

Pelatihan Edukasi Gizi Seimbang dan Deteksi Dini Obesitas dan Penyakit Tidak Menular pada Kader Kesehatan

Farida Nailufar^{1*}, Riska Mayang Saputri Ginting²

¹Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur, Samarinda, Kalimantan Timur, Indonesia

²Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Mulawarman, Samarinda, Kalimantan Timur, Indonesia

* E-mail: farida.nailufar26@gmail.com

Received: 12 Oktober 2024

Accepted: 28 Agustus 2025

Published: 28 Februari 2026

Abstract

Obesity is one of the main triggers for the occurrence of degenerative diseases. East Kalimantan Province is one of the provinces in Indonesia with the largest number of obese populations. According to data from the 2023 Indonesian Health Survey, the prevalence of obesity among adults in East Kalimantan is 28%. Based on information from nutritionist at the Public Health Center, the health cadres currently have never received balanced nutrition education training or early detection of obesity and degenerative diseases. The aim of this community service activity is to improve the knowledge, attitudes and skills of cadres through balanced nutrition education training and early detection for the prevention and control of obesity and non-communicable diseases (PTM). The location of this community service activity is in Simpang Pasir Village, Palaran District, Samarinda City, East Kalimantan. The implementation time is in July 2024. The target partners are 15 health cadres. The implementation is in the form of balanced nutrition education training and early detection of obesity in health cadres. Knowledge and attitude data were collected using questionnaires, while skills data were measured using checklists. Data analysis used paired t-test. The results showed that there was an effect of the training provided on the knowledge, attitude and skills scores of cadres towards balanced nutrition and early detection of obesity and NCDs ($p < 0.005$). The conclusion is that the training given to cadres has a positive impact because it increases knowledge, attitudes and skills so that it can help prevent and manage obesity and non-communicable diseases in the community.

Keywords: Obesity, Balanced Nutrition Education, Health cadres.

Abstrak

Obesitas merupakan salah satu pemicu utama terjadinya penyakit degenerative. Menurut data Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, prevalensi obesitas pada orang dewasa di Kaltim adalah sebesar 28%. Berdasarkan informasi dari tenaga gizi di Puskesmas, kader kesehatan yang dimiliki saat ini belum pernah mendapatkan pelatihan edukasi gizi seimbang maupun deteksi dini obesitas dan penyakit degeneratif. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan kader melalui pelatihan edukasi gizi seimbang serta deteksi dini untuk pencegahan dan pengendalian obesitas dan penyakit tidak menular (PTM). Lokasi kegiatan PKM adalah di Kelurahan Simpang Pasir, Kecamatan Palaran Kota Samarinda, Kaltim. Waktu pelaksanaan pada bulan Juli 2024. Mitra sasaran yaitu kader kesehatan yang berjumlah 15 orang. Pelaksanaan PKM berupa pelatihan edukasi gizi seimbang dan deteksi dini obesitas pada kader kesehatan. Data pengetahuan dan sikap dikumpulkan menggunakan kuesioner, sementara data keterampilan diukur menggunakan daftar tindak. Analisis data menggunakan uji t-berpasangan. Hasil menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pelatihan yang diberikan terhadap skor pengetahuan, sikap dan keterampilan kader terhadap gizi seimbang dan deteksi dini obesitas dan PTM ($p < 0,005$). Kesimpulannya, pelatihan yang diberikan kepada kader menghasilkan dampak positif karena meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan sehingga diharapkan dapat membantu upaya pencegahan dan pengelolaan obesitas serta penyakit tidak menular di masyarakat.

Kata Kunci: Obesitas, Edukasi Gizi Seimbang, Kader Kesehatan.

A. PENDAHULUAN

Provinsi Kalimantan Timur (Kaltim) merupakan salah satu provinsi di Indonesia dengan jumlah penduduk yang mengalami obesitas cukup tinggi. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, prevalensi obesitas pada orang dewasa di Kaltim mencapai 28% (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023). Tingginya angka obesitas tersebut sejalan dengan meningkatnya prevalensi penyakit degeneratif seperti penyakit jantung, stroke, hipertensi, dan diabetes mellitus yang masing-masing tercatat sebesar 1,08%, 10%, 11,1%, dan 2,3%, dengan angka yang berada di atas rata-rata nasional. Kondisi ini menunjukkan bahwa obesitas telah menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius dan penanganan komprehensif.

Obesitas merupakan salah satu faktor utama pemicu terjadinya penyakit degeneratif (Husain, Ramadani, & Ilyas, 2025; Loing, & Mandias, 2025; Muda, et al., 2025). Pola makan berisiko menjadi penyebab langsung meningkatnya kejadian obesitas dan berbagai penyakit degeneratif. Makanan berisiko adalah jenis makanan yang apabila dikonsumsi secara sering dan dalam jumlah berlebihan dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit degeneratif. Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan bahwa 53,1% masyarakat mengonsumsi makanan atau minuman manis ≥ 1 kali per hari, 40,7% mengonsumsi gorengan serta makanan sumber lemak dan kolesterol ≥ 1 kali per hari, 77,3% mengonsumsi penyedap ≥ 1 kali per hari, dan 93,5% penduduk usia di atas 10 tahun kurang mengonsumsi sayur dan buah (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2013). Pola konsumsi yang rendah serat namun tinggi lemak, kolesterol, gula, dan garam, serta disertai gaya hidup kurang gerak dan tidak aktif, telah terbukti sebagai faktor risiko yang berkaitan dengan obesitas, sindrom metabolik, dan penyakit degeneratif lainnya (Mozaffarian et al. 2012).

Tingginya prevalensi obesitas, khususnya pada kelompok pekerja, menjadi tantangan besar di bidang kesehatan karena berdampak tidak hanya pada kondisi kesehatan individu, tetapi juga pada aspek sosial dan ekonomi. Penelitian Wulansari et al. (2016) menyebutkan bahwa obesitas pada pekerja di Indonesia menyebabkan tingginya pengeluaran biaya perawatan kesehatan yang diestimasi mencapai Rp 56.487 miliar per tahun, serta kerugian produktivitas akibat ketidakhadiran kerja yang diperkirakan sebesar Rp 20.394 miliar per tahun. Oleh sebab itu, Rencana Aksi Program Kesehatan Masyarakat Tahun 2020–2025 menekankan pentingnya peningkatan pelayanan kesehatan, pencegahan faktor risiko, serta deteksi dini melalui kegiatan promotif dan preventif guna mengendalikan penyakit tidak menular (Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, 2020).

Dalam upaya promotif dan preventif tersebut, kader kesehatan memiliki peran penting karena kedekatannya dengan masyarakat dibandingkan dengan petugas kesehatan lainnya (Wahyutomo, 2010). Peningkatan kualitas pelayanan kesehatan di tingkat masyarakat sangat bergantung pada pengetahuan dan keterampilan kader. Apabila kapasitas kader rendah, maka kualitas pelayanan kesehatan kelompok masyarakat juga akan terdampak. Namun, berdasarkan informasi dari tenaga gizi di Puskesmas, kader kesehatan di Kelurahan Simpang Pasir belum pernah mendapatkan pelatihan terkait edukasi gizi seimbang maupun deteksi dini obesitas dan penyakit degeneratif. Selain itu, wilayah tersebut juga belum memiliki Pos Binaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM) sebagai wadah deteksi dini dan pemantauan faktor risiko akibat minimnya jumlah kader yang tersedia.

Kota Samarinda sebagai ibu kota Provinsi Kalimantan Timur merupakan wilayah perkotaan dengan faktor risiko tinggi terhadap kejadian obesitas. Kelurahan Simpang Pasir, yang mayoritas penduduknya bekerja di sektor industri dan pertambangan, menunjukkan permasalahan kesehatan yang cukup serius. Data pemeriksaan kesehatan di salah satu perusahaan menunjukkan prevalensi obesitas pada pekerja mencapai 59%, disertai hiperkolesterolemia sebesar 28%, hipertensi sebesar 19%, dan hanya 35,2% pekerja yang memiliki pengetahuan tentang gizi seimbang serta perilaku makan sehat. Kondisi ini menegaskan pentingnya intervensi berbasis pemberdayaan masyarakat melalui penguatan peran kader kesehatan. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan kader melalui pelatihan edukasi gizi seimbang serta deteksi dini untuk pencegahan dan pengendalian obesitas dan penyakit tidak menular (PTM).

B. METODE DAN PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu data dinyatakan dalam bentuk angka dan dianalisis menggunakan teknik statistik untuk menilai perubahan sebelum dan sesudah intervensi. Kegiatan dilaksanakan di Kelurahan Simpang Pasir, Kecamatan Palaran, Kota Samarinda, Kalimantan Timur, pada bulan Agustus 2024. Mitra sasaran dalam kegiatan ini adalah seluruh kader kesehatan yang berjumlah 15 orang, dengan dukungan Lurah, Ketua TP PKK, serta tenaga pelaksana gizi Puskesmas Kelurahan Simpang Pasir.

Pelaksanaan kegiatan berupa pendampingan edukasi gizi seimbang dan deteksi dini obesitas kepada kader kesehatan. Metode pelaksanaan mencakup pemberian materi edukasi melalui ceramah interaktif, diskusi, simulasi, pelatihan praktik, serta pendampingan langsung. Materi yang diberikan meliputi konsep gizi seimbang, faktor risiko obesitas, pencegahan melalui pola makan sehat, serta teknik deteksi dini obesitas menggunakan pengukuran antropometri.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pretest dan posttest yang terdiri dari 16 pertanyaan terkait obesitas, upaya pencegahan melalui pola makan gizi seimbang, serta deteksi dini obesitas. Kuesioner digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan dan sikap kader sebelum dan sesudah pelatihan. Selain itu, daftar tilik (checklist) digunakan untuk menilai keterampilan kader dalam melakukan pengukuran dan memberikan edukasi.

Parameter keberhasilan kegiatan PKM ditentukan berdasarkan adanya peningkatan skor pengetahuan, sikap, dan keterampilan kader setelah mengikuti pelatihan. Peningkatan tersebut diharapkan dapat memperkuat peran kader sebagai agen perubahan dalam mendukung upaya pencegahan dan pengendalian obesitas serta penyakit tidak menular di masyarakat.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelatihan edukasi gizi seimbang dan deteksi dini obesitas dan PTM pada kader dilaksanakan pada tanggal 22 Agustus 2024, bertempat di Ruang Pertemuan Kelurahan Simpang Pasir. Seluruh kader menghadiri kegiatan hingga selesai. Kegiatan didukung penuh oleh Lurah, Ketua TP-PKK, dan petugas gizi Puskesmas yang juga turut hadir untuk mendampingi kader kesehatan. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat partisipasi mitra tercapai 100%.

Sebelum pelaksanaan kegiatan, tim pelaksana menyiapkan soal *pre-test* dan *post-test* sebanyak 16 soal. Soal terdiri dari 10 soal terkait gizi dan obesitas serta 6 soal terkait prosedur pengukuran status gizi orang dewasa sebagai deteksi dini obesitas. Setelah dilakukan analisis terhadap hasil *pre-test*, didapatkan bahwa skor rata-rata adalah 53,75 dengan standar deviasi 7,76. Nilai pretest terendah adalah 37,5 dan tertinggi adalah 75.

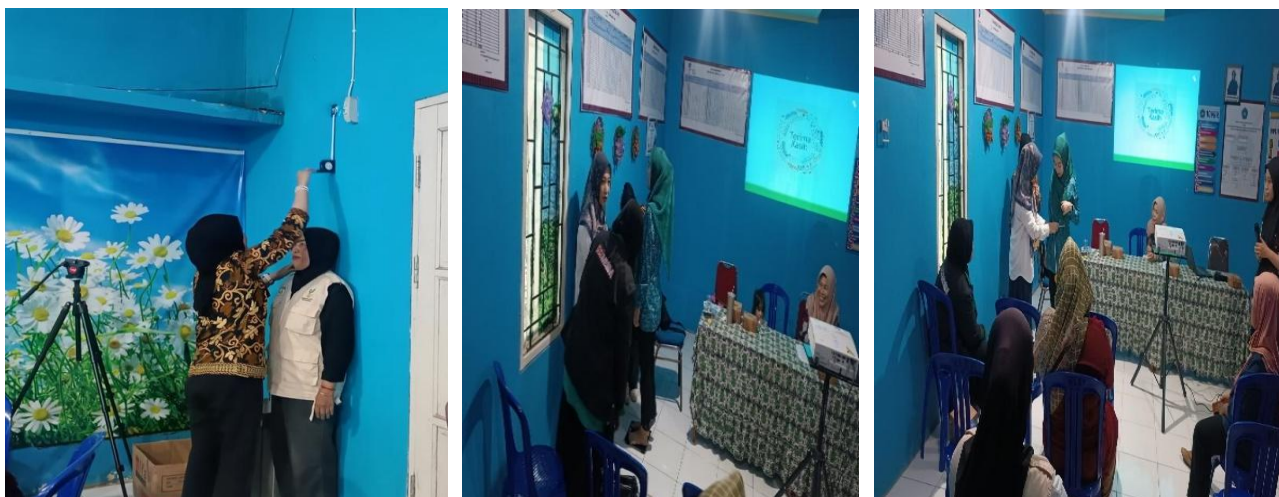


Gambar 1. Pengisian pre-test, pemberian materi, dan post-test.

Gambar 1 menunjukkan kegiatan pelatihan, kemudian dimulai dengan pemberian materi dan pengisian *post-test* yang dilaksanakan pada akhir kegiatan. Soal *post-test* yang digunakan sama dengan soal *pre-test* sebelumnya. Hasil analisis menunjukkan bahwa skor rata-rata kader yaitu 80 dengan standar deviasi 5,38. Nilai terendah skor *post-test* adalah 75 dan tertinggi 87,5. Analisis lebih

lanjut dilakukan untuk mengetahui soal yang masih dijawab kurang tepat oleh kader. Soal terkait pengetahuan tentang pola makan dan pengukuran status gizi yang banyak belum dijawab dengan tepat oleh kader. Kemudian tim mengulang kembali materi yang diberikan dengan penekanan pada soal yang belum dapat dijawab dengan tepat dan memberikan post-test kedua. Hasil yang didapatkan sesuai dengan target yang ditetapkan, yaitu peningkatan skor menjadi 100 untuk semua kader. Penyebab skor yang belum mencapai target pada *post-test* pertama kemungkinan adalah terdapat informasi yang sama sekali baru diketahui oleh para kader sehingga belum benar-benar memahami isi materi. Namun, setelah diulang dan diberi pemahaman secara lebih lanjut, didapatkan peningkatan skor sesuai target.

Sementara itu, upaya untuk meningkatkan keterampilan kader terkait deteksi dini obesitas dilakukan melalui kegiatan simulasi, pelatihan dan pendampingan. Kader dibimbing oleh instruktur yang bertugas memberikan contoh awal, dan kader kemudian melakukan secara mandiri prosedur yang telah diajarkan oleh instruktur. Keterampilan yang dilatih dan didampingi pada kegiatan ini antara lain : pengukuran berat badan dengan timbangan digital, pengukuran tinggi badan menggunakan microtoise, pengukuran lingkar pinggang menggunakan metline, dan pengukuran tekanan darah dengan tensimeter digital. Sebelum instruktur mengajarkan keterampilan tersebut, beberapa kader diberikan kesempatan untuk melakukan sendiri sesuai kemampuan dan pemahaman awal yang dimiliki. Setelah itu, instruktur memperagakan metode dan teknik yang sesuai, kemudian mereka diberikan kesempatan melakukan sendiri berdasarkan bimbingan dan pendampingan dari instruktur.



Gambar 2. Pelatihan cara deteksi dini obesitas melalui pengukuran antropometri.

Gambar 2 menunjukkan pelaksanaan kegiatan pelatihan deteksi dini obesitas melalui pengukuran antropometri yang dilakukan kepada kader kesehatan. Kegiatan ini mencakup praktik langsung pengukuran berat badan, tinggi badan, perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT), serta pengukuran lingkar perut sebagai indikator risiko obesitas sentral.

Melalui metode demonstrasi dan simulasi, kader diberikan kesempatan untuk mempraktikkan secara langsung teknik pengukuran yang benar sesuai standar prosedur. Pendekatan ini bertujuan untuk memastikan kader tidak hanya memahami konsep secara teoritis, tetapi juga memiliki keterampilan teknis dalam melakukan deteksi dini obesitas secara akurat.

Kegiatan pada gambar tersebut juga memperlihatkan keterlibatan aktif kader selama proses pelatihan, yang mencerminkan peningkatan motivasi dan kesiapan mereka dalam menjalankan peran sebagai pelaksana skrining di masyarakat. Dengan adanya pelatihan praktik ini, diharapkan kader mampu melakukan pengukuran antropometri secara mandiri dan konsisten sebagai bagian dari upaya pencegahan dan pengendalian obesitas serta penyakit tidak menular di tingkat komunitas.

Tabel 1. Skor pengetahuan, sikap dan keterampilan kader sebelum dan sesudah pelatihan.

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean ± Standar Deviasi
Skor pengetahuan dan sikap sebelum pelatihan	15	37,50	75,00	53,75 ± 7,76
Skor pengetahuan dan sikap sesudah pelatihan pertama	15	75,00	87,50	80 ± 5,38
Skor pengetahuan dan sikap sesudah pelatihan kedua	15	100	100	100 ± 0,00
Skor ketrampilan sebelum pelatihan	15	40	60	48,67 ± 7,43
Skor ketrampilan sesudah pelatihan	15	100	100	100 ± 0,00

Berdasarkan Tabel 1, terjadi peningkatan yang signifikan pada skor pengetahuan, sikap, dan keterampilan kader sebelum dan sesudah pelatihan. Pada skor pengetahuan dan sikap sebelum pelatihan, nilai rata-rata yang diperoleh kader adalah $53,75 \pm 7,76$ dengan rentang skor antara 37,50 hingga 75,00. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dan sikap kader terkait obesitas dan gizi seimbang masih berada pada kategori sedang dan belum merata.

Setelah pelatihan pertama, terjadi peningkatan yang cukup tinggi pada skor pengetahuan dan sikap, dengan rata-rata mencapai $80 \pm 5,38$ dan rentang nilai antara 75,00 hingga 87,50. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pelatihan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman dan sikap kader terhadap pencegahan obesitas dan penyakit tidak menular. Pada pelatihan kedua, skor pengetahuan dan sikap mencapai nilai maksimum 100 dengan rata-rata $100 \pm 0,00$, yang menunjukkan bahwa seluruh kader memperoleh nilai optimal dan memiliki tingkat pemahaman yang sangat baik serta relatif homogen.

Pada aspek keterampilan, sebelum pelatihan, rata-rata skor kader adalah $48,67 \pm 7,43$ dengan rentang nilai antara 40 hingga 60. Hal ini mengindikasikan bahwa kemampuan kader dalam melakukan deteksi dini obesitas dan praktik edukasi masih terbatas. Namun, setelah pelatihan, skor keterampilan meningkat secara maksimal dengan rata-rata $100 \pm 0,00$ dan rentang nilai 100–100. Hasil ini menunjukkan bahwa seluruh kader mampu melakukan praktik deteksi dini dan edukasi dengan baik dan sesuai prosedur setelah mendapatkan pelatihan.

Hasil ini menegaskan bahwa kegiatan pelatihan edukasi gizi seimbang dan deteksi dini obesitas efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan kader kesehatan. Peningkatan skor yang konsisten dan mencapai nilai maksimal menunjukkan bahwa metode pelatihan yang digunakan berhasil memperkuat kapasitas kader dalam mendukung upaya pencegahan dan pengendalian obesitas serta penyakit tidak menular di masyarakat.

Tabel 2. Pengaruh pelatihan terhadap skor pengetahuan, sikap dan keterampilan kader.

Variabel	N	Mean ± Standar Deviasi	p-value
Skor pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah pelatihan pertama	15	-26,25 ± 8,58	0,000
Skor pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah pelatihan kedua	15	-20 ± 5,38	0,000
Skor ketrampilan sebelum dan sesudah pelatihan	15	-48,00 ± 6,76	0,000

Berdasarkan Tabel 2, hasil analisis menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dari pelatihan terhadap skor pengetahuan, sikap, dan keterampilan kader kesehatan. Pada perbandingan skor pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah pelatihan pertama, diperoleh selisih rata-rata sebesar $-26,25 \pm 8,58$ dengan nilai p-value 0,000. Nilai p-value yang lebih kecil dari 0,05 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna secara statistik antara skor sebelum dan sesudah pelatihan pertama. Tanda negatif pada selisih rata-rata menunjukkan adanya

peningkatan skor setelah pelatihan. Pada perbandingan skor pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah pelatihan kedua, diperoleh selisih rata-rata sebesar $-20 \pm 5,38$ dengan p-value 0,000. Hasil ini kembali menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan secara statistik setelah pelatihan kedua, yang mengindikasikan bahwa pemberian materi lanjutan semakin memperkuat pemahaman dan sikap kader terhadap pencegahan obesitas dan penyakit tidak menular.

Selanjutnya, pada aspek keterampilan, perbandingan skor sebelum dan sesudah pelatihan menunjukkan selisih rata-rata sebesar $-48,00 \pm 6,76$ dengan p-value 0,000. Hasil ini menegaskan bahwa pelatihan memberikan dampak yang sangat signifikan terhadap peningkatan keterampilan kader dalam melakukan deteksi dini obesitas dan praktik edukasi gizi seimbang. Secara keseluruhan, nilai p-value sebesar 0,000 pada seluruh variabel menunjukkan bahwa pelatihan yang diberikan memiliki pengaruh yang sangat signifikan dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan kader kesehatan. Hasil ini membuktikan bahwa intervensi pelatihan efektif dalam memperkuat kapasitas kader sebagai bagian dari strategi pemberdayaan masyarakat untuk mendukung upaya pencegahan dan pengendalian obesitas serta penyakit tidak menular (PTM).

Selama proses pemberian materi, kegiatan juga disertai diskusi interaktif antara kader dan narasumber terkait materi yang disampaikan. Diskusi mencakup pertanyaan, berbagi pengalaman, serta identifikasi kesulitan dan hambatan dalam menerapkan edukasi gizi seimbang dan deteksi dini obesitas maupun PTM, khususnya dalam kegiatan Posyandu lansia. Berdasarkan hasil diskusi antara lurah, petugas gizi, dan kader kesehatan, dilaporkan bahwa pembentukan Posbindu PTM di Kelurahan Simpang Pasir belum memungkinkan untuk dilaksanakan karena keterbatasan jumlah kader. Sebagian besar kader yang ada saat ini merangkap berbagai tugas, seperti menjadi pengurus RT, kader posyandu balita, serta menjalankan tugas sosial lainnya. Kondisi tersebut menimbulkan kekhawatiran bahwa apabila dibentuk Posbindu PTM tanpa penambahan sumber daya, pelaksanaannya tidak akan berjalan optimal.

Upaya peningkatan pengetahuan dan sikap kader melalui pelatihan ini diharapkan mampu mendorong pemberdayaan kader sebagai mentor dan role model di masyarakat. Dengan bekal edukasi mengenai gizi seimbang, pencegahan dan pengelolaan obesitas serta PTM, serta keterampilan melakukan deteksi dini obesitas, kader diharapkan mampu berkontribusi secara aktif dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat di wilayahnya. Peran kader sangat strategis karena mereka merupakan ujung tombak pelayanan kesehatan berbasis masyarakat. Apabila pengetahuan dan kemampuan kader rendah, maka kualitas pelayanan kesehatan dan status gizi masyarakat juga dapat terdampak. Oleh karena itu, kader perlu memiliki pemahaman yang memadai mengenai gizi seimbang dan teknik pengukuran antropometri agar mampu memberikan edukasi yang benar serta melakukan pengukuran secara tepat. Hal ini sejalan dengan penelitian Rahmawati (2016) yang menyatakan bahwa pengetahuan kader merupakan pedoman utama dalam menjalankan peran pelayanan kesehatan secara optimal.

Pelatihan yang diberikan kepada kader merupakan salah satu strategi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan secara terstruktur. Beberapa faktor yang dapat memengaruhi peningkatan pengetahuan responden antara lain kepercayaan terhadap pemateri, penggunaan media teknologi dalam penyampaian materi, faktor lingkungan, serta faktor personal seperti sikap positif kader terhadap kegiatan pelatihan (Furuki et al., 2023; Thi Chung & Thi Tram Anh, 2022). Selain itu, pengalaman kerja, tingkat keaktifan kader, serta relevansi materi dengan tugas sehari-hari juga turut memengaruhi peningkatan pengetahuan dan keterampilan (Wati et al., 2024). Kader yang memiliki tanggung jawab dalam melakukan pengukuran antropometri cenderung lebih menyadari pentingnya materi yang diberikan, sehingga lebih aktif dalam mengikuti pelatihan, memperhatikan materi, dan mengajukan pertanyaan.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian Toaha et al. (2025) yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah responden diberikan penyuluhan (p-value = 0,022). Berbagai kegiatan PKM lainnya juga melaporkan hasil serupa, yaitu terjadinya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader setelah diberikan edukasi melalui penyuluhan (Amiruddin et al., 2024; Febry et al., 2022; Nurbaya et al., 2022; Nurulfuadi et al., 2024; Rusdianingseh et al., 2024; Tampake et al., 2022). Peningkatan tersebut kemungkinan terjadi karena penyuluhan tidak hanya diberikan satu kali, tetapi dilakukan secara bertahap dan berulang sesuai dengan kebutuhan serta

topik yang masih belum dipahami oleh peserta, sehingga proses internalisasi materi menjadi lebih optimal.

KESIMPULAN

Disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan, sikap, dan keterampilan kader kesehatan tentang gizi seimbang untuk pencegahan dan pengelolaan obesitas dan penyakit tidak menular serta deteksi dini obesitas dan PTM menjadi 100%. Pelatihan yang diberikan kepada kader menghasilkan pengaruh yang baik karena meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan sehingga diharapkan dapat membantu upaya pencegahan dan pengelolaan obesitas dan penyakit tidak menular di masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur atas dana pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat. Ucapan terima kasih kepada Lurah Kelurahan Simpang Pasir dan Kader Posyandu yang telah membantu terlaksananya kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amiruddin, R. P., Bahar, I., Padjalangi, N. A., Mailoa, J., Jusuf, E. C., Setiawan, S., & Ratnaningsih, A. S. (2024). Peningkatan Pengetahuan Kader dan Ibu Hamil Tentang Hipertensi Dalam Kehamilan Melalui Penyuluhan di Puskesmas Rappokalling Makassar. *Panrita Abdi-Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 8(2), 434-440. Retrieved from: <https://journal.unhas.ac.id/index.php/panritaabdi/article/view/26148>
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2013). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. (2020). *Rencana Aksi Program Kesehatan Masyarakat Tahun 2020-2025*. Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Febry, F., Misnaniarti, M., Ainy, A., Budi, I. S., & Safriantini, D. (2022). Pencegahan stunting balita melalui refreshing kader Posyandu dengan pelatihan pemantauan pertumbuhan dan pengisian KMS. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Humanity and Medicine*, 3(1), 14-23. <https://doi.org/10.32539/Hummed.V3i1.75>
- Furuki, H., Sonoda, N., & Morimoto, A. (2023). Factors related to the knowledge and skills of evidence-based practice among nurses worldwide: A scoping review. *Worldviews on Evidence-Based Nursing*, 20(1), 16-26. <https://doi.org/10.1111/wvn.12623>
- Mozaffarian, D., Afshin, A., Benowitz, N. L., Bittner, V., Daniels, S. R., Franch, H. A., ... & Zaki, N. A. (2012). Population approaches to improve diet, physical activity, and smoking habits: a scientific statement from the American Heart Association. *Circulation*, 126(12), 1514-1563. <https://doi.org/10.32539/Hummed.V3i1.75>
- Nurbaya, N., Saeni, R. H., & Irwan, Z. (2022). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posyandu Melalui Edukasi dan Simulasi. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(1), 678-686. <https://doi.org/10.31764/jmm.v6i1.6579>
- Nurulfuadi, N., Nadila, D., Tangkas, I. M., Randani, A. I., Fatimatuzzahra, F., Afadil, A. H., ... & Desmeli, D. (2024). Tingkat Pengetahuan Kader Tentang Pemantaun Tumbuh Kembang Balita Pada Kondisi Darurat. *Jurnal Dedikatif Kesehatan Masyarakat*, 4(2), 95-100.
- Rahmawati, E., Setyawati, E., & Nurhasanah, N. (2020). Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu dalam Penggunaan Buku KIA. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 56-63.
- Rusdianingseh, R., Muhith, A., Rohmawati, R., Afiyah, R. K., Hatmanti, N. M., Shodiq, M., Maimunah, S., & Damawiyah, S. (2024). Pemberdayaan Laskar Gertak Kita dengan Edukasi Sadari sebagai Upaya Menuju Kampung Sehat. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(12), 5630-5638. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i12.17615>
- Tampake, R., Arianty, R., Mangundap, S. A., & Ra'bung, A. S. (2022). Edukasi Kader Kesehatan

- dalam Upaya Peningkatan Kemampuan Kader dalam Deteksi Dini Stunting dan Faktor Resiko Stunting pada Balita: Health Cadre Education in Efforts to Improving Capability in Early Detection of Stunting Risk Factors. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 100-112. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v3i1.723>
- Thi Chung, D., & Thi Tram Anh, P. (2022). Factors affecting knowledge sharing behaviour in public higher education institutions: An empirical study of Vietnam. *Cogent Business & Management*, 9(1), 2155002. <https://doi.org/10.1080/23311975.2022.2155002>
- Toaha, A., Ginting, R. M. S., Adam, Y. M. N. N., Syadzali, A. F., Rofiqoh, A. N. A., Nardyawati, E., & Nurfaizah, H. (2025). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Ibu Balita Stunting dalam Pembuatan MPASI Lokal. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(9), 9.
- Wati, L. R., Indahwati, L., Putri, R., Jannah, M., Windari, E. N., & Hanifarizani, R. D. (2024). Factors Affecting Cadres' Knowledge and Ability to Identify Breastfeeding Problems in Malang District. *Journal of Midwifery*, 9(1), 26-35. <https://doi.org/10.25077/jom.9.1.26-35.2024>
- Wulansari, A., Martianto, D., & Baliwati, Y. F. (2016). Kerugian Ekonomi Akibat Biaya Perawatan Kesehatan Langsung Pada Orang Dewasa Obesitas Di Indonesia. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 12(4), 208-215.
- Wahyutomo, A.H. (2010). Hubungan Karakteristik dan Peran Kader Posyandu Dengan Pemantauan Tumbuh Kembang Balita di Puskesmas Kalitidu-Bojonegoro. *Tesis*. Surakarta: Universitas Negeri Sebelas Maret.