

Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Melalui Penyuluhan Gizi & Kesehatan di Posyandu Delima Singopuran Kartasura untuk Pencegahan Gizi Kurang dan Stunting

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Hanisa Aulina Zalfani^{1*}, Rahma Tsalsa Khoirunnisa², Alvia Nur Annisa³, Nina Indria Wati⁴, Ana Safira Salsabila⁵, Fadhilla Fatwa Cintia⁶, Nadlofa Kamal Fatimah⁷, Aliya Maharani Putri⁸, Elya Salma Salsabila⁹, Misykat Huda Kusumo Rohmat Putri Gondosari¹⁰, Dhimas Lanang Wicaksono¹¹, Elsa Nuru Ihsanti¹², Dwi Sarbini¹³, Vinami Yulian^{14,2}

*Email Korespondensi : J310190045@student.ums.ac.id

Abstrak

Keywords:

Gizi seimbang, balita, stunting, gizi kurang, penyuluhan, Desa Singopuran Kartasura.

Pemenuhan gizi sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak terutama dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Keluarga, terutama ibu-ibu berperan penting dalam pemberian gizi seimbang, karena itu ibu-ibu harus memiliki pengetahuan yang baik tentang itu. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu-ibu balita tentang gizi seimbang pada balita. Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Singopuran Kartasura. Sasaran kegiatan ini adalah ibu-ibu yang memiliki anak balita. Metode yang digunakan pada kegiatan penyuluhan ini yaitu ceramah dengan media leaflet dan slide powerpoint. Peningkatan pengetahuan di nilai dengan pemberian pre-test dan post-test pengetahuan Gizi Kurang dan Asupan Gizi Seimbang. Hasil evaluasi melalui pengisian kuisioner pre-post test menunjukkan ada peningkatan pengetahuan ibu-ibu balita sesudah diberi penyuluhan sebesar 4%. Disarankan kepada petugas kesehatan untuk memberikan penyuluhan yang berkelanjutan mengenai gizi kurang dan stunting secara rutin untuk menurunkan prevalensi gizi kurang dan stunting di desa Singopuran Kartasura.

1. PENDAHULUAN

Balita merupakan kelompok usia yang akan menjadi calon generasi penerus bangsa. Persiapan perlu dilakukan sejak dini untuk membentuk mereka menjadi Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas. Masa anak di bawah umur lima tahun (balita) menjadi masa kritis atau masa emas karena terjadi perkembangan otak dan fisik yang paling pesat dalam siklus kehidupan manusia. Oleh karena itu, baik-buruknya status gizi balita dapat berdampak langsung pada pertumbuhan dan perkembangan kognitif dan psikomotoriknya (Mahra, 2022).

Saat ini, stunting merupakan salah satu masalah yang dihadapi dunia, terutama di negara miskin dan berkembang, dan Indonesia

salah satunya. Kematian anak di dunia juga terkait dengan stunting atau kekurangan gizi. Sekitar sepertiga orang meninggal setiap tahun karena kekurangan gizi. Masalah gizi pada anak usia dini dapat berdampak pada keterlambatan perkembangan dan kecerdasan, bahkan dapat menyebabkan kematian (Utamingtyas, 2020).

Stunting masih menjadi masalah gizi utama yang dihadapi Indonesia. Menurut Studi Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 angka stunting di Indonesia adalah 30,8%. Angka tersebut masih relatif tinggi dibandingkan dengan target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) sebesar 19% untuk tahun 2024. Stunting memiliki prevalensi tertinggi dibandingkan dengan masalah gizi lainnya

seperti gizi buruk, kurus dan obesitas. Menurut hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) 2021, Sebanyak 20,9% anak di bawah usia 5 tahun di Jawa Tengah mengalami stunting.

Data tahun 2014 prevalensi stunting sebesar 32%, tahun 2015 sebesar 20,4% dan tahun 2016 sebesar 22,36. Penanganan balita stunting di Kabupaten Sukoharjo dilakukan dengan pemberian obat dari Pemerintah selama 2 (dua) tahun sehingga prevalensi stunting di Kabupaten Sukoharjo pada tahun 2017 sudah menurun menjadi 18% (Perbup, 2018). Membaiknya status gizi pada balita tampak pada meningkatnya cakupan pemberian ASI eksklusif (Kemenkes, 2017).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018 menunjukkan bahwa angka kejadian gizi kurang di Indonesia sebesar 13,8%, dimana Jawa Tengah menjadi provinsi yang memiliki angka tertinggi di pulau Jawa.

Di Indonesia tingkat kesadaran akan gizi masih kurang sehingga tingkat malnutrisi masih tinggi. Pengetahuan pemenuhan kebutuhan pangan dan nilai pangan masih sangat kurang, akibat kurangnya informasi atau pengetahuan tentang gizi (Azria & Husnah, 2016). Gizi seimbang adalah pemenuhan kebutuhan makanan yang dikonsumsi sehari-hari dan mengandung zat gizi dengan jenis dan jumlah yang sesuai dibutuhkan tubuh (Fajriani *et al.*, 2020).

Faktor penyebab langsung masalah gizi yaitu melalui makanan dan penyakit, sedangkan penyebab tidak langsung yaitu kebutuhan pangan keluarga yang kurang, kurangnya pola asuh anak yang tidak memadai, pelayanan lingkungan dan kesehatan yang kurang memadai, pokok dari permasalahan di masyarakat, keluarga serta kurangnya pemanfaatan sumber daya masyarakat (Fajriani *et al.*, 2020). Pengetahuan gizi bagi orang tua sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan mengurangi masalah gizi pada keluarga (Masrikhiy & Ah, 2020).

Pola asuh keluarga terutama ibu dalam hal pemberian makanan sangat mempengaruhi kondisi gizi balita. Oleh karena itu, ibu perlu memiliki pengetahuan gizi yang baik. Penyuluhan merupakan salah satu metode

edukasi gizi yang dapat meningkatkan pengetahuan dan praktik ibu dalam pemberian makan sehingga dapat meningkatkan status gizi anaknya (Mahra, 2022).

Berdasarkan data yang didapat dari Puskesmas kartasura ibu balita tahun 2022 di Desa Singopuran berkisar sekitar 20 orang lebih. Dari 20 orang lebih ibu hamil tersebut telah dilakukan pengukuran pengetahuan melalui kuesioner *pre-test* dan *post-test*.

Berdasarkan kejadian diatas, maka perlunya untuk melakukan edukasi melalui kegiatan penyuluhan gizi tentang stunting dan gizi buruk pada ibu balita. kegiatan ini bertujuan agar dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya ibu balita tentang pencegahan stunting dan gizi buruk pada ibu balita melalui gizi seimbang, sehingga dapat mengurangi angka stunting dan gizi buruk di Desa Singopuran, Kartasura.

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan tentang gizi seimbang pada balita untuk mencegah stunting dan gizi kurang. Kegiatan ini dilakukan di Desa Singopuran, Kartasura dari pukul 09.00-12.00 WIB. Sasaran dalam kegiatan ini adalah balita dan ibu balita. Metode yang akan digunakan pada kegiatan penyuluhan ini yaitu ceramah dengan media leaflet dan slide powerpoint. Peningkatan pengetahuan di nilai dengan pemberian *pre-test* dan *post-test* pengetahuan Gizi Kurang dan Asupan Gizi Seimbang.

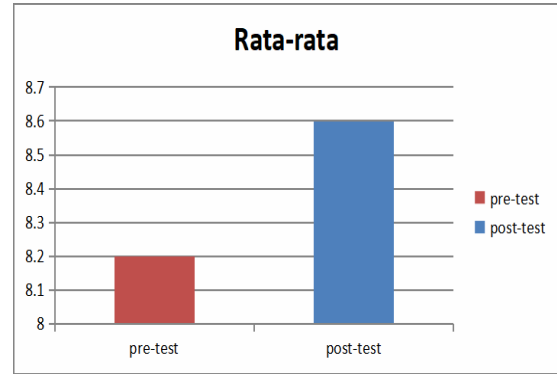
2.1 Tahap Persiapan

2.1.1 Pembuatan Leaflet

Dalam merancang materi terkait Gizi seimbang pada balita untuk mencegah stunting dan gizi kurang dimulai dari diskusi antar anggota terkait materi yang dibutuhkan dalam penyuluhan, baik dari pengertian, penyebab, tanda-tanda, dampak, cara pencegahan, jenis makanan, menu makan, aturan pemberian makan, dan isi piringku pada menu balita.

2.1.2 Tahap Pembuatan *Post tes & Pre test*

Sebelum melakukan kegiatan penyuluhan terhadap ibu balita perlunya menggali pengetahuan ibu balita terkait gizi seimbang dimana di dalam proses membutuhkan beberapa pertanyaan yang harus diberikan kepada responden untuk dikerjakan sebelum dan sesudah penyuluhan dilaksanakan dengan tujuan agar adakah peningkatan pengetahuan sebelum & sesudah diberikan penyuluhan.



Gambar 1.1 grafik rata-rata tingkat pengetahuan pre test dan post-test Ibu Balita

2.2 Tahap Pelaksanaan Penyuluhan

Kegiatan Penyuluhan ini dilaksanakan pada Senin, 25 Juli 2022 di Desa Singopuran dengan sasaran Ibu balita responden. Untuk prosedur kegiatan yang pertama kami membagikan pre-test dengan jumlah soal sebanyak 10 diambil dari materi leaflet. Setelah pre-test diisi, dilanjutkan dengan membagikan leaflet penyuluhan dilanjutkan dengan memberikan penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan terjadinya gizi kurang dan pemberian makanan yang benar pada balita serta hal-hal yang dapat meningkatkan gizi pada balita.

2.3 Tahap Evaluasi

Setelah tercapainya kegiatan penyuluhan maka untuk mengetahui seberapa tingkat pemahaman responden sebagai bahan evaluasi keberhasilan program, maka diberikan Post test dengan soal yang sama tanpa ada perubahan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan penyuluhan tentang gizi seimbang pada balita untuk mencegah stunting dan gizi kurang disajikan pada Gambar 1 dan tabel 1:

Gambar 1

Tabel 1

Tingkat pengetahuan	Rata-rata (%)
<i>Pre test</i>	82%
<i>Post test</i>	86%

Tabel 1.1 Rata-rata tingkat pengetahuan pre test dan ppost test Ibu Balita

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa rata-rata pengetahuan ibu balita sebelum diberikan penyuluhan sebesar 82%, sedangkan pengetahuan ibu balita setelah diberikan penyuluhan dengan jumlah 86%.

Jumlah peserta yang hadir dalam kegiatan penyuluhan sebanyak 60% dari seluruh Ibu Balita yang berada di lingkungan posyandu Delima Desa Singopuran atau sebanyak 27 ibu balita. Tempat pelaksanaan posyandu yang memadai sehingga pemberian penyuluhan dilakukan secara bersama-sama. Kegiatan penyuluhan dimulai dengan pembagian kuesioner *pre-test*.

Penyuluhan tentang gizi seimbang pada ibu balita dilakukan melalui pemberian leaflet lalu memberikan kuesioner 10 soal tentang asupan gizi seimbang pada balita. Penyuluhan dilaksanakan dengan baik namun masih terdapat beberapa Ibu Balita yang tidak memperhatikan saat pemaparan materi. Penyuluhan tentang gizi seimbang sangat penting dilakukan agar bisa mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan balita sehingga

mampu megurangi permasalahan gizi yang masih terjadi.

Lingkungan dan pengetahuan yang baik akan berpengaruh pada status gizi balita. Lingkungan adalah salah satu faktor pendukung bagi seseorang dalam memperoleh pengetahuan. Karena tidak semua pengetahuan kita dapatkan dari sekolah tetapi juga dari pengalaman (Puspitasari & Kartikasari,2019).

Salah satu faktor yang menyebabkan masalah gizi adalah pola asuh dari orang tua yang memberikan makanan yang kurang sehat. Pola asuh merupakan bentuk asuhan yang diberikan ibu pada anaknya.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan, dapat disimpulkan adanya perubahan pada skor pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita dari sebelum penyuluhan 82% yang termasuk dalam kategori baik dan sesudah penyuluhan meningkat menjadi 86% yang termasuk dalam kategori baik. Dilihat dari hasil evaluasi melalui pengisian kuisisioner, Diharapkan petugas kesehatan khususnya bidan desa dan kader posyandu memberikan penyuluhan yang berkelanjutan mengenai gizi kurang dan stunting secara rutin untuk menurunkan prevalensi gizi kurang dan stunting di desa Singopuran Kartasura.

REFERENSI

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan R.I.
- Fajriani, Aritonang, E. Y., & Nasution, Z. (2020). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Gizi Seimbang Keluarga dengan Status Gizi Anak Balita Usia 2-5 Tahun. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 1–11. <http://journals.stikim.ac.id/index.php/jikm/article/view/47>
- Masrikhiy, R., & Ah. (2020). Peningkatan Pengetahuan Ibu Mengenai Gizi Seimbang dalam Pemenuhan Gizi Keluarga. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 476–481. <https://journal.unilak.ac.id/index.php/dinamisia/article/view/3636/2336>
- Ngoma, D. N., Adu, A. A., & Dodo, D. O. (2020). Fakyor- faktor yang Mempengaruhi Kejadian Gizi Kurang Pada Balita di Kelurahan Oesapa Kota Kupang. *Media Kesehatan Masyarakat*, 16(1), 116 - 126. <https://ejurnal.undana.ac.id/MK/>
- Peraturan Bupati Sukoharjo Nomor 30 Tahun 2018 Tentang Rencana Aksi Daerah Pangan Dan Gizi Kabupaten Sukoharjo Tahun 2017-2021
- Puspitasari, B., & Kartikasari, M. (2019). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita dengan Status Gizi Balita Umur 1-3 Tahun (di Posyandu Jaan Desa Jaan Kecamatan Gondang Kabupaten Nganjuk). *Jurnal Kebidanan*, 5(2), 53 - 59. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v5i2.68>
- Ramadhan, K. (2019). Status Gizi menurut Tinggi Badan per Umur pada Balita. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 13(2), 96–101. <https://doi.org/10.33860/jik.v13i2.38>