

**Periode** : Semester Genap  
**Tahun** : 2018  
**Skema Abdimas** : Abdimas berbasis penelitian  
**Kode Renstra** : 3. HDNM

## **LAPORAN**

### **PROGRAM PENGABDIAN MASYARAKAT**

**Implementasi Penyuluhan Diet Sehat Praktis dan Kualitas Hidup Anak  
pada ibu-ibu di Wilayah Posyandu Kenari I**



**Oleh :**

**Ketua** : Gisely Vionalita SKM. M.Sc. (0311048704)  
**Anggota Dosen** : Devi Angeliana Kusumaningtiar SKM. MPH.  
(0310038902)  
**Anggota Mahasiswa:**

1. Firda Nuzula (20160301043)
2. Devita Sari (2016030113)
3. Ummu Nida Il Wihda (20160301148)
4. Anis Septiana Yofa (20160301191)
5. Meliana (20160301090)

**FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN**  
**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT**  
**UNIVERSITAS ESA UNGGUL**  
**TAHUN 2020**

**Halaman Pengesahan Laporan  
Program Pengabdian Masyarakat  
Universitas Esa Unggul**

1. Judul Kegiatan Pengabdian : Implementasi Penyuluhan Diet Sehat Praktis dan Kualitas Hidup Anak pada Ibu-ibu di wilayah Posyandu Kenari I
2. Nama mitra sasaran (1) : Posyandu Kenari I
3. Ketua Tim :
  - a. Nama : Gisely Vionalita SKM. M.Sc.
  - b. NIDN : 0311048704
  - c. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli
  - d. Fakultas / Prodi : Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan/ Kesehatan Masyarakat
  - e. Telepon : -
  - f. e-mail : gisely@esaunggul.ac.id
4. Jumlah Anggota Dosen : 3 orang
5. Jumlah Anggota Mahasiswa : 5 orang
6. Lokasi Kegiatan mitra : Posyandu Kenari I
  - a. Alamat : Jl. Mevo RT009/010 Tegal Alur, Jakarta Barat
  - b. Kabupaten/Kota :
  - c. Provinsi : DKI Jakarta
7. Periode/ Waktu Kegiatan : April 2020
8. Luaran yang dihasilkan : Jurnal Pengabdian Masyarakat
9. Usulan/ Realisasi Anggaran :
  - a. Dana Internal UEU : Rp. **5.480.000,-**
  - b. Sumber Dana Lain (1) :

Jakarta, 24 Maret 2020

Menyetujui,  
Dekan FIKES

Mengetahui,  
Ka. Pusat Studi

Pengusul,  
Ketua Pelaksana



(Dr. Aprilita Rina Yanti Eff.M. Biomed)  
NIK :215020572

(Dr.Henny Saraswati, S.Si, M.Biomed)  
NIK : 216040630

(Gisely Vionalita SKM. M.Sc.)  
NIK : 215030576

Menyetujui,  
Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat  
Universitas Esa Unggul



(DR. Erry Yudhya Mulyani, M.Sc.)

NIK : 209100388

## RINGKASAN

Ditemukannya beberapa masalah yang berkaitan dengan kualitas hidup anak yang terdapat di wilayah Puskesmas kalideres seperti, adanya angka diare, ISPA dan penyakit kulit pada anak kemudian beberapa permasalahan dalam sosial dan kemampuan emosi pada anak menunjukkan rendahnya angka kualitas hidup yang didasari dengan domain fisik, social, emosi dan lingkungan. Munculnya beberapa masalah ini disebabkan oleh kurang pahamnya orang tua mengenai pentingnya kualitas hidup anak, untuk memastikan anak yang produktif dan sukses di masa yang akan datang. Kualitas hidup ini juga disertai dengan permasalahan perilaku diet anak tersebut. Perilaku makan makanan yang tidak bergizi, kurang sayur dan juga jajan sembarangan juga menjadi permasalahan yang terdapat di anak yang ada di wilayah Kalideres khususnya Posyandu Kenari 1. Hal ini yang dipercaya berhubungan juga dengan kualitas hidup anak.

Berdasarkan latar belakang permasalahan tersebut, penting rasanya untuk melakukan pendekatan terhadap orang tua di wilayah tersebut untuk meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya perilaku diet dan kualitas hidup anak dengan cara melakukan pemantauan terus menerus, sehingga kita dapat memprofilkan masalah kesehatan anak dan mencegahnya. Kegiatan pengabdian ini akan dimulai dengan edukasi kualitas hidup anak, kemudian penyuluhan dan pelatihan diet sehat yang praktis dengan memaparkan cara memasak menu diet sehat dan kemudian mensosialisasikan Buku saku anak yang akan diisi oleh orang tua untuk memantau kualitas hidup anak dan perilaku diet sehat. Dengan begitu orangtua akan menjadi lebih peduli dan memiliki control yang lebih terhadap perkembangan anak. Agar nantinya buku saku ini dapat dijadikan alat oleh orang tua dan Posyandu untuk memetakan permasalahan dan mendeteksi dini juga dapat untuk dilakukan sebagai upaya preventif penyakit pada anak. Oleh karena itu kegiatan pengabdian masyarakat ini dimulai dengan mengumpulkan orangtua khususnya ibu yang memiliki anak usia 6-12 tahun dan kemudian memberikan sosialisasi mengenai pentingnya kualitas hidup dan perilaku diet sehat dan dilanjutkan dengan sosialisasi buku saku anak, disertai dengan tutorial cara mengisi dan diserahkan kepada orangtua tersebut. Tahapan berikutnya sebagai evaluasi, buku saku tersebut akan di pantau setiap bulannya oleh pihak Posyandu.

Luaran dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah peningkatan pemahaman khususnya orang tua mengenai pentingnya menjaga kualitas hidup anak dan perilaku diet sehat anak untuk menciptakan generasi yang berkualitas di masa yang akan datang, serta pentingnya memprofilkan kebiasaan anak sehingga dapat melakukan pengontrolan dan mencegah permasalahan kesehatan kedepannya. Buku saku ini juga akan didaftarkan dengan ISBN sehingga dapat dipergunakan sebagai alat deteksi dini bagi Posyandu dan nanti akan di unduh juga di media social sebagai ide pengembangan yang lebih baik lagi.

Kata Kunci: Kualitas hidup anak, perilaku diet sehat, pengabdian, posyandu.



# SERTIFIKAT

Diberikan kepada :

**Gisely Vionalita SKM. M.Sc**

Atas partisipasinya sebagai :

**PEMATERI**

dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat :

**Implementasi Penyuluhan Diet Sehat Praktis dan Kualitas Hidup Anak pada ibu-ibu**

yang diselenggarakan pada *11 Mei 2020* di Wilayah Posyandu Kenari I

Jakarta, 11 Mei 2020



**Dr. Erry Yudhya Mulyani, M.Sc.**  
Ka. LPPM



**Dr. Aprilita Rina Yanti Eff M. Biomed**  
Dekan FIKES



**Siti Nurbaity**  
Ketua Posyandu