

[SNA - 07]

## Edukasi Gizi dan Pelatihan Antropometri bagi Kader Posyandu di Wilayah Kerja Puskesmas Bojonggede

Mita Tri Wulandari<sup>1\*</sup>, Nisa Nurrohmah<sup>1</sup>, Dini Devina Agustin<sup>1</sup>, Asri Nurmaulina Ariani<sup>1</sup>, Zakia Umami<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Gizi, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Al-Azhar Indonesia,  
Jl. Sisingamangaraja, Kompleks Masjid Agung Al Azhar, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan, 12110  
Email Penulis Korespondensi: [mitatriwulandari38@gmail.com](mailto:mitatriwulandari38@gmail.com)

### Abstract

*Nutritional issues are a public health challenge in Indonesia. Based on the 2024 Indonesian Nutritional Status Survey (SSGI), the national stunting prevalence was recorded at 21.5%, while in West Java Province it has decreased to 15.9%. Rawa Panjang Village, which is within the Bojonggede Community Health Center area, is the focus of a work program aimed at improving community nutrition knowledge and the skills of integrated health post (Posyandu) cadres. Activities include nutrition education based on social media Instagram and WhatsApp community channels for 30 respondents and anthropometric measurement counseling for Posyandu cadres. This type of activity uses a presentation method that begins with a pretest for the anthropometric measurement training work program and ends with a posttest, in contrast to nutrition education which has a 14-day period of online material delivery and is closed with a posttest. The results of the Wilcoxon Signed Rank Test showed an increase in knowledge scores from an average of  $84 \pm 10.7$  in the pretest to  $95 \pm 5.9$  in the posttest ( $p = 0.000$ ;  $p < 0.05$ ). Meanwhile, the results of the anthropometric counseling evaluation showed an average quiz score of  $74.6 \pm 21.8$  with most respondents obtaining a score of  $> 70$  and the highest score of 90. These two programs have proven effective in increasing nutritional knowledge and cadres' understanding of anthropometric measurements.*

**Keywords:** Anthropometry, Nutrition Education, Social Media

### Abstrak

*Permasalahan gizi menjadi tantangan kesehatan masyarakat di Indonesia. Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024, prevalensi stunting nasional tercatat sebesar 21,5%, sedangkan di Provinsi Jawa Barat berhasil menurun menjadi 15,9%. Desa Rawa Panjang yang merupakan wilayah dari Puskesmas Bojonggede menjadi fokus program kerja yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan gizi masyarakat serta keterampilan kader posyandu. Kegiatan meliputi edukasi gizi berbasis media sosial Instagram dan saluran komunitas WhatsApp pada 30 responden serta penyuluhan pengukuran antropometri bagi kader posyandu. Jenis kegiatan menggunakan metode presentasi yang diawali dengan pemberian soal pretest untuk program kerja pelatihan pengukuran antropometri dan diakhiri dengan posttest, berbeda dengan edukasi gizi yang memiliki kurun waktu 14 hari dalam menyampaikan materi secara online dan ditutup dengan posttest. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan peningkatan skor pengetahuan dari rata-rata  $84 \pm 10,7$  pada pretest menjadi  $95 \pm 5,9$  pada posttest ( $p = 0,000$ ;  $p < 0,05$ ). Sementara itu, hasil evaluasi penyuluhan antropometri menunjukkan rata-rata nilai kuis  $74,6 \pm 21,8$  dengan sebagian besar responden memperoleh nilai  $> 70$  dan nilai terbanyak 90. Kedua program ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi serta pemahaman kader mengenai pengukuran antropometri.*

## Kata Kunci : *Antropometri, Edukasi Gizi, Media Sosial*

### 1. PENDAHULUAN

Masalah gizi masih menjadi salah satu tantangan kesehatan masyarakat di Indonesia. Kasus gizi buruk yang masih menjadi perhatian khusus pemerintah Indonesia, terutama kasus *stunting*. Permasalahan *stunting* disebabkan karena adanya kekurangan asupan gizi dalam jangka waktu yang lama karena pemberian makanan tidak sesuai dengan kebutuhan gizi (Fitriani *et al.*, 2024). Meskipun prevalensi *stunting* telah mengalami penurunan di Indonesia, namun tetap berada di angka yang cukup tinggi. Berdasarkan *Survei Status Gizi Indonesia* (SSGI) 2024, prevalensi *stunting* nasional tercatat sebesar 21,5%, sedangkan di Provinsi Jawa Barat berhasil menurun menjadi 15,9%. Capaian ini menunjukkan adanya usaha perbaikan yang membuahkan hasil dari sinergi berbagai sektor dan level pemerintahan. Namun demikian, angka tersebut masih berada di atas target nasional yaitu 14% pada tahun 2024 sesuai dengan Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN), sehingga diperlukan upaya berkelanjutan yang melibatkan peran serta masyarakat. Salah satu wilayah yang berpotensi menjadi fokus upaya tersebut adalah Desa Rawapanjang, Kecamatan Bojonggede. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) 2016, Desa Rawapanjang menduduki urutan ketiga sebagai desa dengan jumlah penduduk terbanyak yaitu 48.305 jiwa atau sekitar 15,84% dari total penduduk Kecamatan Bojonggede.

Penyebab utama tingginya angka *stunting* disebabkan karena kurangnya pemahaman masyarakat terutama ibu dan calon ibu terkait *stunting* dan gizi seimbang (Haryani *et al.*, 2021). Edukasi menjadi salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan masyarakat terkait kesehatan dan gizi (Umasugi, 2021). Topik edukasi gizi yang diberikan mencakup berbagai hal, antara lain permasalahan gizi, konsep isi piringku, pentingnya konsumsi protein, Air Susu Ibu (ASI) eksklusif, Makanan Pendamping ASI (MPASI), pengukuran Lingkar Kepala (LK) dan Lingkar Lengan Atas (LILA), serta dipadukan dengan penjelasan pentingnya posyandu dan imunisasi sejak dini. Edukasi juga diperluas dengan pesan kesehatan umum, seperti pembatasan konsumsi gula, garam, dan lemak

(GGL), anjuran minum air putih yang cukup, serta penggunaan garam beryodium dalam masakan sehari-hari.

Berkembangnya teknologi informasi yang semakin pesat, menjadi sebuah peluang baru dalam pelaksanaan edukasi gizi yang dapat diakses secara bebas. Salah satu efek dari pembatasan sosial karena adanya pandemi Covid-19 di Indonesia menyebabkan masyarakat menjadi terbiasa dengan penggunaan teknologi (Assabila & Sefrina, 2022). Pemanfaatan media sosial instagram dan saluran komunitas WhatsApp memungkinkan informasi gizi disampaikan dengan cara yang lebih cepat, interaktif, dan sesuai dengan tren komunikasi masyarakat saat ini.

Edukasi gizi (GIZI 101) diharapkan dapat membantu masyarakat dalam mencari solusi terkait permasalahan gizi dalam kehidupan sehari-hari. Program ini dilakukan secara *online* melalui media sosial Instagram dan saluran komunitas WhatsApp, dengan mempertimbangkan kondisi lingkungan di Desa Rawapanjang. Pemilihan media sosial sebagai sarana edukasi juga telah disesuaikan dengan tren teknologi serta saran dan masukan dari masyarakat agar penyampaian informasi lebih mudah diterima. Selain itu, media sosial memiliki kemampuan untuk menjangkau dan mempengaruhi masyarakat luas dalam waktu bersamaan (Sampurno *et al.*, 2020).

Pos pelayanan terpadu (Posyandu) merupakan perpanjangan tangan Puskesmas yang memberikan pemantauan dan pelayanan kesehatan masyarakat (Wahyuningsih *et al.*, 2023). Pengukuran antropometri juga menjadi aspek yang sangat penting dalam upaya perbaikan gizi, khususnya dalam memantau pertumbuhan dan perkembangan balita. Pelatihan merupakan suatu kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pengembangan sumber daya manusia (Tamsuri, 2022). Antropometri meliputi pengukuran berat badan, tinggi/panjang badan, LILA, serta LK yang menjadi indikator utama dalam menilai status gizi anak dan ibu hamil. Sehingga keterampilan dalam pengukuran antropometri harus dimiliki oleh kader-kader posyandu agar mampu melakukan pemantauan pertumbuhan balita secara tepat, dan hasil yang diperoleh lebih akurat, serta dapat digunakan sebagai data intervensi gizi di masyarakat. Rendahnya

pemahaman kader terhadap standar operasional prosedur pada pengukuran antropometri dapat disebabkan oleh berbagai hal seperti usia kader, tingkat pendidikan, dan aktivitas kader, serta terdapat kemungkinan kurangnya dukungan pelatihan pengukuran (Putra *et al.*, 2024). Hasil dari pengukuran antropometri akan dianalisis dan dilaporkan ke pihak puskesmas sebagai informasi yang digunakan untuk mengembangkan program-program kesehatan (Hafifah & Abidin, 2020).

Tujuan mengadakan kegiatan edukasi gizi (GIZI 101) atau ilmu gizi dasar dan sosialisasi antropometri yang bertujuan meningkatkan pengetahuan kader terkait pentingnya gizi seimbang dan praktik pengukuran antropometri yang benar. Kader diharapkan mampu melakukan pengukuran secara tepat dan sesuai standar, sehingga hasil akhir yang diperoleh akurat dan tidak terjadi bias. Pelatihan pengukuran antropometri dilakukan di Kantor Desa Rawa Panjang Kecamatan Bojong Gede, Kabupaten Bogor dengan mengundang perwakilan kader dari setiap posyandu. Hal ini dilakukan untuk mendukung upaya pencegahan stunting di Desa Rawapanjang. Sebagai bentuk pendekatan edukatif yang interaktif dan menyenangkan, pemberian materi dilakukan menggunakan bantuan *slide* presentasi *PowerPoint* yang dipadukan dengan penjelasan dua arah antara pemateri dan peserta. Sehingga perwakilan kader dari setiap posyandu yang hadir tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga dapat melakukan diskusi bersama dan mempraktikkan pengukuran secara langsung. Pemberian sosialisasi dan penyuluhan dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap pemahaman dan pengetahuan responden (Ramadhan *et al.*, 2024).

Dengan demikian, kedua program kerja yang dilakukan ini diharapkan mampu memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kapasitas masyarakat, baik dalam pengetahuan gizi maupun keterampilan kader dalam melakukan pengukuran antropometri. Upaya ini tidak hanya mendukung perbaikan perilaku gizi keluarga, namun juga dapat memperkuat peran kader posyandu dalam mendeteksi dini permasalahan gizi. Sehingga kedua program yang telah dilaksanakan dapat memberikan kontribusi terhadap pencegahan stunting di wilayah kerja Puskesmas Bojonggede.

## 2. METODE

Kegiatan edukasi gizi online (GIZI 101) berbasis media sosial instagram dan komunitas WhatsApp diikuti oleh 30 peserta yang terdiri dari kader posyandu, bidan desa, dan warga Desa Rawapanjang khususnya ibu hamil, ibu menyusui, dan calon pengantin atau WUS (Wanita Usia Subur). Kegiatan pelatihan antropometri diikuti oleh 13 kader posyandu.

### Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Sebelum dilaksanakan kegiatan edukasi gizi dan pelatihan antropometri, pelaksana melakukan FGD (*Focus Group Discussion*) pada tanggal 1 Agustus 2024 bersama pihak Desa Rawapanjang dan Puskesmas Bojonggede untuk memahami permasalahan gizi dan kesehatan di Desa Rawapanjang dan menentukan program yang tepat untuk membantu mengatasi permasalahan tersebut.

Kegiatan edukasi gizi online (GIZI 101) dilaksanakan pada tanggal 23 Agustus - 6 September 2025 melalui Instagram dan komunitas WhatsApp, sedangkan kegiatan pelatihan antropometri dilaksanakan dalam satu kali pertemuan langsung pada tanggal 29 Agustus 2025 di Kantor Desa Rawapanjang yang berlokasi di Desa Rawapanjang, Kecamatan Bojonggede, Kabupaten Bogor, Jawa Barat.

### Alat dan Bahan

#### Aplikasi

Edukasi gizi *online* (GIZI 101) menggunakan aplikasi sosial media berupa Instagram dan saluran komunitas WhatsApp serta aplikasi desain grafis yaitu Canva.

#### Perangkat presentasi

Perangkat presentasi yang digunakan untuk pelatihan antropometri yaitu *PowerPoint*, laptop, proyektor, HDMI, dan mikrofon untuk menyampaikan edukasi secara visual.

#### Alat Antropometri

Alat yang digunakan untuk pelatihan antropometri yaitu *infantometer/length board* untuk mengukur panjang badan balita <24 bulan, *microtoise/stadiometer* untuk mengukur tinggi badan balita >24 bulan, *baby scale* untuk menimbang berat badan balita, dan pita LILA untuk mengukur lingkar lengan atas.

## Langkah Pelaksanaan

### Sosialisasi

Berdasarkan hasil FGD bersama perangkat desa, kader posyandu, dan tenaga kesehatan, diperoleh informasi bahwa permasalahan utama di Desa Rawapanjang adalah *stunting*. Berdasarkan hasil tersebut, pelaksana merancang program kerja yang ditujukan untuk masyarakat terutama ibu balita, balita, ibu hamil, calon pengantin, dan kader posyandu. Kepala desa dan ketua TP-PKK secara khusus merekomendasikan penguatan edukasi gizi secara *online*. Sebagai tindak lanjut, pelaksana mengadakan kegiatan edukasi gizi (GIZI 101) atau ilmu gizi dasar dan sosialisasi dan praktik pengukuran antropometri yang benar.

### Pelatihan

Kegiatan pelatihan difokuskan pada pelatihan antropometri bagi kader posyandu. Tahapan kegiatan meliputi (1) Pengisian absensi peserta selama 10 menit, (2) Pembukaan dan penyampaian materi selama 15 menit, mencakup pengertian antropometri, syarat alat ukur, syarat kader, syarat ibu hamil dan balita, cara pengukuran antropometri, serta tips praktis untuk mengukur panjang badan bayi agar hasil akurat. Salah satu masalah yang sering ditemukan yaitu kaki bayi sulit diluruskan; solusi yang diberikan adalah menggelitik telapak kaki bayi agar kaki tidak kaku dan mudah diluruskan. (4) Praktik pengukuran antropometri selama 15 menit yang meliputi pengukuran panjang badan bayi, berat badan bayi, dan lingkaran lengan atas pada Wanita Usia Subur (WUS). (5) Sesi tanya jawab dan pengisian kuis selama 10 menit untuk mengukur pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan. (6) Kegiatan diakhiri dengan penutupan dan dokumentasi bersama peserta dan perangkat desa.

### Penerapan Teknologi

Program GIZI 101 dilaksanakan secara daring dengan memanfaatkan media sosial Instagram dan saluran komunitas WhatsApp.

Pembuatan konten dilakukan menggunakan aplikasi desain grafis Canva untuk menghasilkan ilustrasi menarik dan teks singkat yang mudah dipahami.

Kegiatan ini terdiri dari (1) Pengisian pre-test selama tiga hari (23–25 Agustus 2025); (2) Pemberian satu konten edukasi setiap hari mengenai Isi Piringku, *stunting* dan pentingnya

protein, ASI, MPASI, LIKA dan LILA, pentingnya posyandu dan imunisasi, serta edukasi kesehatan umum seperti pembatasan GGL (gula, garam, lemak), anjuran minum air putih, dan tips pemberian garam pada masakan; (3) Pengisian *post-test* selama dua hari (5–6 September 2025).



Gambar 1. Media Edukasi Saluran Komunitas Whatsapp



Gambar 2. Media edukasi berbasis Instagram



Gambar 3. Penyuluhan Pengukuran Antropometri

Pelaksanaan *pre-test*, edukasi gizi, dan *post-test* dilakukan secara daring melalui saluran komunitas WhatsApp dan akun Instagram @desagizi.rp. Rentang waktu pelaksanaan *pre-test* dan *post-test* dibuat lebih dari satu hari karena pengisian dilakukan secara mandiri oleh responden, sehingga diperlukan waktu yang lebih fleksibel untuk memastikan seluruh peserta dapat berpartisipasi dan data yang terkumpul lengkap.

### Pendampingan dan Evaluasi

Selama pelaksanaan kegiatan baik edukasi gizi *online* maupun pelatihan antropometri, dilakukan pendampingan aktif melalui komunikasi daring dan tatap muka untuk memastikan seluruh peserta memahami materi yang diberikan. Evaluasi dilakukan melalui hasil *pre-test* dan *post-test* guna menilai peningkatan pengetahuan gizi peserta, serta melalui hasil kuis pada pelatihan antropometri untuk mengukur tingkat pemahaman kader terhadap praktik pengukuran yang benar.

### Keberlanjutan Program

Sebagai tindak lanjut, pelaksana mendorong ibu-ibu PKK dan kader posyandu untuk melanjutkan kegiatan edukasi dan praktik antropometri secara mandiri. Program ini diharapkan menjadi langkah berkelanjutan dalam meningkatkan pengetahuan gizi masyarakat, serta memperkuat ketahanan pangan dan derajat kesehatan di Desa Rawapanjang.

### Metode Pengukuran Hasil dan Monitoring/Evaluasi

Tingkat pengetahuan peserta pada program edukasi gizi online (GIZI 101) diukur menggunakan kuesioner *pre-test* dan *post-test*

dengan 15 pertanyaan terkait Isi Piringku, *stunting*, jenis dan sumber protein, ASI dan MPASI, pengukuran antropometri, dan pentingnya posyandu serta imunisasi. Indikator keberhasilan ditentukan dengan peningkatan skor pengetahuan peserta antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Program dinilai berhasil apabila rata-rata skor *post-test* lebih tinggi dibandingkan skor *pre-test*, sehingga dapat dikatakan terjadi peningkatan pengetahuan baik pada peserta.

Tingkat pengetahuan peserta pada pelatihan antropometri diukur menggunakan kuesioner dengan 10 pertanyaan terkait pengertian antropometri, alat pengukuran, dan angka standar status gizi. Indikator keberhasilan ditunjukkan oleh proporsi peserta yang mampu menjawab dengan benar  $\geq 75\%$  dari total pertanyaan, yang menandakan pemahaman baik terhadap materi pelatihan.

Tabel 1. Pertanyaan *pre-post* test Edukasi GIZI 101 dan kuis Pelatihan Antropometri

No.	Pertanyaan Edukasi Gizi	Pertanyaan Antropometri
1.	Manakah pernyataan yang benar tentang <i>stunting</i> ?	Apa yang dimaksud dengan pengukuran antropometri?
2.	Isi piring seimbang harus mengandung?	Tujuan pengukuran antropometri di posyandu yaitu?
3.	Terdapat dua jenis protein, yaitu?	Sebagai seorang kader posyandu apa syarat yang paling penting untuk dimiliki?
4.	Manakah yang termasuk sumber protein?	Pada balita usia < 24 bulan, pengukuran panjang badan dilakukan dengan posisi?
5.	<i>Stunting</i> dapat menyebabkan anak mengalami hal berikut, kecuali?	Pada saat mengukur panjang badan balita, posisi kaki anak harus?
6.	Apa yang boleh dikonsumsi oleh ibu pasca melahirkan?	Balita usia 35 bulan dapat diukur menggunakan?
7.	(Pernyataan benar/salah) Ikan dan daging dapat membuat ASI menjadi 'amis' sehingga harus dihindari	Nilai LiLA < 23,5 cm pada ibu hamil menunjukkan?

No.	Pertanyaan Edukasi Gizi Pertanyaan:	Pertanyaan Antropometri Pertanyaan:
8.	Anak mulai diberi MPASI sejak umur?	Kenaikan berat badan ibu hamil tergantung pada?
9.	(Pernyataan benar/salah) MPASI boleh diberi MSG setiap hari supaya gurih dan anak suka	Pengukuran lingkaran kepala menggunakan alat yang bernama?
10.	Tekstur MPASI untuk anak usia 6-8 bulan yang baru mulai belajar makan yaitu?	Mengapa alat pengukuran perlu dikalibrasi?
11.	Yodium dalam garam berfungsi untuk?	
12.	Jumlah kebutuhan air putih harian anak usia sekolah rata-rata adalah?	
13.	Waktu yang dianjurkan untuk minum air putih adalah?	
14.	Anak perlu timbang BB & ukur TB di Posyandu karena?	
15.	Selain berat dan tinggi badan, cara mengukur status gizi ibu dan anak adalah...kecuali...	

### Pengolahan Data

Data nilai *pre-test* dan *post-test* dan kuis diolah menggunakan *Google Spreadsheet* dan SPSS versi 25.0 untuk menganalisis tingkat pengetahuan peserta.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Desa Rawapanjang merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Bojonggede, Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Desa ini menjadi lokasi fokus program kerja karena perangkat desa yang masih semangat dan terus mengupayakan berbagai penanganan stunting agar prevalensi stunting di desa mengalami penurunan, serta kesehatan masyarakat dapat terjaga dengan lebih baik.

Pada tahap awal dilakukan sosialisasi kegiatan terlebih dahulu. Sosialisasi dilakukan pada saat FGD bersama perangkat desa, kader posyandu, dan tenaga kesehatan yang terdapat di

Desa Rawapanjang. Pada tahap ini diperoleh informasi bahwa permasalahan utama di Desa Rawapanjang adalah *stunting*.

Pada tahap kedua sebagai langkah pengenalan teknologi, dilakukan edukasi gizi (GIZI 101) secara daring dengan memanfaatkan media sosial Instagram dan saluran komunitas WhatsApp. Hasil evaluasi dari tahapan ini tertera pada tabel 4 dan gambar 4.

Selanjutnya pada tahap ketiga dilakukan pelatihan pengukuran antropometri untuk memberikan pengetahuan kepada kader posyandu terkait cara pengukuran dengan baik dan benar. Hasil evaluasi dari tahapan ini tertera pada tabel 5 dan gambar 5.

Selama pelaksanaan kegiatan, dilakukan pendampingan aktif melalui komunikasi daring dan tatap muka untuk memastikan seluruh peserta memahami materi yang diberikan. Kegiatan ini mengevaluasi dua program kerja yang telah terlaksana dan terintegrasi di wilayah Desa Rawapanjang berdasarkan sosialisasi kegiatan *Focus Group Discussion* (FGD). Hasil sosialisasi inilah yang menjadi dasar perancangan program edukasi gizi berupa GIZI 101 yang berbasis media sosial Instagram dan saluran komunitas WhatsApp, serta pelatihan pengukuran antropometri bagi kader posyandu.

### **Karakteristik Responden**

#### Responden Program Edukasi Gizi Online (GIZI 101)

Kegiatan Gizi 101 menjadi bentuk sosialisasi dan penerapan teknologi dalam edukasi gizi berbasis digital yang ditujukan kepada warga Desa Rawapanjang. Responden dalam edukasi gizi berbasis media sosial Instagram dan saluran komunitas WhatsApp ini sebanyak 30 orang yang terdiri dari ibu kader posyandu di daerah Desa Rawapanjang dan ibu calon pengantin. Kelompok ini dipilih karena memiliki peran penting dalam menunjang kesehatan keluarga dan masyarakat, khususnya dalam hal mencegah permasalahan gizi sejak dini.

Tabel 2. Distribusi karakteristik responden program edukasi gizi online (Gizi 101)

No	Profil Responden	n	%
<b>Jenis Kelamin</b>			
1	a. Perempuan	30	100
	b. Laki-laki	0	0
<b>Usia (tahun)</b>			
2	a. < 25	1	3,33
	b. 25 – 30	1	3,33
		3	10,0

No	Profil Responden	n	%
	c. 31 – 40	25	83,33
	d. > 40		
<b>Riwayat Pendidikan</b>			
	a. SD	0	0
	b. SMP	4	13,3
	c. SMA	20	66,67
3	d. D3	3	10,0
	e. S1	3	10,0
	f. Pascasarjana	0	0

Berdasarkan tabel 2, karakteristik responden dalam kegiatan ini meliputi jenis kelamin, usia, dan riwayat pendidikan. Total responden adalah sebanyak 30 orang yang secara keseluruhan berjenis kelamin perempuan 100%. Rentang usia responden dimulai dari < 25 tahun hingga > 40 tahun, namun mayoritas responden memiliki usia > 40 tahun sekitar 83,3%. Serta diketahui berdasarkan tabel di atas rata-rata responden memiliki riwayat pendidikan sampai SMA (Sekolah Menengah Atas) sebanyak 66,67%.

### Responden Program Penyuluhan Antropometri

Responden dalam kegiatan penyuluhan antropometri ini berjumlah 13 orang yang terdiri atas ibu kader posyandu. karakteristik responden memberikan gambaran umum mengenai latar belakang peserta yang dapat memengaruhi pemahaman dan penerimaan materi penyuluhan.

Tabel 3. Distribusi karakteristik responden program penyuluhan antropometri

No	Profil Responden	n	%
<b>Jenis Kelamin</b>			
	a. Perempuan	13	100
1	b. Laki-laki	0	0
<b>Usia (tahun)</b>			
	a. < 35	1	7,69
	b. 35 – 40	1	7,69
2	c. 41 – 50	8	61,53
	d. > 50	3	23,07

Berdasarkan tabel 3, responden secara keseluruhan berjenis kelamin perempuan serta berada dalam rentang usia <35 sampai >50 tahun. Rentang usia ini tergolong usia dewasa madya, ibu sudah memiliki pengalaman dalam mengurus anak dan aktif dalam kegiatan posyandu. Mayoritas responden berada dalam rentang usia 41-50 tahun yaitu dengan

persentase sebesar 61,53%. Pada usia ini, kemampuan untuk menerima dan memahami informasi masih cukup baik, meskipun terkadang kecepatan dalam menyerap materi baru tidak secepat kelompok usia lebih muda. Namun, kedewasaan dan pengalaman hidup mereka menjadikan penyuluhan lebih mudah diterima karena dapat dihubungkan dengan praktik nyata di posyandu.

### Hasil Intervensi Program

#### Pengetahuan Gizi Responden Program Gizi 101

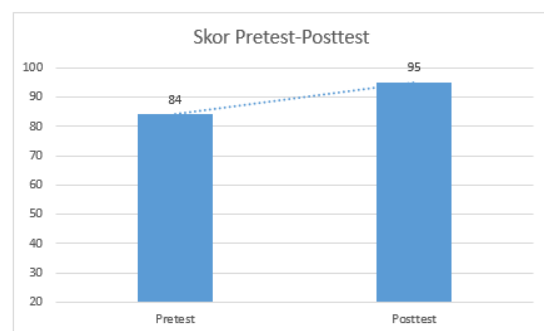
Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang dan informasi gizi lainnya melalui media sosial instagram dan saluran komunitas WhatsApp. Tahapan penerapan teknologi dalam program ini meliputi pengisian *pretest*, penyampaian konten edukatif selama 14 hari berturut-turut, dengan konten yang dirancang menggunakan aplikasi desain *Canva*, serta di tahap akhir yaitu pengisian *posttest*.

Efektivitas edukasi gizi (GIZI 101) diukur menggunakan evaluasi berupa *pretest* dan *posttest* yang dibagikan melalui saluran komunitas WhatsApp yang dikerjakan oleh responden secara *online*. Hasil yang diperoleh dapat menentukan sejauh mana peningkatan pemahaman dan pengetahuan gizi responden sebelum dan sesudah diberikan materi. Sehingga didapatkan hasil perbandingan rata-rata skor pengetahuan peserta:

Tabel 4. Hasil skor *pretest* dan *posttest* edukasi gizi *online* (Gizi 101)

Variabel	Mean $\pm$ SD	n	p-value
<i>Pretest</i>	84 $\pm$ 10,7	30	
<i>Posttest</i>	95 $\pm$ 5,9	30	0,000

\*Wilcoxon Signed Rank Test



Gambar 4. Grafik skor *pretest* dan *posttest* edukasi gizi *online* (Gizi 101)

Berdasarkan tabel 4 dan gambar 4, hasil akhir skor rata-rata *pre-test* dan *post-test*, diketahui sebanyak 77% responden mengalami peningkatan skor, sedangkan 23% responden memiliki skor tetap, dan tidak ada responden yang mengalami penurunan skor. Dari hasil uji *wilcoxon signed rank test* didapatkan nilai rata-rata skor *pretest* sebesar  $[84 \pm 10,7]$  mengalami peningkatan menjadi  $[95 \pm 5,9]$  pada *posttest*. Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna.

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi gizi (GIZI 101) berbasis media sosial instagram dan saluran komunitas WhatsApp efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi responden. Hasil ini sejalan dengan penelitian Padmasari & Sugiyono (2024) yang menyatakan bahwa pemberian edukasi melalui pesan teks dan leaflet WhatsApp dapat meningkatkan pengetahuan responden secara signifikan dengan rata-rata peningkatan sebesar  $\Delta 4,71$  ( $p = 0,000$ ). Selain itu, berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Simanjuntak *et al.*, (2021) menyatakan bahwa edukasi yang melalui Instagram efektif dalam mengubah sikap dan perilaku sasaran.

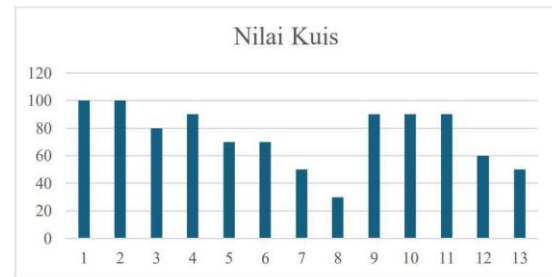
Selama kegiatan berlangsung, pelaksana juga melakukan pendampingan daring untuk memastikan seluruh peserta aktif berpartisipasi dan memahami materi yang diberikan. Program ini diharapkan dapat berlanjut melalui inisiatif warga desa yang senantiasa menyebarkan konten edukasi gizi secara mandiri di komunitas masing-masing.

### Pengetahuan Gizi Responden Program Penyuluhan Antropometri

Penggunaan alat antropometri yang kurang tepat berisiko menghasilkan data pengukuran yang keliru (Didah *et al.*, 2024). Efektivitas dan ketepatan kader dalam kegiatan penyuluhan ini diukur dengan ibu kader posyandu mengerjakan beberapa soal kuis pada kertas soal yang diberikan. Hasil yang diperoleh dapat memberikan gambaran sejauh mana ibu-ibu kader paham dengan materi dan praktik yang sudah dilakukan. Sehingga didapatkan hasil perbandingan rata-rata skor pengetahuan peserta:

Tabel 5. Hasil skor kuis penyuluhan antropometri

Variabel	Mean $\pm$ SD	n
Kuis	74,6 $\pm$ 21,8	13



Gambar 5. Grafik hasil skor kuis penyuluhan antropometri

Berdasarkan tabel 5 dan gambar 5, didapatkan hasil rata-rata nilai kuis responden adalah 74,6 dengan nilai standar deviasi sebesar 21,8 yang menyatakan bahwa terdapat variasi yang cukup tinggi pada nilai kuis antar responden. Hasil nilai kuis juga menunjukkan bahwa sebagian responden mendapatkan nilai yang cukup tinggi  $> 70$ , dengan nilai terbanyak adalah 90. Hal ini mengindikasikan bahwa performa responden dalam mengisi kuis cenderung baik. Sejalan dengan hasil penelitian Aisyah *et al.*, (2024) yang menyatakan bahwa pelatihan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan mengenai pengukuran antropometri.

### Pembahasan Umum

Secara keseluruhan kedua program kerja yang telah dilaksanakan, baik edukasi gizi berbasis media sosial instagram dan saluran komunitas WhatsApp maupun pelatihan pengukuran antropometri yang dilakukan secara *offline* (tatap muka), menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pengetahuan responden.

Hal ini menunjukkan bahwa edukasi berbasis media digital dan penyuluhan tatap muka dapat saling melengkapi. Pemberian edukasi melalui media *online* lebih unggul dalam aspek jangkauan dan kemudahan akses materi oleh responden, sedangkan pada penyuluhan yang dilakukan secara *offline* dinilai tepat, karena memungkinkan kader mencoba secara langsung teknik pengukuran antropometri dengan bimbingan fasilitator. Dengan demikian, kombinasi antara kedua program kerja ini berpotensi menjadi strategi edukasi gizi yang lebih komprehensif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan responden. Selain itu, program pemberian pendidikan kesehatan dan gizi merupakan salah satu cara untuk menerapkan intervensi kesehatan global

yang dilakukan sederhana dan efektif (Irawan *et al.*, 2020).

#### 4. SIMPULAN DAN SARAN

Program edukasi gizi berbasis media sosial (GIZI 101) dan pelatihan pengukuran antropometri bagi kader posyandu di Desa Rawapanjang, terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta. Edukasi gizi berhasil meningkatkan rata-rata skor pengetahuan responden dari 84 menjadi 95 ( $p < 0,05$ ), sedangkan pelatihan antropometri menghasilkan rata-rata nilai kuis 74,6 dengan sebagian besar kader memperoleh skor di atas 70. Hasil ini menunjukkan bahwa kombinasi metode edukasi daring dan pelatihan luring dapat menjadi strategi komprehensif dalam upaya peningkatan kapasitas masyarakat. Program ini berkontribusi pada penguatan peran kader posyandu dalam pemantauan gizi balita serta mendukung upaya pencegahan stunting di tingkat desa.

Kegiatan edukasi gizi berbasis media sosial dan pelatihan antropometri perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dengan melibatkan lebih banyak peserta. Kader posyandu disarankan rutin mengikuti pelatihan agar keterampilan pengukuran semakin terstandar, sementara puskesmas dan pemerintah desa dapat memanfaatkan media sosial sebagai sarana edukasi gizi yang mudah diakses masyarakat. Evaluasi lanjutan juga penting dilakukan untuk menilai dampak jangka panjang terhadap perilaku gizi keluarga dan upaya pencegahan stunting di desa.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak Puskesmas Bojonggede dan Desa Rawapanjang yang telah memberikan izin dan dukungan sehingga kegiatan edukasi gizi yang merupakan bagian dari kegiatan Praktik Kerja Lapangan Pengabdian Masyarakat dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga pelaksana sampaikan kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan membantu selama pelaksanaan kegiatan ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, L. Y., Arini, F. A., & Ilmi, I. M. (2025). Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu Dalam Pengukuran Antropometri Di Negeri Lesluru, Kabupaten Maluku Tengah, Provinsi Maluku. *Jurnal Pengabdian Gizi Dan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(2), 128-135.  
<https://doi.org/10.53823/jpgkm.v2i2.110>
- Assabila, S. Y., & Sefrina, L. R. (2022). Kajian Pustaka: Penggunaan Media Digital Sebagai Alternatif Media Pendidikan Gizi pada Remaja di Masa Pandemi COVID-19. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 16(1), 118–125.  
<https://doi.org/10.33860/jik.v16i1.693>
- Didah, D., Martini, N., Bestari, A. D., & Mandiri, A. (2024). Pengetahuan Kader Tentang Gizi Balita Dan Pengukuran Antropometri. *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks Untuk Masyarakat*, 13(3), 282-286.  
<https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v13i3.43159>
- Fitriani, D. A., Winengsih, E., Sugiharti, I., Yulianti, M., & Nurlaela, D. (2024). Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Di SMK Jatinangor. *Indonesia Berdaya*, 5(3), 823-824.  
<https://doi.org/10.47679/ib.2024834>
- Hafifah, N., & Abidin, Z. (2020). Eran Posyandu Dalam Meningkatkan Kualitas Kesehatan Ibu Dan Anak Di Desa Sukawening, Kabupaten Bogor. *Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat*, 2(5), 893-900.  
<https://journal.ipb.ac.id/pim/article/view/31742/20160>
- Haryani, S., Astuti, A. P., & Sari, K. (2021). Pencegahan Stunting Melalui Pemberdayaan Masyarakat Dengan Komunikasi Informasi Dan Edukasi Di Wilayah Desa Candirejo Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. *Jurnal Pengabdian Kesehatan STIKES Cendekia Utama Kudus*, 4(1), 30-39.  
<https://doi.org/10.31596/jpk.v4i1.104>
- Irawan, A. M. A., Umami, Z., & Rahmawati, L. A. (2020). Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Gizi Dan Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Universitas Al Azhar Indonesia*, 2(2), 46-51.  
<http://dx.doi.org/10.36722/jpm.v2i2.369>
- Padmasari, S., & Sugiyono. (2024). Pemanfaatan Media Sosial Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Kepatuhan

- Pasien Diabetes Melitus. *JPSCR: Journal Of Pharmaceutical Science And Clinical Research*, 9(2), 200-208. <https://doi.org/10.20961/jpscr.v9i2.74336>
- Putra, M. S., Anggiruling, D. O., Amrinanto, A. H., & Muthmainah, N. I. (2024). Peningkatan Kapasitas Kader Melalui Pelatihan Pengukuran Antropometri Di Posyandu Melati Kota Bogor. *Jurnal Pengabdian Gizi Dan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1(2), 47-53. <https://doi.org/10.53823/jpgkm.v1i2.63>
- Ramadhan, A. A., Maulidya, R., Salsabiila, P., Mu'afi, M. F., Widayati, E., & Nufaisa, N. (2024). Peningkatan Pemahaman Masyarakat Desa Sanganom Dalam Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Gizi Seimbang. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Universitas Al Azhar Indonesia*, 7(1), 1-11. <http://dx.doi.org/10.36722/jpm.v7i1.3177>
- Simanjuntak, M., Yuliati, L. N., Rizkillah, R., & Maulidina, A. (2022). Pengaruh Inovasi Edukasi Gizi Berbasis Social Media Marketing Terhadap Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Dalam Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Ilmiah Keluarga Dan Konsumen*, 15(2), 164-177. <https://doi.org/10.24156/jikk.2022.15.2.164>
- Sampurno, M. B., Kusumandyoko, T. C., & Islam, M. A. (2020). Budaya Media Sosial, Edukasi Masyarakat Dan Pandemi Covid-19. *SALAM: Jurnal Sosial & Budaya Islam*, 7(6), 529-542. <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i5.15210>
- Tamsuri, A. (2022). Literatur Review Penggunaan Metode Kirkpatrick Untuk Evaluasi Pelatihan Di Indonesia. *JIP: Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(8), 2723-2733 <https://media.neliti.com/media/publications/469956-none-ceb027c9.pdf>
- Umasugi, M. T. (2021). Sosialisasi Dan Edukasi Pemberian Vaksin Sebagai Upaya Trust Pada Masyarakat Kota Ambon. *JAHE: Journal Of Human And Education*, 1(2), 5-7. <https://doi.org/10.31004/jh.v1i2.12>
- Wahyuningsih, E. M., Budyarja, B., An Nissa, A., Oktaviano, C., Rahman, R., Anggraini, D. N., & Pramudita, A. (2023). Sosialisasi Peningkatan Kualitas Pertanian Petani Desa Siwal Bersama Kkn Uniba Surakarta. *Budimas : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1). Retrieved from <https://jurnal.stie-aas.ac.id/index.php/JAIM/article/view/822>