



Edukasi Gizi dalam Pelayanan Kebidanan Komunitas sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Ibu dan Anak Melalui Pendidikan Keluarga

Nutrition Education in Community Midwifery Services as an Effort to Improve Maternal and Child Health Through Family Education

Bernadeta Erni^{1*}, Diah Ayu Dwi Satiti², Windy A. V. Fanggi³, Filpin L.A. Haning⁴, Oktaviana T.M.B. Adam⁵, Ni Putu I. D. P. Murti⁶

¹⁻⁶ Program Studi Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Maranatha Kupang, Indonesia

Email: ernibernadeta35@gmail.com^{1*}, ayu103323@gmail.com², Windyanisa1803@gmail.com³, filpinhaning19@gmail.com⁴, oniadam14@gmail.com⁵, dewimurti888@gmail.com⁶

*Penulis Korespondensi: ernibernadeta35@gmail.com¹

Article History:

Naskah Masuk: 18 November 2025;

Revisi: 20 Desember 2025;

Diterima: 24 Januari 2026;

Terbit: 30 Januari 2026

Keywords: *Balanced Nutrition; Exclusive Breastfeeding; Pregnancy; Public Health; Toddlers.*

Abstract. *Health issues are complex and require new ideas for their resolution. Public health focuses on disease prevention, health promotion, and physical, mental, and social therapy. Maternal and Child Health (MCH) and women's health throughout their life cycle are crucial public health issues as they have a significant impact on the quality of human resources in a generation. In Pukdale Village, East Kupang District, Kupang Regency, problems such as the lack of knowledge among pregnant women about Chronic Energy Deficiency (CED), pregnancy anemia, Exclusive Breastfeeding (EBF), balanced nutrition, and weaning have been identified. To address these issues, a Community Midwifery Care program based on community service was carried out, which included counseling, training, demonstrations, and simulations. The results of this activity showed a positive response and active participation from the community in Pukdale Village in the programs implemented by the students. There was a significant improvement in the knowledge of pregnant women about CED, pregnancy anemia, EBF, as well as the knowledge of mothers of infants about balanced nutrition and weaning. This is expected to improve the overall health status of the community in the village.*

Abstrak

Masalah kesehatan merupakan isu yang kompleks dan memerlukan ide-ide baru untuk penyelesaiannya. Kesehatan masyarakat berfokus pada pencegahan penyakit, peningkatan kesehatan, serta terapi fisik, mental, dan sosial. Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) serta kesehatan wanita sepanjang siklus kehidupannya merupakan isu kesehatan yang sangat penting karena berdampak besar terhadap kualitas sumber daya manusia di satu generasi. Di Desa Pukdale, Kecamatan Kupang Timur, Kabupaten Kupang, ditemukan masalah kurangnya pengetahuan ibu hamil mengenai Kekurangan Energi Kronis (KEK), anemia kehamilan, ASI Eksklusif, gizi seimbang, dan penyapihan. Untuk menangani masalah ini, dilakukan program praktik Asuhan Kebidanan Komunitas berbasis pengabdian masyarakat, yang mencakup penyuluhan, pelatihan, demonstrasi, dan simulasi. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan respon positif serta partisipasi aktif masyarakat Desa Pukdale dalam mengikuti program yang dilaksanakan oleh mahasiswa. Pengetahuan ibu hamil tentang KEK, anemia kehamilan, ASI Eksklusif, serta pengetahuan ibu bayi balita mengenai gizi seimbang dan penyapihan mengalami peningkatan yang signifikan. Hal ini diharapkan dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat di desa tersebut secara keseluruhan.

Kata Kunci: ASI Eksklusif; Balita; Gizi Seimbang; Kehamilan; Kesehatan Masyarakat.

1. PENDAHULUAN

Kesehatan ibu dan anak (KIA) merupakan hal yang sangat penting dalam kesehatan masyarakat. Kesehatan ibu dan anak juga mempengaruhi kualitas kesehatan seseorang dalam 1000 hari kehidupan pertama. Dalam siklus kehidupan terdiri dari kesehatan ibu selama pra kehamilan, persalinan, nifas, masa bayi baru lahir, hingga pelayanan kontrasepsi. Keberhasilan upaya kesehatan ibu dan anak, dapat dilihat Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB). Permasalahan yang dihadapi di Indonesia saat ini dikenal juga dengan triple burden. Data Kemenkes 2023 Angka kematian ibu (AKI) didunia yaitu 29.945 per 1000 kelahiran hidup, selain AKI, angka kematian bayi (AKB) juga merupakan salah satu indikator penting dalam status kesehatan ibu dan anak. AKB di Indonesia berdasarkan data Kemenkes 2023 adalah 16,85% per 1000 kelahiran hidup. Sementara itu, Target Pembangunan Berkelanjutan (TPB/SDGs) 2030 adalah 25 per 1000 kelahiran hidup (Kemenkes, 2019). Dalam upaya pencegahan dan penanganan AKI dan AKB maka diperlukan strategi berbasis pendekatan masyarakat salah satunya melalui kegiatan praktik lapangan melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat yakni praktik kebidanan komunitas yang berfokus pada masalah kesehatan masyarakat. Masalah kesehatan masyarakat merupakan masalah yang saat ini menjadi perhatian pemerintah maka pemecahannya membutuhkan ide-ide baru. Kesehatan masyarakat sebagai ilmu atau seni mempunyai bentangan yang luas. Semua kegiatan baik yang langsung maupun yang tidak langsung untuk mencegah penyakit (preventif), meningkatkan kesehatan (promotif), terapi (terapi fisik, mental, sosial) adalah upaya kesehatan masyarakat. Seperti pembersihan lingkungan, penyediaan air bersih, pengawasan mutu, perbaikan gizi, penyelenggaraan pelayanan kesehatan masyarakat, cara pembuangan tinja, pengelolaan sampah dan air limbah, pengawasan sanitasi dan lain-lain (DepKes RI, 2020). Hasil pengkajian yang dilakukan di Desa Pukdale, Kecamatan Kupang Timur, Kabupaten Kupang selama 7 hari yaitu tanggal 7 s.d 14 Oktober 2025, ditemukan beberapa masalah yang perlu penyelesaian. Desa Pukdale, Kecamatan Kupang Timur, Kabupaten Kupang merupakan salah satu unit kelurahan yang memiliki permasalahan kesehatan ibu dan anak yang dapat dijadikan salah satu upaya untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dan dapat dijadikan objek dalam pemecahan masalah kesehatan berbasis komplementer, pada kondisi geografis desa ini memiliki pustu yang dapat membantu dan menjadi satu unit pelayanan kesehatan. Jumlah ibu hamil yang melakukan kunjungan K1 dan K4 di wilayah Desa Pukdale, Kecamatan Kupang Timur, Kabupaten Kupang sangat tinggi sebesar 100%, 25% ibu menyusui kurang mengetahui tentang pengetahuan gizi seimbang dapat meningkatkan produksi ASI, dan kurang memahami tentang pentingnya ASI Eksklusif hal tersebut tergambarkan capaian dari ASI Eksklusif dibawah

target nasional yakni 75 %, data lainnya yakni ibu yang memiliki bayi dan balita terdapat 37 % ibu yang tidak memahami pentingnya pertumbuhan dan perkembangan bayi balita dan 25 % tidak memahami tentang pentingnya tumbuh kembang anak sesuai dengan usianya dan 50% melakukan penyapihan sebelum usia anak 2 tahun. Permasalahan yang terjadi pada ibu hamil, ibu menyusui, ibu bayi dan balita diatas dapat diselesaikan dengan kegiatan pengabdian masyarakat melalui praktik kebidanan komunitas. Langkah kerja yang digunakan dalam praktik kebidanan komunitas ini menggunakan pendekatan penyelesaian masalah *Problem Solving Circle* seperti pengkajian, melakukan tabulasi, melaksanakan musyawarah mufakat desa (MMD) tingkat desa, implementasi, serta evaluasi. Pelaksanaan praktek kebidanan komunitas melaksanakan pelayanan kebidanan komunitas serta mengevaluasi pelayanan kebidanan komunitas di Desa Pukdale, Kecamatan Kupang Timur, Kabupaten Kupang sehingga mampu meningkatkan derajat kesehatan masyarakat yang optimal.

2. METODE

Metode yang digunakan dalam pelayanan kebidanan komunitas yakni dengan pendekatan Problem Solving Circle yakni (1) mengidentifikasi masalah dimana metode ini menggambarkan keadaan wilayah, suasana dan kegiatan yang dilakukan oleh masyarakat serta masalah yang terjadi di Desa Pukdale, Kecamatan Kupang Timur, Kabupaten Kupang dengan memberikan solusi yang tepat dalam mengatasi permasalahan tersebut (2) menentukan pemecahan masalah yakni dengan partisipasi aktif anggota kelompok dalam masyarakat di Desa Pukdale, Kecamatan Kupang Timur, Kabupaten Kupang baik kelompok Ibu hamil (bumil), Ibu bayi dan balita dan ibu menyusui, lansia, kader posyandu, remaja, anak-anak ikut serta dalam pelaksanaan manajemen kebidanan dalam masyarakat yang telah disusun dan direncanakan sesuai dengan kesepakatan bersama yang melibatkan tokoh masyarakat dan mahasiswa (3) mengevaluasi penyelesaian masalah yakni dengan melakukan wawancara yang dilakukan pertama kali adalah dengan tokoh masyarakat yaitu Lurah, Kader, Ketua RT dan Bidan (4) menentukan penyelesaian masalah dengan melaksanakan diskusi bersama tokoh masyarakat (5) menentukan implementasi penyelesaian masalah yakni dengan membuat Study Literature yaitu dengan mempelajari data yang sudah ada yang didapat dari wawancara yang telah dilakukan (6) melakukan monitoring dan evaluasi yakni dengan melaksanakan kegiatan lokakarya mini bersama pihak kelurahan, pustu dan puskesmas.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Pukdale, Kecamatan Kupang Timur, Kabupaten Kupang dilaksanakan pada 15 Oktober 2025 Pukul 09.00 WITA. Sebagai tenaga pelaksana adalah mahasiswa semester 5 Prodi D-III Kebidanan STIKes Maranatha Kupang beserta dosen. Jumlah ibu hamil yang mengikuti sosialisasi adalah sebanyak 10 orang, ibu balita sebanyak 15 orang. Kegiatan dimulai dengan dilakukannya konseling dan edukasi oleh mahasiswa, dilanjutkan dengan perkenalan dengan para tim pelaksana kegiatan. Sebelum dimulai, ketua tim memberikan pertanyaan-pertanyaan sebagai pre-test kepada hadirin. Lalu edukasi dan konseling dilakukan oleh pemateri. Sebelum edukasi dan konseling berakhir, tim penyuluh memberikan pertanyaan sebagai bentuk post-test. Kegiatan ini berakhir pada pukul 11.30 WITA. Sekiranya program yang sosialisasi ini dapat memberi pengaruh positif bagi para ibu hamil dan ibu balita dan juga bagi masyarakat pada umumnya. Program sosialisasi kesehatan ini bertujuan untuk terus mengingatkan sasaran bahwa pentingnya pemenuhan gizi sebagai upaya peningkatan kesehatan ibu dan anak.

4. KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat melalui edukasi gizi dalam pelayanan komunitas terbukti efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan keluarga terkait gizi seimbang. Edukasi berkelanjutan yang melibatkan keluarga (suami/orang tua) terbukti meningkatkan kesadaran akan pentingnya pemenuhan gizi melalui pemberian ASI dan MPASI, yang secara langsung berdampak pada peningkatan kesehatan ibu dan anak. Poin utama kesimpulan sebagai berikut : peningkatan pengetahuan, pemberdayaan keluarga, perubahan perilaku dan keberlanjutan (pelatihan kader kesehatan lokal merupakan strategi kunci keberlanjutan edukasi gizi di komunitas).



Gambar 1. Foto Kegiatan1.



Gambar 2. Foto Kegiatan2.

DAFTAR PUSTAKA

- Black, R. E., et al. (2016). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427–451. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)60937-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)60937-X)
- Hendro Stenly Kadmaerubun. (2023). Hubungan pola makan dan asupan gizi dengan kekurangan energi kronik (KEK) pada ibu hamil. *Inhealth*, 2(2). <https://doi.org/10.56314/inhealth.v2i2.152>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman pelayanan antenatal terpadu edisi revisi*. Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2021*. Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Buku saku pelayanan neonatal esensial*. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Infodatin: Situasi dan analisis ASI eksklusif*. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Khairunnisa, K. (2023). Asuhan kebidanan komunitas. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*, 2(1). <https://doi.org/10.31004/jiik.v2i1.23888>
- Mulianti Dolofu. (2023). Kunjungan lapangan asuhan kebidanan komunitas: Sebuah pembelajaran dan pengabdian kepada masyarakat. *Jurnal Inovasi, Pemberdayaan dan Pengabdian Masyarakat*, 3(2). <https://doi.org/10.36990/jippm.v3i2.1370>
- Prendergast, A. J., & Humphrey, J. H. (2018). The stunting syndrome in developing countries. *Paediatrics and International Child Health*, 34(4), 250–265. <https://doi.org/10.1179/2046905514Y.0000000158>
- Rahmawati, A., & Nurhayati, E. (2021). Pendidikan gizi terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(2), 123–130.
- Sari, M., & Lestari, W. (2020). Peran keluarga dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif di Indonesia. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 11(1), 45–53.
- UNICEF. (2019). *The state of the world's children 2019: Children, food and nutrition*. UNICEF.
- World Health Organization. (2016). *WHO recommendations on antenatal care for a positive pregnancy experience*. WHO.
- World Health Organization. (2018). *Guideline: Counselling of women to improve breastfeeding practices*. WHO.
- World Health Organization. (2022). *Global nutrition report: The state of global nutrition*. WHO.