

Pemberdayaan Mitra Binaan Dalam Peningkatan Gizi Ibu Dan Anak Melalui Edukasi, Intervensi, Dan Monitoring Berbasis Komunitas di Rumah Baca Tanjung Pasir Kota Tarakan

Idha Farahdiba¹, Gusriani¹, Nurul Hidayatun Jalilah^{1*}, Yetti Maretha Undaryanti¹, Doris Noviani¹, Ratnanengsih¹, Nurrahmi Umami¹, Teresia Suminta RS¹, Fitriyanti¹

¹Jurusan Kebidanan, Universitas Borneo Tarakan

* Penulis korespondensi. E-mail: nurulhamzar240987@gmail.com

Diterima: November 2025; Disetujui: Desember 2025

INFO ARTIKEL

Keywords:

Ibu hamil
Balita
Gizi Seimbang
Remaja
Pernikahan Dini

ABSTRAK

Salah satu penyebab gizi buruk dan stunting yakni perilaku dan praktek orang tua dalam pemberian makanan bayi dan anak yang kurang baik, serta pernikahan dini yang masih tinggi. Adapun tujuan kegiatan tersebut untuk memberikan edukasi kepada ibu balita dalam memberikan makanan balita dengan giziseimbang dan memperkenalkan menu gizi sebangsesuai dengan umur balita, dan edukasi risiko pernikahan dini terhadap gizi anak. Pengabdian masyarakat dilaksanakan di Rumah Baca Tanjung Pasir Kota Tarakan selama 2 minggu. Metode yang digunakan yaitu Pengkajian, Pelaksanaan pengabdian berupa Edukasi Kesehatan berupa penyuluhan Gizi seimbang bagi balita dan Risiko pernikahan Dini bagi kesehatan, serta pemberian makanan berbasis kearifan Lokal. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan adanya peningkatan Pengetahuan ibu dari rerata 66,66 menjadi 70,88, Peningkatan pengetahuan Remaja dan ibu dengan rerata 49,33 menjadi 78,33, dan kepuasan peserta terhadap kegiatan ini sebanyak 100%. Pengabdian masyarakat selanjutnya dapat berupa intervensi spesifik pencegahan pernikahan dini serta pemberdayaan keluarga dalam pemenuhan gizi seimbang bagi balita dan anak.

(1) PENDAHULUAN

Wilayah pesisir di Indonesia sering kali dihadapkan pada berbagai tantangan dalam bidang kesehatan, terutama kesehatan ibu hamil dan bayi balita. Sebagian besar wilayah ini terdiri dari masyarakat yang menggantungkan hidupnya pada sektor perikanan dan agraris, dengan infrastruktur yang masih terbatas, baik dalam akses ke layanan kesehatan, keterbatasan pengetahuan, faktor ekonomi serta keterbatasan infrastruktur dan sanitasi. Wilayah pesisir juga sering kali rentan terhadap perubahan iklim dan bencana alam seperti banjir atau abrasi pantai, yang dapat memperburuk kondisi kesehatan, sosial dan ekonomi masyarakat setempat

Nutrisi ibu dan anak merupakan fondasi perkembangan jangka panjang anak; intervensi gizi terintegrasi pada masa prakonsepsi, kehamilan, dan 1000 hari pertama kehidupan efektif menurunkan risiko stunting dan masalah kesehatan lain.

Pernikahan dini terkait dengan status gizi yang lebih buruk pada ibu dan anak-anak dari ibu yang menikah dini berisiko lebih tinggi mengalami stunting dan masalah ketahanan pangan keluarga. Oleh karena itu, pencegahan perkawinan anak menjadi bagian penting dari strategi peningkatan gizi.

Kelurahan Tanjung Pasir di Kota Tarakan Provinsi Kalimantan Utara yang juga merupakan wilayah pesisir yang memiliki gambaran situasi dan permasalahan yang sama. Keterbatasan ekonomi ini menyebabkan kesulitan dalam mengakses pangan bergizi, serta layanan kesehatan yang memadai, baik untuk ibu hamil maupun bayi balita. Selain

itu masalah utama lainnya adalah tingkat pendidikan formal di wilayah pesisir umumnya lebih rendah, dengan banyak ibu hamil dan orang tua bayi balita yang tidak memiliki pengetahuan cukup tentang pentingnya gizi seimbang, terutama dalam masa kehamilan dan tumbuh kembang anak. Keterbatasan pengetahuan ini berkontribusi terhadap tingginya angka kekurangan gizi pada kelompok sasaran ini. Khususnya prevalensi Kekurangan Energi Kronik pada ibu hamil dan masalah gizi pada kelompok bayi balita termasuk stunting yang mana kondisi ini juga memberi pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan anak di wilayah desa Tanjung Pasir. Pentingnya pengenalan dan pemahaman terkait zat gizi, dan sumber zat gizi berdasarkan pangan lokal serta proses pengolahan dianggap penting dan menjadi faktor esensial untuk memperbaiki kondisi masyarakat.

(2) METODE

Lokasi, Waktu, dan Mitra Kegiatan

Strategi keberlanjutan dari program pengabdian untuk 3 tahun kedepan adalah 1) Kolaborasi dengan kader, RT/RW, Puskesmas untuk pemantauan terhadap gizi balita, dan remaja, 2) membentuk group whatsapp untuk forum komunikasi, 3) membentuk forum remaja sebagai wadah advokasi dan kreativitas, 4) publikasi hasil kegiatan pengabdian Masyarakat di jurnal ilmiah atau media local sebagai bahan informasi bagi Masyarakat luas.

Tahapan Pelaksanaan

Evaluasi Keberhasilan

Metode pelaksanaan Pengabdian Masyarakat ini meliputi: 1) Sosialisasi yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya Gizi seimbang untuk kehamilan, dan bayi balita. 2) Pelatihan, tujuan untuk memberikan keterampilan dan pengetahuan praktis mengenai gizi dan tumbuh kembang bayi balita. 3) Penerapan teknologi yang bertujuan mengajarkan ibu balita untuk memanfaatkan teknologi untuk membantu ibu hamil dan ibu balita untuk mencari secara praktis kebutuhan gizi seimbang untuk dirinya, salah satu aplikasi yang di ajarkan yaitu Primaku. 4) Pendampingan bertujuan untuk memberikan dukungan secara langsung untuk memastikan bahwa ibu hamil, ibu balita mendapatkan gizi seimbang yang tepat, pendampingan dilakukan melalui Group whatsapp secara berkala dan berkelanjutan. 5) Evaluasi bertujuan untuk menilai keberhasilan program dan dampak terhadap perubahan status gizi ibu hamil, bayi dan balita.

Rangkaian kegiatan yang dilakukan meliputi pengkajian, pemetaan masalah, kegiatan pendidikan Kesehatan, pembagian makanan lokal, peningkatan keterampilan, kegiatan pendampingan, dan terakhir kegiatan pengukuran hasil kegiatan.

Indikator keberhasilan dari kegiatan pengabdian Masyarakat ini adalah 1) peningkatan pemahaman ibu hamil dan ibu balita tentang gizi seimbang untuk balita (diukur melalui pretest dan posttest), 2) peningkatan pemahaman orang tua dan remaja tentang risiko pernikahan dini kaitannya dengan Kesehatan reproduksi (diukur melalui pretest dan posttest), 3) pemberian makanan lokal sebagai upaya untuk menambah kebutuhan gizi balita.

(3) HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini telah dilaksanakan pada bulan oktober 2025 selama 2 minggu. Kegiatan diikuti oleh 14 ibu hamil, 30 ibu yang memiliki balita, 24 remaja, 6 kader Kesehatan, 2 RT, 5 mahasiswa kebidanan semester 5, dan 9 dosen kebidanan Universitas Borneo Tarakan.

Kegiatan pengabdian ini dilakukan selama 2 minggu. Pengabdian masyarakat ini dimulai dari tahap persiapan yaitu pengkajian dan pemetaan masalah yang ada di Tanjung pasir, Kota Tarakan, pengkajian ini dilakukan dengan mengkaji permasalahan yang ada bersumber dari kader, dan puskesmas setempat.

Tahapan pelaksanaan dilakukan di Rumah baca Tanjung pasir yang di hadiri oleh ibu hamil, ibu balita, remaja dan tokoh Masyarakat. Kegiatan dimulai dari Melakukan Preetest selama 20 menit, kegiatan berikutnya pemaparan materi tentang Gizi seimbang untuk balita yang di bawakan oleh Gusriani, SST., M. Keb. Materi selanjutnya tentang Pernikahan dini yang di sampaikan oleh Dr. Yeti Maretha Undaryanti, SST., M.Kes.

Setelah pemaparan materi dilakukan diskusi, kemudian diakhiri dengan kegiatan post test selama 20 menit. Di bawah ini merupakan hasil pretest dan posttest pada ibu balita.

Tabel 1 Karakteristik Ibu Balita Yang mengikuti edukasi Gizi seimbang

Kriteria	N=30	%
Pendidikan		
SD	12	40
SMP	10	33,33

SMK/SMA	8	26,67
Umur		
<20 tahun	4	13,33
20-35 tahun	23	76,67
>35 tahun	3	10,00

Tabel 2 Hasil kegiatan Pendidikan Kesehatan tentang gizi seimbang bagi ibu hamil, dan ibu bayi dan balita

Responden	Rata-rata	Nilai minimum	Nilai maximum
Ibu Hamil (n=14)			
Pretest	60	50	75
Posttest	70	60	85
Ibu Balita (n=30)			
Pretest	66,67	6,67	93,33
posttest	70,88	20	93,33

Hasil pree test dan posttest edukasi pada remaja tentang risiko pernikahan dini dan Kesehatan reproduksi.

Tabel 3. Hasil kegiatan edukasi pada remaja

Responden	Rata-rata	Nilai minimum	Nilai maximum
N=30			
Pretest	49,33	30	70
posttest	78,33	60	100

Hasil pengukuran setelah kegiatan pendidikan kesehatan rata-rata terjadi peningkatan pengetahuan pada ibu balita dan remaja putri yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat. Pelaksanaan kegiatan selanjutnya melakukan evaluasi kepuasan masyarakat terhadap kegiatan pengabdian masyarakat, hasil yang diperoleh 100% puas terhadap kegiatan yang telah diikuti. Sebelum pulang peserta menerima bingkisan berupa panganan lokal untuk meningkatkan gizi balita.

Hasil evaluasi pengetahuan ibu hamil dan ibu balita tentang gizi seimbang mengalami peningkatan walaupun tidak signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu mengalami perubahan kearah yang lebih baik. Meskipun perubahan tidak terlalu signifikan namun, dengan adanya penyuluhan gizi seimbang bagi ibu hamil dan ibu balita tersebut memberikan penambahan pengetahuan kepada ibu hamil dan ibu balita (Sari et al., 2019). Dari kegiatan penyuluhan ini dapat diketahui bahwa status gizi balita juga ditentukan oleh pengetahuan ibu tentang makanan yang harus disajikan ibu bagi balita. Apabila ibu memiliki pengetahuan yang kurang tentang makanan apa yang tepat dan harus diberikan kepada balita sesuai dengan kebutuhan gizinya, maka gizi yang dikonsumsi balita tidak dapat dikontrol dan diatur dengan baik (Utaminigtyas, 2020).

Setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan beberapa ibu balita memahami dan beberapa lagi tidak memahami materi yang di dengarkan. Hal ini dikarenakan saat mendengarkan

materi anak balita yang dibawa rewe sehingga ibu kurang konsentrasi terhadap informasi yang di dengarkan.

Hasil evaluasi pengetahuan remaja dan ibu tentang risiko pernikahan dini dan Kesehatan reproduksi menunjukkan peningkatan yang signifikan yaitu kenaikan rerata dari 49,33 menjadi 78,33 (naik 29 poin). Hal ini menunjukkan bahwa peserta mendengarkan dengan baik informasi yang di sampaikan, serta memahami informasi yang diperoleh.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa intervensi pendidikan yang menargetkan anak perempuan secara signifikan mengurangi prevalensi pernikahan anak. Misalnya, peningkatan akses ke pendidikan tidak hanya menunda pernikahan tetapi juga meningkatkan kekuatan pengambilan keputusan anak perempuan dalam keluarga dan komunitas mereka (Mobolaji, Fatusi, & Adedini, 2020; Taplak & Yilmaz, 2022).

Program pendidikan yang mencakup keterampilan hidup dan pelatihan kejuruan dapat memberdayakan anak perempuan, memungkinkan anak dan remaja membayangkan alternatif untuk pernikahan dini dan memberi anak dan remaja alat yang diperlukan untuk kemandirian ekonomi (Tapolak & Yilmaz, 2022). Inisiatif yang melibatkan anak laki-laki dan laki-laki dalam diskusi tentang kesetaraan gender dan manfaat menunda pernikahan dapat mengubah norma budaya yang melanggengkan pernikahan anak (Cislighi, Mackie, Nkwi, & Shakya, 2019; Ogbonna, Margaret, & Roseann, 2021).

(4) PENUTUP

Kepuasan masyarakat terhadap kegiatan adalah 100% puas terhadap kegiatan. Rata-rata terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat desa tentang risiko pernikahan dini dan Gizi seimbang bagi balita. Potensi dari program ini adalah 1) tokoh adat sebagai agen perubahan: Tokoh adat yang dihormati dapat menjadi gatekeeper untuk mengubah norma sosial tentang pernikahan dini 2) keterlibatan remaja: Potensi kreativitas remaja (seni, musik, kerajinan) bisa menjadi media edukasi, 3) dukungan lembaga lokal seperti gereja, atau kelompok perempuan dapat menjadi mitra strategis, 4) program bisa dikaitkan dengan posyandu atau puskesmas.

Hambatan dari program pengabdian masyarakat ini adalah 1) Beberapa komunitas masih menganggap pernikahan dini sebagai solusi kemiskinan atau "perlindungan" bagi perempuan. 2) Sebagian besar ibu memiliki pekerjaan sebagai buruh rumput laut, sehingga memiliki waktu terbatas untuk memperhatikan makanan balita. Program pengabdian masyarakat selanjutnya dapat berupa intervensi spesifik pencegahan pernikahan dini dan pemberdayaan ibu balita dan kader.

(5) UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih pada Lembaga Penelitian dan Pengabdian (LPPM) Universitas Borneo Tarakan, kepada Prangkat dan masyarakat kelurahan Tanjung Pasir serta semua yang terlibat dalam kegiatan ini.

(6) DAFTAR RUJUKAN

World Health Organization. Trends in Maternal Mortality 2000-2023: Estimates by WHO, UNICEF, UNFPA, World Bank Group and UNDESA/Population Division [Internet]. 2025 [cited 2025 Jul 19]. Available from: https://www.unfpa.org/publications/trends-maternal-mortality-2000-2023?utm_source=chatgpt.com

Masitoh S, Wurisastuti T, Riyadina W, Ronoatmodjo S. The level of household food insecurity is associated with the risk of infectious diseases among toddlers in Indonesia: a cross-sectional study. *Osong Public Health Res Perspect* [Internet]. 2025 Jun 30 [cited 2025 Jul 19];16(3):261-9. Available from: http://ophrp.org/journal/view.php?number=833&utm_source=chatgpt.com

Profil Anak Usia Dini. Early Childhood Profile 2023 - BPS-Statistics Indonesia [Internet]. 2023 [cited 2025 Jul 19]. Available from: https://www.bps.go.id/en/publication/2023/12/12/e9b0a9a0adcfffb137e0d0d/early-childhood-profile-2023.html?utm_source=chatgpt.com

Farras AZ, Sari SM, Arsyad M, Kunci Gizi K. Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang Terhadap Status Gizi Balita di Posyandu Melati 2 Cicadas Tahun 2023 dan Tinjauannya menurut Pandangan Islam. *Junior Medical Journal* [Internet]. 2024 Jul 29 [cited 2025 Jul 19];2(6):777-84. Available from: <https://academicjournal.yarsi.ac.id/index.php/jmj/article/view/4147>

Suryani D, Krisnasary A, Pratiwi BA, Yandrizal Y. The Influence of Maternal Knowledge Increase about Pregnant Women's Nutrition on Pregnancy Outcomes in Bengkulu City. *Amerta Nutrition* [Internet]. 2024 Dec 31 [cited 2025 Jul 19];8(3SP):17-23. Available from: <https://e-journal.unair.ac.id/AMNT/article/view/63078>

Wati L, Yunie Atrie U, Pujiati W, Widiastuti L, Siagian Y, Hang Tuah Tanjungpinang Kepulauan Riau S, et al. FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS GIZI PADA BALITA DI WILAYAH PESISIR KELURAHAN KAMPUNG BUGIS. *Jurnal Riset Media Keperawatan* [Internet]. 2024 Dec 31 [cited 2025 Jul 19];7(2):20-30. Available from: <https://ojs.stikessaptabakti.ac.id/jrmk/article/view/463>

Utaminingsy, F. (2020). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Di Kelurahan Tingkir Lor, Kota Salatiga. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 7(1), 171-184. <https://doi.org/10.36743/medikes.v7i1.218>