

***EMPLOYMENT HOUSEHOLD MOTHER MANAGEMENT IN GUIDING  
NUTRITION FOR BABY UNDER FIVE YEARS AND CHILDREN  
IN BUKIT AGUNG VILLAGE, KERINCI KANAN  
DISTRICTS, SIAK REGENCY<sup>1</sup>***

Latifa Siswati\*<sup>1</sup>, M.Rizal<sup>1</sup>, Ambar Tri Ratnaningsih<sup>1</sup>, Riski Novera Yenita<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Pertanian Universitas Lancang Kuning, <sup>2</sup>STIKES Al Insyrah, Pekanbaru  
e-Mail \*: latifasiswati123@gmail.com

***Abstract***

*Households play an important role in regulating family health by regulating the nutrition intake of toddlers and children. Sources of food available in the yard can be used to be a healthy and nutritious food by processing these ingredients properly. It needs to empower housewives in managing nutrition and toddlers by utilizing food sources in the vicinity. The purpose of dedication is 1) Empowerment of housewife in regulating child and child nutrition, 2) Increasing knowledge and skill of housewife in processing food that exist in home yard into healthy and nutritious food. The activity was held in Bukit Agung Village, Kerinci Kanan District, Siak Regency, Riau Province. The method used is counseling and training. The technique of selecting the participants is done by purposive sampling, ie farmers who use their home yard for medicinal plants, food crops, horticulture, fish and others that can potentially meet family needs. The results of this activity indicate that after counseling there is increasing knowledge of housewife about nutritious food source for toddler and child equal to 20,83% and nutritional benefit for growth and development of child equal to 25%. Once given training housewives can take advantage of available food sources in the yard of his house into a variety of healthy and nutritious foods such as pudding and meatballs*

***Keywords:*** Empowerment, housewife, health, nutrition.

---

<sup>1</sup> Dipresentasikan pada Konferensi Nasional PkM-CSR, Lombok, 23-25 Oktober 2018

## **PENYULUHAN PEMBERDAYAN IBU RUMAH TANGGA DALAM MENGATUR GIZI BALITA DAN ANAK DI DESA BUKIT AGUNG KECAMATAN KERINCI KANAN KABUPATEN SIAK**

Latifa Siswati\*<sup>1</sup>, M.Rizal<sup>1</sup>, Ambar Tri Ratnaningsih<sup>1</sup>, Riski Novera Yenita<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Pertanian Universitas Lancang Kuning, <sup>2</sup>STIKES Al Insyrah, Pekanbaru  
e-Mail \*: latifasiswati123@gmail.com

### **Abstrak**

Ibu rumah tangga memegang peran penting dalam mengatur kesehatan keluarga dengan mengatur asupan gizi balita dan anak. Sumber pangan yang tersedia di pekarangan rumah dapat dimanfaatkan menjadi makanan yang sehat dan bergizi dengan mengolah bahan makan tersebut dengan baik. Perlu adanya pemberdayaan ibu rumah tangga dalam mengatur gizi dan balita dengan memanfaatkan sumber pangan di sekitarnya. Tujuan pengabdian adalah 1) Pemberdayaan ibu rumah tangga dalam mengatur gizi balita dan anak, 2) Meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu rumah tangga dalam mengolah bahan pangan yang ada di pekarangan rumah menjadi makanan yang sehat dan bergizi. Kegiatan dilaksanakan di Desa Bukit Agung Kecamatan Kerinci Kanan Kabupaten Siak Provinsi Riau. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dan pelatihan. Teknik pemilihan peserta dilakukan secara purposive sampling yaitu petani yang memanfaatkan pekarangan rumahnya untuk tanaman obat, tanaman pangan, hortikultura, ikan dan lainnya yang berpotensi dapat memenuhi kebutuhan keluarga. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa setelah penyuluhan ada peningkatan pengetahuan ibu rumah tangga tentang sumber pangan yang bergizi bagi balita dan anak sebesar 20,83% dan manfaat gizi bagi tumbuh dan kembang anak sebesar 25%. Setelah diberi pelatihan ibu rumah tangga dapat memanfaatkan sumber pangan yang tersedia di pekarangan rumahnya menjadi aneka makanan yang sehat dan bergizi seperti puding dan bakso.

**Kata Kunci:** Pemberdayaan, ibu rumah tangga, kesehatan, gizi.

### **PENDAHULUAN**

PT. Inti Indosawit Subur merupakan salah satu perusahaan swasta di Propinsi Riau yang bergerak dibidang perkebunan kelapa Sawit. Program CSR (*Corporate Social Responsibility*) merupakan salah satu bentuk pertanggungjawaban perusahaan terhadap lingkungan sekitarnya melalui program-program sosial terutama bidang pendidikan, perekonomian, kesehatan dan lingkungan. Salah satu program CSR yang sangat penting adalah peningkatan kesehatan masyarakat. Tingkat kesehatan akan mempengaruhi daya tahan fisik, daya pikir dan prakasa dalam masyarakat, oleh karena itu kesehatan dalam keluarga menjadi tolak ukur kesehatan ditingkat masyarakat.

Kesehatan merupakan kebutuhan keluarga yang tidak boleh terabaikan karena tanpa kesehatan segala sesuatu tidak berarti dan dengan kesehatanlah seluruh kekuatan sumber daya dan dana keluarga habis. Menurut Mubarok (2007) peran keluarga adalah mampu mengenal masalah kesehatan, mampu membuat keputusan tindakan, mampu melakukan perawatan pada anggota keluarga yang sakit, mampu memodifikasi lingkungan rumah, dan mampu memanfaatkan pelayanan kesehatan yang ada.

Masalah kesehatan keluarga sangat berhubungan erat dengan asupan gizi yang dikonsumsi oleh keluarga. Masalah gizi kurang, banyak dialami oleh balita yang merupakan generasi penerus yang

disebabkan oleh faktor ibu yang semasa hamil kurang energy dan gizi makro sehingga melahirkan bayi yang tidak sehat. Salah satu masalah kesehatan anak yang cukup penting adalah *stunting* (tubuh pendek) yaitu keadaan tubuh yang pendek atau sangat pendek di bawah median panjang berdasarkan tinggi badan menurut usia. *Stunting* menggambarkan suatu keadaan malnutrisi yang kronis dan anak memerlukan waktu untuk berkembang serta pulih kembali menuju keadaan tinggi badan anak yang normal menurut usianya (Gibney *et al.*, 2009). Menurut Muljati *et al.* (2011) menyatakan prevalensi *shunting* pada balita di Indonesia sebesar 36,6%.

Menurut Litman (1974) menyatakan kesehatan keluarga dan tindakan penanggulangan banyak ditentukan oleh ibu yaitu 67%, sedangkan ayah hanya 15,7%. Salah satu peran ibu dalam kesehatan adalah mengatur asupan gizi keluarga. Banyak ibu rumah tangga belum memahami peranan yang sangat penting ini sehingga perlu kegiatan pemberdayaan ibu rumah tangga dalam mengatur gizi balita dan anak. Ibu rumah tangga mengatur makanan yang dikonsumsi oleh keluarga mulai dari pemilihan bahan pangan nabati dan hewani yang akan berdampak pada kesehatan keluarga.

Perguruan tinggi sebagai insititusi pendidikan memiliki tanggung jawab moril dalam menyelesaikan masalah yang ada di masyarakat dengan melakukan transfer teknologi dan ilmu pengetahuan kepada masyarakat. Salah satu solusi yang ditawarkan kepada masyarakat adalah pemberdayaan ibu rumah tangga dalam mengatur gizi balita dan anak. Pemberdayaan adalah suatu proses yang terdiri atas tiga tahap yaitu tahap penyadaran, pengkapasitasan dan pendayaan (Randy R Wrihatniko dan R Nugroho Dwodjowinto (2007). Ketiga tahap pemberdayaan tersebut dilakukan dengan cara penyuluhan dan pelatihan serta pendampingan.

Kegiatan transfer pengetahuan dan teknologi dilakukan di Desa Bukit Agung, Kabupaten Siak, Provinsi Riau. Kegiatan yang dilakukan adalah meningkatkan pengetahuan ibu rumah tangga tentang pentingnya peran ibu dalam mengatur gizi keluarga melalui penyuluhan gizi dan memberi ketrampilan dalam mengolah sumber pangan yang tersedia di pekarangan rumah menjadi makanan yang sehat dan bergizi. Penyuluhan gizi merupakan salah satu upaya pendekatan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan sehingga menghasilkan perubahan perilaku yang baik. Dengan adanya penyuluhan gizi diharapkan ibu rumah tangga mengerti dan memahami serta mampu melaksanakan apa yang dinasehatkan sehingga mampu mengasuh dan merawat balita dan anak gizi kurang menjadi lebih baik (Depkes, 2007).

Tujuan kegiatan adalah 1) Pemberdayaan ibu rumah tangga dalam mengatur gizi balita dan anak, 2) Meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu rumah tangga dalam mengolah bahan pangan yang ada di pekarangan rumah menjadi makanan yang sehat dan bergizi.

## **METODE**

Kegiatan ini dilakukan di wilayah kerja CSR PT. Inti Indosawit Subur yaitu Desa Bukit Agung Kecamatan Kerinci Kanan Kabupaten Siak Provinsi Riau pada bulan Februari sampai Juli 2018. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dan pelatihan. Peserta yaitu petani yang memanfaatkan pekarangan rumahnya untuk tanaman obat, tanaman pangan, hortikultura, ikan dan lainnya yang berpotensi dapat memenuhi kebutuhan keluarga.

Sebelum kegiatan dilakukan terlebih dahulu dilakukan survey pendahuluan untuk mengetahui Ibu rumah tangga yang memanfaatkan pekarangan rumah untuk memenuhi kebutuhan keluarga. Setelah peserta dipilih dilakukan kegiatan penyuluhan dalam bentuk ceramah dan demonstrasi tentang

pentingnya peran ibu dalam mengatur gizi balita dan anak serta pelatihan mengolah beberapa bahan pangan menjadi makanan yang sehat dan bergizi.

## HASIL DAN PEMBAHASAAN

### Penyuluhan Tentang Gizi untuk Anak dan Balita

Pada umumnya lahan pekarangan di Indonesia belum dimanfaatkan secara maksimal (Refliaty dan Endriani, 2016). Masyarakat di Desa Bukit Agung sebagian besar telah memanfaatkan pekarangan rumahnya dengan menanam tanaman obat, tanaman pangan, hortukultura, ternak dan budidaya ikan. Hasil dari pekarangan rumah tersebut belum optimal dimanfaatkan oleh ibu rumah tangga dalam meningkatkan gizi keluarga karena banyak hasil pekarangan tersebut tidak dimanfaatkan dan menjadi sampah. Ibu rumah tangga merupakan tulang punggung keluarga dalam penyediaan pangan keluarga dan memegang peran aktif yang besar dalam pemanfaatan pekarangan, dengan pengetahuan dan ketrampilan yang dimilikinya dapat mengatur kebutuhan pangan dan gizi di keluarga (Suadi *et al*, 2013).

Peserta dalam kegiatan ini sebanyak 20 orang. Untuk meningkatkan kesadaran ibu rumah tangga dalam meningkatkan gizi anak dan balita maka dilakukan penyuluhan. Karena penyuluhan adalah proses pembelajaran bagi pelaku utama serta pelaku usaha agar mau dan mampu menolong dan mengorganisaikan dalam mengakses informasi-informasi pasar, teknologi, permodalan dan sumber daya lainnya sebagai upaya untuk meningkatkan produktivitas, efisiensi usaha, pendapatan dan kesejahteraan serta meningkatkan kesadaran dalam pelestarian fungsi lingkungan hidup (Undang-undang No.16 tahun 2006). Penyuluhan bertujuan untuk mengubah perilaku sumberdaya anggota kelompok ke arah yang lebih baik (Pembudy,1999). Disamping itu kegiatan penyuluhan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan peserta karena pengetahuan yang tidak memadai dan praktik yang tidak tepat merupakan hambatan signifikan terhadap gizi (Unicef, 2012).

Materi yang diberikan dalam penyuluhan adalah gizi balita dan anak, sumber karbohidrat, sumber protein, mineral, pentingnya pemberian bubur pada balita, manfaat tahu dan tempe dalam pertumbuhan anak. Kegiatan penyuluhan disambut antusias oleh ibu rumah tangga, kondisi ini dapat diketahui dari diskusi antara peserta dengan tim penyuluhan. Suasana penyuluhan dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Tim sedang memberi penyuluhan gizi

Untuk mengetahui tingkat keberhasilan penyuluhan maka sebelum dan sesudah penyuluhan diberikan kuisioner untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu rumah tangga tentang gizi balita dan anak. Keberhasilan penyuluhan kepada ibu rumah tangga tentang gizi bayi dan keluarga dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Pengetahuan peserta sebelum diberi penyuluhan dan pelatihan

No	Materi	Pengetahuan Peserta sebelum penyuluhan (%)	Pengetahuan setelah penyuluhan (%)	Peningkatan pengetahuan (%)
1	Mengetahui Gizi balita dan anak	75	100	25
2	Sumber protein	80	100	20
3	Sumber karbohidrat	85	100	15
4	Sumber mineral	80	100	20
5	Pemberian sayuran untuk anak	80	100	20
6	Memberikan bubur kacang hijau	60	100	40
7	Memberikan tahu dan tempe	90	100	10

Sumber; olahan data 2018

Berdasarkan hasil kuisioner diketahui tingkat keberhasilan penyuluhan tentang gizi balita dan anak. Peningkatan tertinggi pengetahuan peserta setelah dilakukan penyuluhan adalah pentingnya pemberian makanan tambahan berupa bubur kacang hijau sebesar 40%. Hal ini terjadi karena pada umumnya ibu rumah tangga merasa pemberian kacang hijau hanya sebagai tambahan makanan saja padahal merupakan sumber protein yang mudah didapat dan murah. Peningkatan pengetahuan peserta terhadap pemberian tahu dan tempe paling rendah yaitu 10%, kondisi ini dimungkinkan ibu rumah tangga sudah biasa mengkonsumsi tahu dan tempe sebagai menu makanan untuk balita dan anak.

Kegiatan penyuluhan kepada ibu rumah tangga untuk meningkatkan pengetahuan peserta tentang gizi balita dan anak cukup efektif karena terjadi peningkatan pengetahuan peserta sebesar 21,42%. Peserta pada umumnya sudah memiliki pengetahuan dasar tentang gizi balita dan anak walaupun belum optimal. Dengan penyuluhan diharapkan ibu rumah tangga dapat meningkatkan kesehatan keluarga dengan memanfaatkan sumber pangan yang tersedia di sekitar dan di pekarangan rumah seperti sumber protein yaitu ikan, ayam, tahu, tempe dan sumber karbohidrat yaitu singkong, ubi jalar, labu, kentang. Ibu rumah tangga berperan penting dalam mengatur menu di keluarga sehingga berpengaruh terhadap kesehatan keluarga. Perempuan memiliki peran penting dalam mengatur kesehatan dan peningkatan perekonomian keluarga (Siswati *et al.*, 2017).

### **Pelatihan Mengolah Bahan Makanan yang Sehat dan Bergizi**

Gizi sangat diperlukan untuk kebutuhan pertumbuhan balita dan anak yang akan mempengaruhi kecerdasan, penambahan berat badan, pertumbuhan tinggi badan. terutama untuk pertumbuhan balita dan anak. Kegiatan pelatihan pengolahan bahan makanan menjadi makanan yang sehat dan bergizi diikuti oleh 20 peserta. Suasana kegiatan pelatihan dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Contoh makanan untuk balita dan anak yang sehat dan bergizi

Tim melatih peserta membuat makanan dari bahan pangan yang berada di sekitar dan pekarangan rumah seperti ayam, ikan, kentang, wortel, buncis, labu, kacang hijau, tahu dan tempe. Bahan pangan tersebut diolah menjadi menu makanan yang disukai oleh balita dan anak seperti sup ayam, bakso tahu bersisi sayuran dan pudding serta bubur kacang hijau. Pudding dibuat dengan olahan agar dan labu dengan cita rasa yang lezat dan disukai anak-anak. Disamping itu peserta diberi pelatihan membuat bubur kacang hijau dengan menambahkan susu sapi yang dipelihara oleh peserta sehingga dihasilkan bubur yang bergizi. Adanya menu makanan yang sehat dan bergizi akan mencegah kekurangan gizi pada masa balita manusia. Asupan gizi kurang pada umur 0-2 tahun akan mempengaruhi kecerdasan otak, menghambat pertumbuhan fisik dan sistem kekebalan tubuh kurang sempurna (Susanty, 2017).

## **SIMPULAN DAN IMPLIKASI**

Kegiatan Penyuluhan telah meningkatkan pengetahuan ibu rumah tangga tentang gizi balita dan anak sebesar 21,24%. Pada umumnya ibu rumah tangga telah memiliki pengetahuan dasar tentang gizi balita dan anak tetapi belum menerapkan pengetahuan tersebut kepada keluarga. Pelatihan pemanfaatan sumber pangan di sekitar dan pekarangan rumah telah meningkatkan kemampuan ibu rumah tangga dalam mengolah sumber pangan menjadi makanan yang sehat dan bergizi sehingga dapat meningkatkan kesehatan keluarga

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kemenristek Dikti yang telah mendanai kegiatan Program Kemitraan Wilayah (PKW-CSR). Penulis mengucapkan terimakasih kepada PT. Inti Indosawit Subur, kelompok tani sebagai mitra dalam kegiatan ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Lancang Kuning dan STIKES Al Insyirah Pekanbaru yang membantu dan memfasilitasi program kemitraan wilayah ini.

## DAFTAR REFERENSI

- Badan Penelitian, Pengembangan Kesehatan (Balitbangkes) Depkes RI. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2007. Jakarta: Balitbangkes Depkes RI. 2008
- Gibney, M.J., et al. 2009. Gizi Kesehatan Masyarakat. Jakarta: EGC.
- Litman. 1974. Konsep keluarga. (<http:kulimijit.blogspot.com/diktat-akper-konsep-keluarga.htm.by.aziz>). (Diakses 25 Juli 2018)
- Muljati, S., A.Triwinarto, B. Budiman. 2011. Determinan Stunting pada Anak Usia 2-3 Tahun di Tingkat Provinsi. PGM 34(1): 50-62.
- Pambudy, R. 1999. Perilaku Wirausaha Peternak dan Penyuluhan dalam Sistem Agribisnis Peternakan Ayam. Disertasi. Program Pascasarjana Institut Pertanian Bogor.
- Reflity dan Endriani. 2016. Pemberdayaan Masyarakat dalam Upaya Peningkatan Pangan dan Gizi Keluarga Melalui Rumah Hijau di Kecamatan Sungai Gelam Kabupaten Muaro Jambi. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. Vol. 31. N0 1 Januari-Maret 2016.
- Siswati.L., M.Rizal, A.T.Ratnaningsih, R.N.Yenita. 2017 Pemberdayaan Perempuan dalam Mengatur Kesehatan dan Peningkatan Perekonomian Keluarga. Jurnal Sinergitas PkM & CSR. Vol.2. No.1. Oktober 2017. Hal 43-50.
- Susanti. S. 2017. Penyuluhan Gizi dan Pemberdayaan Ekonomi Perempuan Kelurahan Sindng BarangBogor. Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Madani (JPMM). Vo.1 No.1 Juli 2017
- Suaedi, Nurhilal, I.Musindar. 2013. Peran Wanita Tani dalam Pemanfaatan Lahan Pekarangan untuk Tanaman Pangan. Jurnal Perbal Fakultas Pertanian Universitas Cokroaminoto Palopo. Vol 2. No.3 Oktober 2013.
- Sri Muljati, Agus Triwinarto, Basuki Budiman. 2011. "Determinants of Stunting in Children 2-3 Years of Age At Province Level." *Pgm* 34(1):50-62.
- UNICEF Indonesia. 2012. "Gizi Ibu & Anak", *Unicef Indonesia Ringkasan Kajian*.
- Undang-undang No.16 tahun 2006 tentang Sistem Penyuluhan Pertanian, Perikanan dan Kehutanan