola pikirnya. Sehingga pengetahuan semakin membaik, rerata usia responden sebesar 47 tahun termasuk kategori usia dewasa.

Dalam penelitian ini metode pelatihan yang diberikan dengan menggunakan metode ceramah. Notoatmodjo (2003) berpendapat bahwa metode ceramah sangat baik digunakan untuk sasaran peserta dengan pendidikan tinggi dan rendah. Paling banyak peserta pelatihan berpendidikan SMP (40%).

Notoatmodjo (2007) juga berpendapat bahwa metode ceramah baik digunakan dengan jumlah peserta lebih dari 15 orang, jumlah kader yang mengikuti pelatihan sebanyak 23 orang di puskesmas Tebas dan 20 orang di puskesmas Pemangkat. Peningkatan pengetahuan ditunjang dengan adanya media pendukung ceramah yang menarik dengan menggunakan bantuan penyampaian materi menggunakan media visual bergambar.

Keterampilan kader daalam melakukan konseling berdasarkan pengujian beda antara skor keterampilan sebelum dengan skor keterampilan sesudah dilakukan pelatihan didapatkan sebagaimana tabel berikut.

**Tabel 2**  
**Hasil Uji Beda Tingkat Keterampilan Kader**  
**Dalam Melakukan Konseling**

Skor Keterampilan	Rerata	Uji Yang Digunakan	P value	Simpulan
Pre test	3,12	Paired	0,001	Ada
Post test	7,02	t test		Perbedaan Signifikan

Hasil uji statistik dengan menggunakan *paired t test* diperoleh *p value* sebesar 0,001 (*p value* > 0,05) sehingga disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan keterampilan kader dalam melakukan konseling antara sebelum dengan sesudah dilakukan pelatihan.

Seperti halnya yang dikutip dalam penelitian Kusumawati (2008) bahwa terdapat perbedaan keterampilan pada kader posyandu tentang DBD di Keca-

matan Surakarta setelah pelatihan dan terjadi peningkatan skor.

Terjadi peningkatan keterampilan sebelum pelatihan dengan rerata sebesar 3,12, sesudah pelatihan dengan rerata menjadi 7,02 dengan peningkatan sebesar 41%. Peningkatan kemampuan paling besar adalah pada keterampilan cara kader menggali masalah penurunan berat badan pada balita sebesar 30%.

Sejalan dengan Notoatmodjo (2003) bahwa respon yang paling kuat adalah sesaat setelah menerima stimulus dalam hal ini adalah pelatihan. Teknik bermain peran melalui studi kasus yang dipakai dalam pelatihan ini ternyata cukup efektif memberikan stimulus bagi kader untuk memahami materi yang diberikan sehingga memberikan peluang kader lebih terampil dalam melakukan konseling.

Rahfiludin (2004) berpendapat bahwa peningkatan keterampilan dikarenakan partisipasi secara aktif peserta pelatihan dengan melakukan praktek, secara psikologis dengan melakukan orang menjadi tidak mudah lupa dan belajar dan memperbaiki kesalahannya. Materi akan lebih mudah melekat dalam dirinya dan dapat tergugah untuk menyenangi suatu objek dan akan memberikan motivasi untuk menyenangi lebih lanjut.

Menurut Sugiarto (2011) keterampilan yang dilakukan secara berulang akan menjadi refleks baru yang tidak mudah menghilang. Keterampilan juga dapat diperoleh dari pengalaman sehari-hari dengan rerata umur responden 47 tahun (tergolong usia dewasa) maka pengalaman hidup yang sudah dilalui cukup banyak menjadi modal untuk meningkatkan kemampuan.

## SIMPULAN

Berdasarkan penelitian tentang Efektifitas Pelatihan Konseling Dan Penyusunan Menu MP-ASI Terhadap Keterampilan Kader Dalam Pendampingan Ibu, diperoleh simpulan sebagai berikut: Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan tingkat pengetahuan kader posyandu tentang gizi seimbang antara sebelum dilakukan pelatihan dengan sesudah dilakukan pelatihan; Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara keterampilan kader posyandu dalam melakukan konseling antara sebelum dan sesudah dilakukan pelatihan; Metode pelatihan ini cukup efektif digunakan sebagai salah satu metode memberikan kemampuan kader posyandu dalam melakukan pendampingan pada ibu dengan berat badan balita yang mengalami penurunan.

## DAFTAR RUJUKAN

- Depkes RI. Pedoman Penanggulangan Kekurangan Energi Protein (KEP) dan Petunjuk Pelaksanaan PMT pada Anak Balita. Depkes RI, Jakarta, 1997
- Ginting, M. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Balita pada Empat Desa Tertinggal & Tidak Tertinggal di Kabupaten Pontianak, Propinsi Kalimantan Barat, Tahun 1995. Tesis Program Pascasarjana. Program Studi IKM Universitas Indonesia, Jakarta, 1997
- Jus'at, I. Faktor-faktor yang Berkaitan dengan Gangguan Pertumbuhan Anak Balita. *Gizi Indonesia*, 1992; 17 (112): 34-39
- Notoatmodjo. S. 2003. *Ilmu Kesehatan Masyarakat (Prinsip-prinsip dasar)*. Rineka Cipta. Jakarta
- Notoatmodjo. S. 2007. *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Rineka Cipta. Jakarta
- Rafludin. M.Zen, Cahya.T.P, Tinuk I. 2004. Pengaruh pelatihan sadar makanan ikan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, praktik, dan asupan gizi ibu dan anak balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*. Vol. 1 No. 2 th.2004
- Sugiarto. I. 2011. *Mengoptimalkan daya Kerja Otak*. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta