

PELATIHAN TENTANG STATUS GIZI BALITA BERUSIA 12-24 BULAN

Ermi Girsang¹, Khadijatul Mussanna², Afivah Putri Wani³, Haura Hafiza⁴,

Endang Karnita Nevi Laia⁵

Program Studi Sarjana Kebidanan
Universitas Prima Indonesia Medan
Email: ermigirsang@unprimdn.ac.id

ABSTRAK

Kegiatan pendidikan gizi (penyuluhan dan demo MP-ASI) dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang dalam hal ini ibu balita karena dalam proses pendidikan kesehatan terjadi penambahan informasi pada ibu. Setelah diberikan informasi kesehatan maka ibu memiliki wawasan yang lebih luas mengenai pengertian ASI, MP-ASI dan cara pemberiannya. Pengetahuan ibu dapat menjadi penyebab tidak langsung terjadinya permasalahan gizi pada anak karena ibu berperan dalam penyediaan makanan pada anak. Peningkatan pengetahuan pada ibu juga disebabkan oleh kemauan ibu untuk mengetahui lebih jauh. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk membantu orang tua dan keluarga merawat balita mereka dengan cara yang sehat dan gizi sehingga mereka dapat tumbuh dan berkembang dengan baik. Metode yang digunakan dalam kegiatan serangkaian tahap antara lain dengan pelatihan. Memberikan materi berupa pelatihan cara mengelola MP-ASI yang sehat dalam pemenuhan status gizi balita. Hasil yang dicapai setelah mengikuti pelatihan dan diskusi masyarakat Kelurahan Paluh Sibaji mengetahui status gizi yang bagus pada balita yang berusia 12-24 bulan.

Kata Kunci: gizi, ibu, makanan pendamping ASI, balita

ABSTRACT

Nutrition education activities (counseling and MP-ASI demonstrations) can influence a person's knowledge, in this case mothers of toddlers, because in the health education process there is additional information for mothers. After being given health information, mothers have broader insight into the meaning of breast milk, MP-ASI and how to give it. Maternal knowledge can be an indirect cause of nutritional problems in children because mothers play a role in providing food for children. Increased knowledge in mothers is also caused by the mother's willingness to know more. The aim of this community service is to help parents and families care for their toddlers in a healthy and nutritious way so that they can grow and develop well. The method used in a series of activities includes training. Providing material in the form of training on how to manage healthy MP-ASI to fulfill the nutritional status of toddlers. The results achieved after participating in training and discussions in the Paluh Sibaji Village community identified good nutritional status in toddlers aged 12-24 months.

Keywords: nutrition, mothers, complementary foods for breast milk, toddlers

PENDAHULUAN

Stunting atau kerdil adalah keadaan seorang balita yang memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur yang seharusnya. Stunting merupakan masalah gizi utama dunia termasuk Indonesia (WHO, 2019).

Balita stunting merupakan masalah gizi kronik yang kompleks, kondisi ini disebabkan oleh banyak faktor antara lain kondisi sosial ekonomi, gizi ibu saat hamil, kesakitan pada bayi, dan kurangnya asupan gizi pada bayi. Selain permasalahan kesehatan yang dialami saat itu, balita stunting di masa yang akan datang

juga akan mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Kesuksesan program pembangunan hanya dapat diwujudkan apabila semua kelompok masyarakat dapat terlibat aktif sesuai dengan peran dan fungsinya. Tujuan yang ingin dicapai dalam percepatan penurunan stunting adalah mewujudkan sumber daya manusia yang sehat, cerdas, dan produktif dengan menargetkan pencapaian target Nasional Prevalensi Stunting yang diukur pada anak berusia di bawah 5 tahun yang harus dicapai 14 persen pada tahun 2024, sesuai Peraturan Presiden Nomor 72 tahun 2021 tentang Percepatan penurunan Stunting (Perpres, 2021).

Hal yang perlu diperhatikan dalam pemberian MP-ASI adalah kuantitas dan kualitasnya memenuhi prinsip gizi seimbang agar tidak cenderung tinggi karbohidrat tetapi juga memenuhi kebutuhan karbohidrat, protein, vitamin dan mineral. MP-ASI ada yang bersifat pabrikan dan ada yang berbasis pangan lokal. Keduanya dapat diberikan, namun MP-ASI berbasis pangan lokal akan lebih berkelanjutan karena memanfaatkan pangan yang ada di masyarakat (Kemenkes RI, 2014).

Upaya percepatan pencegahan Stunting harus dilaksanakan secara holistik, integratif dan berkualitas melalui koordinasi, sinergi dan sinkronisasi antara kementerian/lembaga, pemerintah daerah provinsi, pemerintah kabupaten kota, pemerintah desa, dan masyarakat. Para kader posyandu salah satunya

diharapkan dapat menjadi salah satu ujung tombak dalam upaya percepatan pencegahan stunting melalui berbagai kegiatan sosialisasi dan pelatihan pencegahan stunting di harapkan kader memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam upaya percepatan penurunan stunting dan meningkatkan pencegahan kejadian stunting di masyarakat.

Salah satu upaya untuk pencegahan stunting adalah masyarakat paham terkait pemberian makan bayi dan anak balita (PMBA) yakni pemberian ASI secara eksklusif selama usia 0-6 bulan, selanjutnya bayi mulai dikenalkan dengan makanan pendamping ASI (MP-ASI) dengan tetap memberikan ASI lanjutan sampai dengan usia 2 tahun atau lebih. Pemberian MP-ASI mulai usia 6 bulan menjadi sangat penting mengingat pada usia 6-11 bulan kontribusi ASI pada pemenuhan kebutuhan gizi hanya dua per tiga sedangkan sepertiganya harus dipenuhi dari MP-ASI. Seiring bertambahnya usia, kehadiran MP-ASI menjadi semakin penting. Pada saat bayi berusia 12-23 bulan, dua per tiga pemenuhan kebutuhan gizi berasal dari MP-ASI (Mufida et al., 2015).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan memberikan penguatan pada kader mengenai pentingnya PMBA dan cara pemberian PMBA (ASI 0-6 bulan, MP ASI 6-24 bulan) serta pemberdayaan kader dengan memberikan pelatihan pembuatan beberapa menu sehat dan bergizi pencegah stunting.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan serangkaian tahap antara lain dengan pelatihan. Sasaran utama dalam pelatihan ini adalah orangtua yang memiliki balita berusia 12 - 24 bulan di Kelurahan Paluh Sibaji.

Adapun kegiatan pada acara pengabdian masyarakat ini yaitu: Tahap Pre-test dalam pengabdian dilakukan dengan tanya jawab seputar materi yang akan diberikan, tahap ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan orangtua tentang cara pemenuhan status gizi yang diharapkan kepada balitanya.

Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan pelatihan pembuatan MP-ASI yang sehat untuk pemenuhan status gizi balita, pemeriksaan gizi, kebersihan diri/ personal hygiene, pendidikan kesehatan tentang pemenuhan status gizi balita, pendidikan kesehatan tentang gizi dan kebersihan diri, pemberian reward bagi para ibu, usai kegiatan penyuluhan.

Tahapan evaluasi dalam pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan dan pemahaman tentang pemenuhan status gizi balita dengan metode topikal asi dan memberikan 5 pertanyaan kepada peserta dan peserta menjelaskan kembali terkait materi yang telah disampaikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengabdian diperoleh bahwa adanya peningkatan pengetahuan orang tua tentang ASI dan MPASI dengan perolehan nilai p sebelum

dan sesudah diberikan intervensi dengan nilai $p=0,000$ artinya ada perubahan signifikan skor pengetahuan ibu sebelum dan sesudah intervensi. Begitu juga dengan berat badan anak ada pengaruh yang signifikan berat badan anak sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan perolehan nilai $p=0,000$. Pendidikan gizi/edukasi gizi tentang ASI dan MP-ASI sejatinya dapat meningkatkan pengetahuan orang tua sehingga hal tersebut dapat menjadi dasar bagi orang tua untuk melakukan tindakan agar anaknya dapat terhindar dari masalah gizi dan memiliki perkembangan serta pertumbuhan yang maksimal. Kedepannya diharapkan pihak terkait yaitu puskesmas dan posyandu dapat lebih giat lagi dalam memberikan pendidikan gizi berupa penyuluhan dan pelatihan.

Dengan adanya sosialisasi dan pelatihan ini diharapkan kader dapat melanjutkan dan mentransfer wawasan dan keterampilan yang didapat kepada masyarakat dan bagi pihak terkait khususnya puskesmas untuk terus memotivasi dan membina kader agar dapat mengoptimalkan upaya pencegahan stunting di masyarakat salah satunya mengenai PMBA yang dapat menjadi salah satu upaya pemenuhan status gizi untuk bayi dan anak.

Ada beberapa saran yang dapat disampaikan kepada peserta dan keluarga sebagai tindak lanjut. Berikut adalah beberapa saran yang relevan: terapkan pengetahuan yang Didapat: Peserta diharapkan untuk menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh selama pelatihan dalam merawat balita. Pastikan bahwa

mereka memahami pentingnya memberikan makanan seimbang dan bergizi kepada anak mereka. Ciptakan menu seimbang: Peserta dapat mencoba menyusun menu seimbang yang mencakup berbagai jenis makanan yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan balita. Pastikan bahwa menu tersebut memasukkan protein, karbohidrat, sayuran, dan buah-buahan. Berikan porsi yang sesuai: Pastikan bahwa porsi makanan yang diberikan kepada balita sesuai dengan usia dan kebutuhan mereka. Jangan memberikan porsi yang terlalu besar atau terlalu kecil. Perhatikan kebutuhan khusus: Jika balita memiliki kebutuhan khusus, seperti alergi makanan atau kondisi medis tertentu, pastikan untuk memenuhi kebutuhan khusus ini dalam pemilihan makanan. Kebersihan dan Keamanan Makanan: Ingatkan peserta untuk selalu menjaga kebersihan dan keamanan makanan yang diberikan kepada balita. Pastikan bahwa makanan disiapkan dan disimpan dengan benar. Pemantauan pertumbuhan: Sarankan peserta untuk terus memantau pertumbuhan dan perkembangan balita mereka. Jika ada tanda-tanda masalah pertumbuhan atau kesehatan, mereka harus segera berkonsultasi dengan penyedia layanan kesehatan. Keterlibatan dalam Program Gizi Komunitas: Sarankan peserta untuk berpartisipasi dalam program-program gizi komunitas yang mungkin tersedia di daerah mereka. Ini dapat membantu mereka terus meningkatkan pemahaman dan praktek gizi yang sehat.

KESIMPULAN

Perawatan tali pusat dengan topikal ASI lebih baik digunakan dalam merawat tali pusat karena mencegah terjadinya infeksi dan waktu pelepasan tali pusat lebih cepat. Protein dalam ASI berikatan dengan protein tali pusat yang berperan dalam proses perbaikan selsel yang rusak dan mempercepat proses penyembuhan luka, sehingga waktu pelepasan tali pusat lebih cepat. Selain itu ASI mengandung zat-zat anti infeksi dan anti inflamasi, serta antibodi yang tinggi yang akan mencegah koloni bakteri pada tali pusat agar tidak terjadi infeksi. Selain itu, keuntungan perawatan tali pusat menggunakan topikal ASI adalah mudah didapat, selalu tersedia dan steril, dan tidak berbahaya bagi bayi.

Bagi ibu ini sangat penting untuk diketahui tentang perawatan tali pusat pada bayi baru lahir untuk menghindari terjadinya infeksi tali pusat pada bayi, tapi jaranganya ibu yang melakukan perawatan tali pusat secara aseptik maka akan menimbulkan dampak negatif yaitu dapat menyebabkan kuman masuk dengan mudah menyebabkan terjadinya infeksi.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrianto, A., Darmono, S. S., & Anggraini, M. T. (2012). Hubungan Pemberian Air Susu Ibu (ASI) dan makanan pendamping ASI (MP-ASI) dengan Status Gizi Anak Usia 4-24 Bulan (Studi Di Wilayah Kelurahan Wonodri Kecamatan Semarang Selatan Kota Semarang). *Jurnal Kedokteran Muhammadiyah*, 1(2), 55–62.
- Almatsier, S. (2009). *Prinsip dasar ilmu gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

- Istian, A., & Rusilanti. (2013). *Gizi terapan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Hakim, M. A. (2014). Pemberian MP-ASI dan Status Gizi Bayi Usia 6-24 Bulan Berdasarkan Indeks BB/U di Desa Ban Kecamatan Kubu Tahun 2014. *Intisari Sains Medis*, 4(1), 1–10. Hariani, R. E., Amareta
- Hariani Endah, Amareta, Suryana (2016). Pola Pemberian Asi dan Makanan Pendamping Asi Terhadap Grafik Pertumbuhan Pada Kartu Menuju Sehat (Kms). *Jurnal Ilmiah INOVASI. Vol.1 No.1 Hal. 41-46*. Edisi Januari-April 2016. ISSN 1411-5549.
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 66 Tahun 2014 tentang pemantauan pertumbuhan perkembangan dan gngguan tumbuh kembang anak*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan, RI. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014*.
- Kemendes RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. <http://www.kemkes.go.id>
- Kusuma, K., Nuryanto, N. (2013). faktor resiko kejadian stunting pada anak usia 2-3 tahun (studi di Kecamatan Semarang Timur). *Jurnal of Nutriion College. 2013 vol. 2 (4)*
- Kusumaputra, R. P. (2015). *Hubungan pola asuh dengan pengetahuan gizi ibu dengan status gizi dan kesehatan anak balita*. Skripsi Departemen Gizi Masyarakat Fakultas Ekologi Manusia Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Lestari, M. U., Lubis, G., & Pertiwi, D. (2014). Hubungan Pemberian Makanan Pendamping Asi (MP-ASI) dengan Status Gizi Anak Usia 1-3 Tahun di Kota Padang Tahun 2012. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 3(2), 188–190.
- Manggala, A. K., Kenwa, K. W., Kenwa, M. M., Sakti, A. A., & Sawitri, A. A. (2018). Risk factors of stunting in children aged 24-59 months. *Paediatrica Indonesiana*, 58(5), 205-12. doi:10.14238/pi58.5.2018.205-12
- Mufida, L., Widyaningsih, T. D., & Maligan, J. M. (2015). *Prinsip Dasar Makanan Pendamping Air Susu Ibu (Mp-Asi) Untuk Bayi 6-24 Bulan: Kajian Pustaka*. *Jurnal Pangan Dan Agroindustri*, 3(4), 1646–1651.
- <https://jpa.ub.ac.id/index.php/jpa/article/view/290>
- Perpres. (2021). *Perpres Nomor 72 Tahun 2021 Tentang Percepatan Penurunan Stunting*. <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/174964/perpres-no-72-tahun-2021>
- Stephenson, T. J., & Schiff, W. J. (2019). *Human nutrition science for healthy living* (2nd Editio). New York: McGraw-Hill.
- Supariasa, dkk. 2015. *Penilaian Status Gizi*. Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta.
- Wemakor, A., Garti, H., Azongo, T., Garti, H., & Atosona, A. (2018). *Young maternal age is a risk factor for child undernutrition in Tamale Metropolis, Ghana*. *BMC Research Notes*, 11(1). doi:10.1186/s13104-018-3980-7
- WHO. (2019). *Sustainable Development Goals*. . <https://www.who.int/sdg/en/>