



## PEMBERDAYAAN KELUARGA DALAM HIDUP SEHAT PADA BALITA DI DESA DESA BANGUN REJO KECAMATAN TANJUNG MORAWA KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2023

Parningotan Simanjuntak<sup>1</sup>, Nopalina Suyanti Damanik<sup>2</sup>, Martaulina Sinaga<sup>4</sup>, Plora Novita Febrina Sinaga<sup>4</sup>, Samiarni Sihotang<sup>5</sup>, Elni Arizona Hutagaol<sup>6</sup>  
<sup>1,2,3,4,5,6</sup>S TIKes Mitra Husada Medan, Medan, Indonesia

[aldo.alrez@gmail.com](mailto:aldo.alrez@gmail.com)

### ABSTRAK

Tujuan Pembangunan Nasional adalah peningkatan kualitas sumber daya manusia yang dilakukan secara berkelanjutan berdasarkan Visi Pembangunan Kesehatan yang ingin dicapai untuk mewujudkan Manusia Indonesia Sehat. Visi pembangunan gizi adalah mewujudkan keluarga mandiri sadar gizi untuk status gizi keluarga yang optimal (Julianti 2017). Tujuan dari program pengabdian (PKM) ini untuk meningkatkan pengetahuan keluarga tentang peningkatan pemberdayaan keluarga dalam hidup sehat pada balita di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang. Metode yang dilakukan 1) identitas masyarakat Desa Bangun Rejo; 2) penyusunan materi dan Langkah dalam penyuluhan pemberdayaan keluarga dalam hidup sehat pada balita; 3) pelaksanaan kegiatan penyuluhan tentang pemberdayaan keluarga dalam hidup sehat pada balita. Hasil Berdasarkan hasil pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat kepada Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang terdapat 78 balita balita dan seluruh orangtua balita sangat antusias melaksanakan penyuluhan tentang hidup sehat pada balita.

**Kata Kunci:** pemberdayaan keluarga, hidup sehat, balita

### PENDAHULUAN

Tujuan Pembangunan Nasional adalah peningkatan kualitas sumber daya manusia yang dilakukan secara berkelanjutan berdasarkan Visi Pembangunan Kesehatan yang ingin dicapai untuk mewujudkan Manusia Indonesia Sehat. Visi pembangunan gizi adalah mewujudkan keluarga mandiri sadar gizi untuk status gizi keluarga yang optimal (Julianti 2017).

Persoalan kemiskinan jelas bukan semata-mata persoalan ekonomi, melainkan

persoalan pendidikan dan kesehatan untuk terbebas dari kemiskinan. Oleh karena itu setiap individu dalam keluarga diupayakan untuk memenuhi ketiga kriteria tersebut di atas. Untuk dapat menjadi sentosa setiap keluarga perlu memegang teguh 3 norma yaitu : norma cerdas, norma sehat, dan norma makmur. Ketiga norma tersebut sejalan dengan ukuran indeks pembangunan manusia yang dilansir lembaga PBB yaitu : pendidikan, kesehatan dan ekonomi. Hal ini juga sejalan dengan filosofi Jawa tentang kesentosaan, yakni : wareg,



waras dan wasis (kenyang, sehat dan cerdas) (Mulyadi 2017).

Gizi keluarga merupakan norma sehat. Setiap keluarga perlu memegang teguh norma ini, sehingga keluarga perlu pemahaman utuh dan kesadaran kuat soal gizi, yakni bahwa setiap orang memperoleh gizi secara baik terlebih bagi balita. Gizi terbaik adalah yang dialami mungkin dari lingkungan sekitar yang berasal dari keluarga dan diperoleh secara murah. Menurut laporan UNICEF, jumlah anak berusia di bawah 5 tahun yang menderita gizi buruk di Indonesia tahun 2015 berjumlah 1,5 juta orang balita, sedangkan tahun 2006 berjumlah 2,3 juta anak balita gizi buruk. Hal ini berarti gizi buruk naik menjadi 800.000 jiwa anak balita (Kompas, 27 September 2010). Survei tinggi badan anak baru masuk sekolah (TB – ABS) yang dilaksanakan di 5 provinsi di Indonesia (Jawa Barat, Jawa Tengah, Nusa Tenggara Timur, Maluku dan Irian Jaya) tahun 2014 dan 2015 masing-masing menunjukkan prevalensi gangguan pertumbuhan anak usia 5 – 9 tahun yang hasilnya 42,4% dan 37,8%. Hal ini menunjukkan penurunan prevalensi gangguan pertumbuhan namun angka tersebut masih tinggi.

Status gizi balita dapat diukur dengan indeks berat badan per umur (BB/TB), tinggi badan per umur (TB/U) dan berat badan per tinggi badan (BB/TB). Berdasarkan hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) yang dilakukan Kementerian Kesehatan tahun 2016, status gizi pada indeks BB/U pada balita 0-59 bulan di Indonesia, menunjukkan persentase gizi buruk sebesar 3,4%, gizi kurang sebesar 4,4%. Pemberian informasi mengenai pemanfaatan makanan lokal keluarga telah diberikan oleh tenaga-tenaga kesehatan dari Puskesmas Niki-Niki yang dilaksanakan

melalui kegiatan posyandu. Dari aspek pemberdayaan masyarakat terhadap pemanfaatan makanan lokal belum dilaksanakan secara optimal yang menyangkut pengetahuan, sikap serta praktek pemberian makanan pada balita, yang mencakup persiapan makanan, pengelolaan makanan dan frekwensi pemberian makanan pada balita. Faktor sosial budaya seperti jumlah anggota keluarga yang menganut system extended family dan prioritas pemberian makanan masih mempengaruhi cara pemberian makanan pada balita.

Pemberdayaan Keluarga adalah mekanisme yang memungkinkan terjadinya perubahan kemampuan keluarga sebagai dampak positif dari intervensi keperawatannya yang berpusat pada keluarga dan tindakan promosi kesehatan serta kesesuaian budaya yang mempengaruhi tindakan pengobatan dan perkembangan keluarga (Graves, 2007).

Program berbasis masyarakat sangat kental dengan aspek pemberdayaan. Dalam pemberdayaan termaktub “*to give and to ability*”, yakni memberikan sesuatu yang memungkinkan keluarga mampu berbuat lebih banyak atau diberdayakan secara sosial, ekonomi, agar berperan membentuk kepribadian anak untuk berkembang secara normal. Selanjutnya dijelaskan oleh Ginanjar (2010) bahwa keberdayaan masyarakat adalah unsur dasar yang memungkinkan suatu masyarakat bertahan, dan secara dinamis mengembangkan diri mencapai kemajuan. Memberdayakan masyarakat mengandung arti adanya upaya untuk meningkatkan harkat martabat masyarakat yang dalam kondisi belum mampu melepaskan diri dari perangkap kemiskinan dan keterbelakangan. Dengan demikian upaya pemberdayaan haruslah

dimulai dengan menciptakan suasana atau iklim yang memungkinkan potensi masyarakat berkembang.

Metode dan cara yang digunakan adalah penyuluhan individu, penyuluhan kelompok, konseling, penyuluhan kelompok sebaya, orientasi, pendidikan keterampilan hidup sehat (life skill education), partisipasi masyarakat.

orang tua dan pola asuh yang baik memegang peran penting pada kesehatan dan tumbuh kembang Si Kecil. Oleh karena itu, penting bagi para orang tua untuk mendidik dan membiasakan anak hidup sehat dari kecil. Jarang berolahraga dan mengonsumsi makanan yang kurang bergizi dapat membuat anak menderita berbagai masalah kesehatan, seperti obesitas, penyakit jantung, hingga diabetes tipe 2 di kemudian hari. Agar anak sehat, Bunda dapat mengajarnya cara hidup sehat sejak dini. (Pemberdayaan Perempuan dan anak, 2022).

Pemberdayaan keluarga adalah proses keluarga-keluarga yang mempunyai masalah kesehatan dan gizi bekerja bersama-sama menanggulangi masalah yang mereka hadapi. Cara terbaik untuk membantu mereka adalah ikut berpartisipasi dalam memecahkan masalah yang mereka hadapi. Upaya perbaikan gizi yang dilakukan adalah dengan meningkatkan kemandirian keluarga mandiri sadar gizi dengan harapan mereka dapat mengenal dan mencari pemecahan masalah yang dihadapi. Kegiatan operasional yang dilaksanakan adalah pemetaan keluarga mandiri sadar gizi oleh dasa wisma dalam rangka survei mawas diri masalah gizi keluarga dan asuhan dengan konseling gizi.

Pendidikan kesehatan adalah penambahan pengetahuan dan kemampuan

seseorang melalui teknik praktek belajar dengan tujuan mengingat fakta atau kondisi nyata dengan cara mendorong terhadap pergerakan diri (*self direction*), aktif memberikan informasi-informasi atau ide baru. Determinan kesehatan meliputi: aspek fisik, emosional, sosial dan orientasi nilai-nilai dari berbagai aspek. Oleh karena itu pendidikan kesehatan diarahkan pada perubahan sikap positif seseorang atau kelompok (Riyanto 2014).

Jadi alasan kami tertarik mengambil judul Pemberdayaan Keluarga dalam Hidup Sehat Pada Balita Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang.

Tujuan dalam kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan keluarga tentang peningkatan pemberdayaan keluarga dalam hidup sehat pada balita di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang.

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berdasarkan hasil kerjasama dari pihak terkait antara Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes Mitra Husada Medan) dan Desa Bangun Rejo. Tujuan pelibatan mitra yaitu untuk melakukan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang peningkatan pemberdayaan keluarga dalam hidup sehat pada balita di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang merupakan desa yang digunakan mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan.

Pada kegiatan ini dilakukan Langkah Langkah sistematis berupa 1) identitas masyarakat Desa Bangun Rejo; 2)

penyusunan materi dan Langkah dalam penyuluhan pemberdayaan keluarga dalam hidup sehat pada balita; 3) pelaksanaan kegiatan menyuluhan tentang pemberdayaan keluarga dalam hidup sehat pada balita.

Sasaran kegiatan ini adalah masyarakat yang memiliki balita di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang dengan melakukan penyuluhan tentang hidup sehat pada balita.

Bahan dana alat yang digunakan adalah Satuan Acara Penyuluhan (SAP), Leaflet tentang hidup sehat pada balita. Waktu pelaksanaan tanggal 12-13 februari 2023 di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan peningkatan pemberdayaan keluarga dalam hidup sehat pada balita di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang. Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian adalah sebagai berikut:

1. Persiapan Pengabdian
  - a. Survey lokasi pengabdian melalui kunjungan ke Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang
  - b. Permohonan izin kegiatan ke Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang
  - c. Persiapan materi yang akan

disampaikan pada saat pengabdian

- d. Persiapan ruangan di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang
2. Pelaksanaan Pengabdian
    - a. Pembukaan pengabdian diawali dengan acara pembukaan dan perkenalan pelaksanaan pengabdian
    - b. Penyampaian materi dengan penyuluhan yaitu memberikan infotmasi kepada mitra tentang pentingnya hidup sehat pada balita
    - c. Diskusi/ Tanya Jawab
    - d. Melakukan kegiatan pengabdian secara langsung kepada masyarakat Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang dilakukan secara langsung oleh dosen dan mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Berdasarkan hasil pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat kepada Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang terdapat 78 balita balita dan seluruh orangtua balita sangat antusias melaksanakan penyuluhan tentang hidup sehat pada balita.

Pemberian informasi mengenai

peningkatan pemberdayaan keluarga dalam hidup sehat pada balita di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang dapat tercapai sehingga balita dapat hidup sehat dan pertumbuhan dan perkembangannya juga maksimal.

Untuk mencapai kehidupan sehat pada balita yang lebih luas, maka diperlukan bukan hanya pemerintah saja yang harus bergerak tetapi juga berbagai lapisan masyarakat harus mengambil peran juga. Peran yang dibutuhkan adalah kesadaran dan pemberdayaan keluarga yang telah dibuat oleh pemerintah.



## Dokumentasi kegiatan pengabdian



## KESIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada dalam melakukan Pemberdayaan Keluarga dalam hidup sehat pada balita di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang dan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dapat meningkatkan kualitas balita dan pertumbuhan dan perkembangan balita lebih maksimal.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan atas partisipasi berbagai pihak yang membantu pelaksanaan kegiatan ini, yaitu:

1. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan
2. Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang

## DAFTAR PUSTAKA



- Firdaus, Angga, and Yunanta Mahargia. 2018. Pengetahuan Dan Sikap Remaja Terhadap Penggunaan Napza Di Sekolah Menengah Atas Di Kota Semarang.
- Ngastiyah. (2015). Asuhan Keperawatan Penyakit Anak Edisi 3. Jakarta: EGC
- Mulyadi, Mohammad. 2017. Peran Pemerintah Dalam Mengatasi Pengangguran Dan Kemiskinan Dalam Masyarakat.
- Riyanto, H Yatim. 2014. Paradigma Baru Pembelajaran: Sebagai Referensi Bagi Pendidik Dalam Implementasi Pembelajaran Yang Efektif Dan Berkualitas. Prenada Media
- STIKes Mitra Husada Medan. 2020. Panduan Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat
- Yuliana 2019, Asuhan Kebidanan Berkelanjutan Pda Ny.E.S Umur 25 tahun G1POA0 Uk 36 Minggu janin tunggal, hidup, letak kepala intrauterin, dengan kehamilan normal di Puskesmas Ndetundora Periode 20 April s/d 27 Juni 2019, <http://repository.poltekeskupang.ac.id/1429>
- KemnekesRI,2020, Profil Kesehatan Indonesia <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-indonesia-2019.pdf>
- Keputusan Menteri Kesehatan RI No.938/Menkes/SK/VIII/2007.
- Manuaba, Ida A.C. (2013) *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC.