

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Peran Bidan Dalam Memberdayakan Nenek Sebagai Caregiver Cucu Melalui Edukasi Gizi Dan Kesehatan Anak

Yarnita¹, Andi Nursiah², Endang Ernandini³, Kasmiati⁴

¹ Program Studi Kebidanan, STIKes Piala Sakti Pariaman

² Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

³ Fakultas Kedokteran Militer, Universitas Pertahanan RI

⁴ Program Studi PGMI, Universitas Islam Negeri Sultan Aji Muhammad Idris Samarinda

ABSTRACT

The modern family structure has shifted, leading many children to be cared for by their grandmothers due to parental work demands. This situation requires grandmothers to have sufficient understanding of child nutrition and health care. This community service program aimed to empower grandmothers as caregivers through education on balanced nutrition and early childhood health. The methods included interactive lectures, group discussions, menu-planning demonstrations, and leaflet distribution. The program took place in Village X, under the supervision of Community Health Center Y, involving 35 elderly female participants who actively cared for their grandchildren. The results indicated a 70% increase in participants' knowledge based on pre- and post-test results and improved skills in planning healthy family menus. This activity had a positive impact on enhancing grandmothers' caregiving abilities and supported family-based health promotion efforts.

Keywords: Midwife, Caregiver, Grandmother, Child Nutrition, Child Health

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

ABSTRAK

Perubahan struktur keluarga modern menyebabkan banyak anak diasuh oleh nenek karena orang tua bekerja di luar rumah. Kondisi ini menuntut kesiapan nenek dalam memahami aspek gizi dan kesehatan anak. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberdayakan nenek sebagai *caregiver* melalui edukasi mengenai gizi seimbang dan perawatan kesehatan anak usia dini. Metode pelaksanaan mencakup ceramah interaktif, diskusi kelompok, demonstrasi penyusunan menu sehat, serta pembagian leaflet edukatif. Kegiatan dilaksanakan di Desa X, wilayah kerja Puskesmas Binaan Y, dengan melibatkan 35 peserta lansia perempuan yang berperan aktif mengasuh cucu. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta sebesar 70% berdasarkan hasil pre-test dan post-test, serta peningkatan keterampilan dalam merencanakan menu sehat keluarga. Kegiatan ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan kemampuan nenek dalam pengasuhan anak, sekaligus mendukung upaya promosi kesehatan berbasis keluarga.

Kata Kunci: Bidan, Caregiver, Nenek, Gizi Anak, Kesehatan Anak

*Corresponden: Yarnita

*Email: yarnita1987@gmail.com

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

I. PENDAHULUAN

Perubahan sosial dan ekonomi di era modern menimbulkan dampak pada pola pengasuhan anak di Indonesia. Banyak keluarga muda yang harus bekerja di luar rumah, sehingga peran pengasuhan sebagian besar dialihkan kepada anggota keluarga lain, khususnya nenek. Nenek menjadi figur penting dalam menjaga kesehatan dan memenuhi kebutuhan gizi cucu, terutama di lingkungan keluarga menengah ke bawah yang masih menjunjung tinggi nilai kekeluargaan.

Sebagian besar nenek tidak memiliki pengetahuan yang memadai tentang gizi seimbang dan kesehatan anak. Kesalahan umum yang sering terjadi antara lain pemberian makanan tidak sesuai usia, kebiasaan konsumsi makanan instan, serta kurangnya perhatian terhadap imunisasi dan kebersihan diri anak. Akibatnya, anak lebih rentan terhadap masalah gizi kurang, anemia, atau penyakit infeksi ringan.

Bidan memiliki peran strategis dalam memberikan edukasi kesehatan kepada masyarakat, termasuk dalam pemberdayaan nenek sebagai *caregiver* keluarga. Melalui kegiatan penyuluhan dan pendampingan, bidan dapat meningkatkan pemahaman nenek tentang kebutuhan gizi, pola asuh sehat, dan pencegahan penyakit pada anak usia dini.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan sebagai wujud implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya dalam aspek pengabdian kepada masyarakat, untuk meningkatkan literasi gizi dan kesehatan anak di lingkungan keluarga melalui pemberdayaan nenek sebagai pengasuh utama cucu.

II. METODE PELAKSANAAN

1. Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada bulan September 2025 di Desa X, wilayah kerja Puskesmas Binaan Y. Desa ini merupakan salah satu wilayah binaan dengan karakteristik masyarakat yang sebagian besar perempuan lanjut usia masih berperan aktif dalam pengasuhan cucu karena faktor sosial ekonomi dan pekerjaan anak-anak mereka di luar daerah.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

2. Sasaran dan Peserta

Sasaran kegiatan adalah nenek yang berperan sebagai pengasuh utama cucu di lingkungan desa tersebut. Total peserta berjumlah 35 orang, dengan rentang usia 50–70 tahun. Berdasarkan data hasil observasi awal, sekitar 80% peserta tinggal satu rumah dengan cucu dan 60% di antaranya bertanggung jawab penuh terhadap pengasuhan harian anak.

Karakteristik peserta juga menunjukkan bahwa sebagian besar memiliki latar belakang pendidikan dasar (SD/SMP) dan belum pernah mengikuti pelatihan atau edukasi tentang gizi anak sebelumnya.

3. Tujuan Kegiatan

Tujuan utama kegiatan ini adalah untuk memberdayakan nenek sebagai *caregiver* yang mampu memberikan asuhan gizi dan kesehatan anak yang benar. Tujuan khususnya meliputi:

- a) Meningkatkan pengetahuan peserta tentang kebutuhan gizi seimbang anak.
- b) Meningkatkan keterampilan peserta dalam menyusun menu sehat berbasis bahan pangan lokal.
- c) Meningkatkan kesadaran peserta terhadap pentingnya kebersihan diri dan lingkungan dalam menjaga kesehatan anak.
- d) Menguatkan peran bidan sebagai edukator dan fasilitator dalam pemberdayaan keluarga.

4. Metode Kegiatan

Kegiatan dilakukan melalui pendekatan partisipatif dan edukatif, dengan kombinasi metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, demonstrasi, dan pembagian media edukasi.

a) Tahap Persiapan

- Koordinasi antara tim dosen, bidan desa, dan pihak Puskesmas untuk menentukan jadwal dan lokasi kegiatan.
- Pengumpulan data awal mengenai jumlah nenek pengasuh cucu di wilayah tersebut melalui wawancara singkat dan observasi lapangan.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

- Penyusunan materi penyuluhan meliputi topik gizi seimbang, pentingnya imunisasi, kebersihan pribadi anak, serta peran keluarga dalam pencegahan stunting.
- Pembuatan leaflet dan panduan menu sehat sederhana yang disesuaikan dengan kondisi sosial ekonomi peserta.
- Penyusunan alat evaluasi berupa kuesioner pre-test dan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan.

b) Tahap Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan dalam **dua sesi utama** selama satu hari penuh di Balai Desa.

1. Sesi I – Edukasi dan Ceramah Interaktif

- Materi disampaikan oleh bidan desa dan dosen kebidanan.
- Topik meliputi kebutuhan gizi anak usia dini, pencegahan penyakit infeksi, kebersihan makanan, dan pemantauan tumbuh kembang.
- Ceramah disertai tanya jawab agar peserta lebih aktif dan memahami konsep dasar dengan baik.

2. Sesi II – Diskusi dan Demonstrasi

- Peserta dibagi menjadi kelompok kecil (5–6 orang) untuk berbagi pengalaman mengasuh cucu.
- Setiap kelompok mendiskusikan kendala yang dihadapi dalam pemberian makan anak serta kebiasaan pengasuhan.
- Bidan memberikan demonstrasi penyusunan menu harian anak menggunakan bahan pangan lokal, seperti sayur bening, ikan, telur, dan buah-buahan.
- Peserta juga berlatih menyusun jadwal makan anak berdasarkan usia dan kebutuhan energi.

3. Penyebaran Media Edukasi

- Setiap peserta diberikan leaflet dan panduan menu sehat sebagai media pendukung untuk diterapkan di rumah.
- Leaflet berisi informasi singkat dan ilustrasi yang mudah dipahami oleh peserta lanjut usia.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

c) Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan menggunakan tiga pendekatan:

- 1) Kuantitatif: dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan.
- 2) Kualitatif: melalui observasi langsung terhadap partisipasi dan keterlibatan peserta selama kegiatan.
- 3) Wawancara Singkat: untuk menilai rencana penerapan praktik pengasuhan sehat di lingkungan keluarga setelah kegiatan selesai.

d) Analisis Data

Data hasil pre-test dan post-test dianalisis secara deskriptif kuantitatif untuk mengetahui peningkatan rata-rata skor pengetahuan peserta. Sedangkan hasil observasi dan wawancara dianalisis secara deskriptif kualitatif untuk menggambarkan perubahan sikap dan komitmen peserta terhadap penerapan perilaku sehat dalam pengasuhan cucu.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

1. Hasil Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terlaksana dengan baik dan mendapat antusiasme tinggi dari para peserta. Dari 35 nenek yang terdaftar, 33 orang (94%) hadir secara penuh mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Mayoritas peserta menunjukkan ketertarikan tinggi terhadap topik gizi anak dan praktik pengasuhan modern yang relevan dengan kondisi keluarga saat ini.

Sebelum penyuluhan dimulai, dilakukan pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal mengenai gizi seimbang dan kesehatan anak. Rata-rata skor pre-test peserta adalah 56,4 (kategori sedang). Setelah kegiatan edukasi dan demonstrasi menu sehat, dilakukan post-test yang menunjukkan peningkatan skor rata-rata menjadi 90,2 (kategori baik). Dengan demikian, terdapat peningkatan pengetahuan sebesar 60%.

Selain peningkatan pengetahuan, hasil observasi menunjukkan bahwa:

- 88% peserta mampu menyebutkan komponen gizi seimbang untuk anak usia dini.

- 85% peserta mampu menyusun menu harian anak dengan bahan lokal bergizi.
- 80% peserta memahami pentingnya kebersihan pribadi, mencuci tangan, dan menjaga lingkungan rumah yang sehat.
- 75% peserta menyatakan akan mengurangi pemberian makanan instan dan memperbanyak konsumsi sayur dan buah untuk cucu.

Setelah kegiatan, tim pelaksana bersama bidan desa membentuk Kelompok Nenek Peduli Gizi Anak yang beranggotakan 20 orang. Kelompok ini bertugas menjadi perpanjangan tangan Puskesmas untuk mengingatkan keluarga lain tentang pentingnya pola makan sehat dan kebersihan anak.

2. Dampak Kegiatan

Kegiatan ini membawa beberapa dampak positif yang teridentifikasi selama dan setelah pelaksanaan, antara lain:

a) Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Pengasuhan

Peserta mampu memahami kebutuhan gizi berdasarkan usia anak serta peran penting kebersihan lingkungan dalam pencegahan penyakit.

b) Perubahan Perilaku Sehat

Melalui wawancara tindak lanjut dua minggu pasca kegiatan, sekitar 70% peserta mengaku telah mempraktikkan menu sehat dan kebiasaan cuci tangan sebelum makan.

c) Peningkatan Kepercayaan Diri Nenek sebagai Caregiver

Peserta merasa lebih percaya diri dan dihargai dalam peran mereka sebagai pengasuh cucu, sebagaimana disampaikan oleh salah satu peserta:

“Sekarang saya tahu bagaimana menyusun makanan sehat dan menjaga kebersihan cucu. Rasanya saya lebih siap mengurus cucu dengan benar.”

d) Kolaborasi dengan Puskesmas dan Kader Posyandu

Puskesmas Binaan Y berkomitmen menjadikan kelompok nenek binaan ini sebagai mitra dalam kegiatan *Posyandu Balita* dan *Posyandu Lansia*.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

b. Pembahasan

Peningkatan pengetahuan peserta sebesar 60% membuktikan bahwa kegiatan edukasi dengan metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan demonstrasi efektif diterapkan pada kelompok lanjut usia. Pendekatan visual dan partisipatif membantu peserta memahami konsep gizi dengan lebih mudah. Hal ini sejalan dengan penelitian Handayani (2020) yang menunjukkan bahwa edukasi interaktif meningkatkan retensi pengetahuan pada lansia hingga 65%.

Peran bidan sebagai fasilitator dalam kegiatan ini menjadi kunci keberhasilan program. Bidan memiliki kedekatan sosial dengan masyarakat, sehingga pesan kesehatan dapat diterima lebih baik. Menurut Kemenkes RI (2021), bidan tidak hanya berperan sebagai tenaga pelayanan kebidanan, tetapi juga sebagai agen perubahan sosial dalam promosi kesehatan keluarga.

Kegiatan ini juga memperlihatkan bahwa nenek sebagai *caregiver* memiliki peran penting dalam menjaga tumbuh kembang anak, terutama di keluarga yang orang tuanya bekerja. Peran mereka dapat diperkuat dengan edukasi gizi dan kesehatan yang berkesinambungan. Sejalan dengan pendapat Pender (1996) dalam *Health Promotion Model*, perilaku sehat seseorang terbentuk melalui motivasi internal, dukungan lingkungan, dan pengetahuan yang memadai.

Selain itu, pembentukan kelompok *Nenek Peduli Gizi Anak* merupakan bentuk nyata pemberdayaan komunitas yang selaras dengan prinsip Community-Based Health Promotion, yaitu keterlibatan aktif masyarakat dalam memecahkan masalah kesehatannya sendiri.

Beberapa hambatan selama pelaksanaan, antara lain:

- Sebagian peserta mengalami keterbatasan daya ingat, sehingga materi perlu disampaikan secara perlahan dan berulang.
- Tidak semua peserta memiliki akses ekonomi yang memadai untuk membeli bahan makanan bergizi tinggi.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Untuk mengatasi hal tersebut, tim pelaksana bekerja sama dengan Puskesmas dalam menyusun daftar alternatif bahan pangan lokal bergizi dengan harga terjangkau, seperti tempe, daun kelor, ikan lele, dan pisang.

1. Analisis Keberhasilan Kegiatan

Keberhasilan kegiatan diukur melalui tiga indikator utama:

Aspek	Indikator Keberhasilan	Hasil
Pengetahuan	Peningkatan nilai post-test dibanding pre-test	60% peningkatan rata-rata skor
Keterampilan	Kemampuan menyusun menu gizi seimbang	85% peserta mampu
Perilaku Sehat	Penerapan kebiasaan sehat di rumah	70% peserta menerapkan perilaku baru

Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian telah memberikan dampak nyata terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan keterampilan nenek dalam mengasuh cucu secara sehat.

2. Relevansi terhadap Tujuan SDGs

Kegiatan ini berkontribusi terhadap pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs), terutama:

- Tujuan 3: *Good Health and Well-Being* meningkatkan pengetahuan keluarga dalam menjaga kesehatan anak.
- Tujuan 5: *Gender Equality* memberdayakan perempuan lanjut usia agar tetap produktif dan berperan aktif dalam keluarga.
- Tujuan 4: *Quality Education* memperluas akses edukasi kesehatan informal berbasis masyarakat.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

a. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan nenek dalam memberikan asuhan gizi dan kesehatan anak. Peran bidan sebagai edukator terbukti efektif dalam memberdayakan keluarga melalui pendekatan yang

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

komunikatif dan partisipatif. Terjadi peningkatan pengetahuan peserta sebesar 70% serta terbentuknya kelompok *Nenek Peduli Gizi Anak* sebagai upaya keberlanjutan program.

b. Saran

Diperlukan kegiatan lanjutan berupa pendampingan rutin oleh bidan desa dan kader posyandu, serta pengembangan modul edukasi keluarga berbasis usia lanjut agar informasi yang diberikan lebih mudah dipahami dan diterapkan di rumah.

DAFTAR PUSTAKA

1. Andi Nursiah., & Rahmat, R. A. (2025). Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 96–105. <https://doi.org/10.59585/bajik.v4i1.845>
2. Depkes RI. (2021). *Pedoman Pemberdayaan Keluarga dalam Upaya Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
3. Fitriani, L., & Hidayat, R. (2022). Peran Bidan dalam Promosi Kesehatan Keluarga. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(2), 89–98.
4. Handayani, E. (2020). Pendidikan Kesehatan untuk Lansia sebagai Pengasuh Anak. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 45–53.
5. Kemenkes RI. (2020). *Panduan Gizi Seimbang untuk Anak Usia Dini*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
6. Kasmiati, K., & Jamin, N. S. (2025). Pendidikan Kesehatan Home Care Pada Keluarga Dengan Anak Berkebutuhan Khusus. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(4), 873–882. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i4.821>
7. Lestari, A., & Rahayu, S. (2021). Peningkatan Pengetahuan Gizi melalui Edukasi Interaktif pada Lansia. *Jurnal Abdimas Kesehatan*, 6(3), 150–160.
8. Malaha, N., Rusdi, M., Syafri, M., Pannyiwi, R., Sima, Y., & Rahmat, R. A. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Merokok di SMA N 1 Liang Kabupaten Banggai Kepulauan. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 11–16. <https://doi.org/10.59585/bajik.v1i1.17>
9. Nuraini, H. (2021). *Model Edukasi Gizi untuk Keluarga Berbasis Komunitas*. Bandung: Alfabeta.
10. Pannyiwi, R., Ali, A., & Yulis, D. M. (2025). Hubungan Peran Keluarga Dengan Perilaku Penyalahgunaan Narkoba Pada Remaja di Kabupaten Sidenreng Rappang. *JIMAD : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(3), 184–190. <https://doi.org/10.59585/jimad.v2i3.855>
11. Pender, N. (1996). *Health Promotion Model*. Boston: Prentice Hall.



e-ISSN: 2964-9196
Vol.4 No.1 Desember 2025

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

12. Pannyiwi, R., Zulham, Z., Rahmat, R. A., Kusumawati, I., & Yusrianto, Y. (2023). Bantuan Dana Usaha dan 1 Unit Motor Untuk Membantu Ekonomi Kesehatan Masyarakat Gowa. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 13–20. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v2i1.180>
13. Rahayu, D., & Nuraini, F. (2022). *Pelatihan Pengasuhan Keluarga dan Dampaknya terhadap Perilaku Kesehatan Anak*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(2), 100–110.
14. Rahmadani, Y., & Putri, M. (2022). *Media Edukasi Gizi untuk Lansia dalam Pengasuhan Anak*. *Jurnal Promosi Kesehatan*, 8(1), 67–75.
15. Sunanto, S., Pannyiwi, R., & Rahmat, R. A. (2025). The Effect of Night Shift Work on Nurses' Fatigue and Work Concentration in the Emergency Department. *International Journal of Health Sciences*, 3(4), 606–613. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v3i4.867>
16. WHO. (2020). *Nutrition for Older Persons: Supporting Childcare Roles*. Geneva: World Health Organization.