

## Edukasi Masalah Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Pangaribuan Tahun 2023

Janner Pelanjani Simamora, Naomi Isabella Hutabarat  
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan

### ARTICLE INFORMATION

Received: Oktober  
Available online: Oktober

### KEYWORDS

Edukasi, Gizi balita

### CORRESPONDENCE

E-mail: jannerosaze@gmail.com

### A B S T R A K

Masalah gizi harus diperhatikan pada usia bayi dan balita, karena usia tersebut merupakan masa tumbuh kembang yang optimal (*golden period*) terutama untuk pertumbuhan sehingga bila terjadi gangguan pada masa ini tidak dapat dipenuhi, pada masa yang berikutnya akan berpengaruh negatif pada kualitas generasi penerus (Abiyoga & Setiyani, 2019). Masalah gizi pada balita dapat berdampak pada terganggunya pertumbuhan dan perkembangan anak serta secara tidak langsung dapat menyebabkan balita memiliki zat gizi yang tidak sempurna serta berkepanjangan yang berkaitan dengan kesehatan anak, pertumbuhan anak, penyakit infeksi dan kecerdasan anak. Sasarannya adalah ibu balita di Wilayah Kerja Puskesmas Pangaribuan Kecamatan Pangaribuan Kabupaten Tapanuli Utara sebanyak 30 ibu balita. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian adalah melaksanakan melakukan edukasi masalah gizi balita dan diskusi kemudian menyebarkan kuesioner kepada ibu. Hasil pengabdian disimpulkan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi balita diposyandu pasar baik setelah diberikan pendikan kesehatan oleh tim pengabdian, dimana semua ibu menjawab dengan baik kuesioner setelah edukasi. Luaran dari pengabdian ini adalah menghasilkan jurnal nasional. Target pengabdian ini adalah pengetahuan ibu meningkat setelah dilakukan edukasi.

### 1. PENDAHULUAN

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mengemukakan masalah gizi yang terjadi di Indonesia saat ini yaitu gizi buruk, gizi kurang dan stunting (Kemenkes RI, 2019). Saat ini Indonesia sedang menghadapi masalah gizi ganda yang dimana masalah gizi yang kurang mengakibatkan anak stunting dan *underweight*, serta gizi berlebih yang dapat menyebabkan obesitas dan diabetes (Djauhari, 2017). Indonesia menderita kekurangan gizi yang cukup tinggi (defisiensi gizi makro dan mikro) yang disertai dengan meningkatnya prevalensi obesitas yang disebut sebagai 'Beban Ganda Masalah Gizi' (*Double Burden of Malnutrition*) (Fiona Watson et al., 2019).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 mengemukakan bahwa Indonesia termasuk negara ketiga dengan prevalensi tertinggi di *South-East Asian Region* dengan balita stunting setelah Timor Leste (50,5%) dan India (38,4%) yaitu sebesar 36,4% (Teja, 2019). Tren jumlah balita usia 0-59 bulan yang mengalami stunting di Indonesia dari tahun 2014 sampai tahun 2018 cenderung tidak mengalami perubahan yang signifikan, dimana pada tahun 2014 persentasenya sebesar 28,9%, sedangkan pada tahun 2018 persentasenya sebesar 29,6% (Kemenkes RI, 2019). Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan, presentase tertinggi gizi buruk dan gizi kurang di Indonesia terdapat pada provinsi Nusa Tenggara Timur dan angka stunting tertinggi terdapat pada Aceh dan Nusa Tenggara Timur (Kemenkes RI, 2019). Status gizi kurang dan berlebih saat ini menjadi masalah global yang dihadapi seluruh di dunia, terutama di Negara Indonesia, memiliki masalah gizi yang kompleks perkembangannya

(Widyanata et al., 2019). Gizi kurang dan berlebih merupakan kondisi yang disebabkan tidak seimbangnya masuknya energi serta nutrient di dalam tubuh. Masalah gizi kurang dan gizi lebih pada balita masih menjadi tantangan dalam perbaikan kesehatan masyarakat di Indonesia, disebabkan balita merupakan kelompok usia yang sangat rentan terhadap kelainan gizi karena pada usia balita gizi yang dibutuhkan lebih besar untuk pertumbuhan dan perkembangannya (Widyanata et al., 2019).

Data UNICEF (*United Nations Children Fund*) 2017 dalam penelitian (Hanifah et al., 2020), terdapat 92 juta (13,5%) balita di dunia mengalami *underweight*, 151 juta (22%) balita mengalami stunting, dan 51 juta (7,5%) mengalami *wasting*. Prevalensi untuk *overweight* pada tahun 2010 sebesar 6,7% dan diperkirakan mencapai 9,1% pada tahun 2020. (Ali & Wahani, 2015). Prevalensi kelebihan berat badan mengalami peningkatan dan dimasukkannya kelebihan berat badan pada masa kanak-kanak sebagai salah satu Target Gizi Global tahun 2025 (Onis et al., 2018). Wilayah Asia Tenggara dan Pasifik memiliki hampir setengah dari populasi di seluruh dunia, yang menderita Beban Ganda Masalah Gizi. Tidak ada wilayah lain yang memiliki prevalensi *overweight* yang meningkat secepat di wilayah Asia Tenggara dan Pasifik termasuk Indonesia (Fiona Watson et al., 2019). Penelitian Muaro, (2019) di Asia, balita penderita gizi buruk sebanyak 50%, *wasting* sebanyak 46% dan stunting sebanyak 55% (Hasyim, 2017).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) di Indonesia menunjukkan pada tahun 2017 balita dengan gizi buruk sebesar 3,8%, balita dengan gizi kurang sebanyak 14,0%, dan balita stunting sebanyak 29,6% (Kemenkes RI, 2017). Pada tahun 2018 balita dengan gizi buruk sebesar 3,9%, gizi kurang sebesar 13,8% serta stunting sebesar 30,8% (Kemenkes RI, 2018). Pada tahun 2019, balita dengan gizi buruk sebesar 3,9%, gizi kurang sebesar 13,8% serta stunting sebesar 27,67% (Kemenkes RI, 2019). Sedangkan untuk prevalensi obesitas pada balita di Indonesia sebanyak 11,5% dan berada pada urutan ke-21 di dunia (W. R. Pratiwi, 2018).

Pada Sumatera Utara, berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 ditemukan prevalensi balita dengan gizi buruk sebanyak 5,4%, balita dengan gizi kurang sebanyak 14,3%, balita dengan gizi berlebih sebanyak 4,3%, dan balita stunting sebanyak 1,51% (Dinas Kesehatan Sumatera Utara, 2018). Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2010, masalah kesehatan masyarakat sudah dianggap serius bila prevalensi BB/TB Kurus antara 10% - 14,9%, dan dianggap kritis bila  $\geq 15\%$ . Pada tahun 2018, angka Provinsi Sumatera Utara, prevalensi pada balita sangat kurus dan kurus masih 12,05 persen. Hal ini berarti bahwa masalah kekurusan di provinsi Sumatera Utara masuk dalam kategori masalah kesehatan masyarakat yang serius. Pada kota Medan berdasarkan didapatkan data untuk balita gizi kurang didapatkan data sebanyak 0,11%, balita dengan *wasting* sebanyak 0,46%, dan balita dengan stunting 0,3% (Dinas Kesehatan Sumatera Utara, 2018). Data yang didapatkan peneliti pada Puskesmas PB Selayang II Medan, kasus balita dengan gizi kurang sebesar 0,52%, balita dengan gizi buruk 0,01% dan balita dengan stunting sebesar 0,34%. Peneliti telah melakukan wawancara pada tanggal 10 Februari melalui chat via whatsapp kepada 10 orang ibu yang berkunjung di puskesmas, 5 orang ibu mengatakan bahwa tidak mengetahui jenis dan kandungan makanan bergizi yang diberikan kepada anaknya.

Masalah gizi harus diperhatikan pada usia bayi dan balita, karena usia tersebut merupakan masa tumbuh kembang yang optimal (*golden period*) terutama untuk pertumbuhan sehingga bila terjadi gangguan pada masa ini tidak dapat dipenuhi, pada masa yang berikutnya akan berpengaruh negatif

padakualitas generasi penerus (Abiyoga & Setiyani, 2019). Masalah gizi pada balita dapat berdampak pada terganggunya pertumbuhan dan perkembangan anak serta secara tidak langsung dapat menyebabkan balita memiliki zat gizi yang tidak sempurna serta berkepanjangan yang berkaitan dengan kesehatan anak, pertumbuhan anak, penyakit infeksi dan kecerdasan anak (Djauhari, 2017).

Masalah gizi pada balita dapat berdampak serius pada jangka pendek dan jangka panjang (Utami & Mubasyiroh, 2019). Balita yang menderita gizi buruk dan kurang akan berdampak pada frekuensi penyakit karena pada negara berkembang, kekurangan gizi merupakan salah satu faktor penyebab kematian anak. Pada jangka panjang akan berdampak pada gangguan gizi yang bersifat kronis atau balita dapat menjadi lebih pendek (*stunting*) dari anak seusianya yang dimana hal ini dapat berdampak pada menurunnya kecerdasan atau kemampuan kognitif anak, meningkatkan mordibitas serta resiko terhadap penyakit tidak menular (PTM) di masa mendatang (Utami & Mubasyiroh, 2019).

Salah satu faktor penyebab tingginya masalah gizi balita di Indonesia disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang gizi (Puspasari & Andriani, 2017). Pengetahuan gizi ibu yang kurang akan mempengaruhi status gizi balita dan akan susah memilih makanan yang bergizi untuk anaknya. Pengetahuan gizi ibu yang kurang dapat menjadi salah satu penentu status gizi balita dikarenakan sikap atau perilaku ibu dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi oleh balita serta pola makan balita yang meliputi jumlah, jenis dan frekuensi yang akan mempengaruhi asupan makan pada balita (Puspasari & Andriani, 2017).

Kurangnya pengetahuan ibu terkait gizi balita akan berdampak pada pemenuhan nutrisi pada balita karena pengetahuan merupakan unsur yang sangat penting dari pembentukan perilaku seseorang, termasuk perilaku pemenuhan gizi. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa jika seorang ibu memiliki pengetahuan gizi yang kurang, maka asupan makanan yang akan diberikan kepada balita juga kurang tepat dan dapat mempengaruhi status balita tersebut (Puspasari & Andriani, 2017).

Tingkat pengetahuan ibu tentang gizi sangat penting dalam meningkatkan derajat status gizi keluarga, terutama status gizi anak, dikarenakan peran ibu sangat berpengaruh. Sosok ibu berperan dalam pengelolaan rumah tangga serta berperan dalam menentukan jenis makanan yang akan dikonsumsi keluarganya. Tingkat pengetahuan ibu tentang gizi balita sangat mempengaruhi keadaan gizi balita tersebut karena ibu yaitu seorang yang paling besar keterikatannya terhadap anak. Kebersamaan ibu dengan anak lebih besar dan sering dibandingkan dengan anggota keluarga yang lain sehingga lebih mengerti segala kebutuhan yang dibutuhkan anak. Pengetahuan yang dimiliki ibu menjadi kunci utama kebutuhan gizi balita terpenuhi (Khayati, 2020).

Ibu yang memiliki sumber informasi yang luas akan lebih banyak mempunyai pengetahuan mengenai gizi balita lebih banyak dibandingkan ibu yang mempunyai pengetahuan minim. Pengetahuan ibu mengenai pemenuhan gizi yang seimbang bagi balita merupakan hal yang penting. Pengetahuan tersebut mampu mengarahkan ibu untuk melakukan pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita dengan menyediakan makanan seimbang yang sesuai dengan kebutuhan gizi pada balita tersebut. Adanya pemenuhan gizi yang seimbang tersebut maka akan tercipta status gizi yang normal bagi balita dan angka balita gizi kurang akan menurun (Khayati, 2020).

Peningkatan pengetahuan dan sumber daya manusia dapat ditingkatkan diawali dengan penanganan perkembangan dan pertumbuhan anak yang merupakan bagian dari keluarga dengan perawatan serta pemberian asupan gizi yang baik (Nugrahaeni, 2018). Perlunya perhatian, strategi,

kebijakan serta koordinasi dari pemerintah dalam pelaksanaan elemen yang penting seperti memberantas kemiskinan, memberdayakan masyarakat, pendidikan serta ketahanan pangan yang dapat mengubah tradisi yang buruk dan model pada tingkatan bawah secara tidak langsung dalam pemulihan gizi terhadap keluarga terutama pada balita (Anisa et al., 2017). Berdasarkan data dan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Edukasi Masalah Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Pangaribuan.

## **2. Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang edukasi masalah gizi balita dilaksanakan kepada 30 ibu yang memiliki balita di Posyandu Pasar wilayah kerja puskesmas pangaribuan Kabupaten Tapanuli Utara.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dengan memberikan pendidikan kesehatan dengan materi penyuluhan tentang balita sehat bahagia dengan gizi seimbang pada ibu yang memiliki balita. Pelaksanaan kegiatan berupa pemberian edukasi tentang masalah gizi balita yang mencakup kurang energy protein (KEP), kekurangan vitamin A (KVA), anemia gizi besi (AGB), dan gangguan akibat kekurangan yodium (GAKY). Tim pengabdian menyampaikan materi dengan metode ceramah menggunakan media leaflet dengan waktu 50 menit, kemudian dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab selama 45 menit. Proses pendidikan kesehatan berlangsung dengan lancar dimana materi yang disampaikan direspon oleh peserta dengan baik dan antusias terlihat dari banyak pertanyaan yang diajukan oleh peserta. Setelah dilakukan penyuluhan dan tanya jawab (diskusi) dengan ibu yang memiliki balita, tim pengabdian memberikan kuesioner sebanyak 10 pertanyaan tentang materi penyuluhan yang diberikan pada Ibu yang memiliki balita. Dari hasil kuesioner diperoleh dari 30 orang ibu balita, 28 ibu balita menjawab pertanyaan dengan benar 10 dan 2 orang menjawab pertanyaan dengan benar 8. Dari hasil kuesioner dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi balita di posyandu pasar baik setelah diberikan pendidikan kesehatan oleh tim pengabdian.

## **1. Pembahasan**

Edukasi tentang gizi balita pada ibu yang memiliki balita berjumlah 30 orang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi pada balita. Pemberian edukasi atau pendidikan kesehatan adalah sebuah upaya persuasi atau pembelajaran kepada masyarakat agar masyarakat mau melakukan tindakan-tindakan untuk memelihara, dan meningkatkan taraf kesehatannya. Hasil dari pendidikan kesehatan adalah meningkatnya pengetahuan atau berubahnya pola pengetahuan dari tidak tahu menjadi tahu. Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek melalui indra yang dimilikinya sehingga menghasilkan pengetahuan. Pengetahuan adalah hal yang diketahui oleh orang atau responden terkait dengan sehat dan sakit atau kesehatan, misal : tentang penyakit (penyebab, cara penularan, cara pencegahan), gizi, sanitasi, pelayanan kesehatan, kesehatan lingkungan, keluarga berencana, dan sebagainya (Notoatmodjo, 2014).

Hasil pengabdian diperoleh dari 30 orang ibu balita, 28 ibu balita menjawab pertanyaan dengan benar 10 dan 2 orang menjawab pertanyaan dengan benar 8. Dari hasil kuesioner dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi balita di posyandu pasar baik setelah diberikan pendidikan kesehatan oleh tim pengabdian. Hasil pengabdian ini sejalan dengan penelitian Sarah Novia Kristica (2021). Dimana hasil penelitiannya diperoleh bahwa mayoritas ibu yang memiliki balita di Puskesmas Padang Bulan berpengetahuan baik yaitu sebanyak

52 orang (55,3%).

Hasil pengabdian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Maryatin Apriyanti dkk (2020) Di Desa Jelat Kecamatan Baregbeg, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa Ibu yang memiliki pengetahuan baik sebagian besar memiliki balita dengan status gizi baik yaitu sebesar 94,1%.

Pengetahuan ibu tentang gizi balita merupakan segala informasi yang dimiliki oleh ibu mengenai zat makanan yang dibutuhkan untuk tubuh balita serta kemampuan ibu untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan tentang gizi yang baik tentunya akan membuat status gizi balita baik pula. Memiliki pengetahuan tentang gizi seimbang yang baik, akan memunculkan sikap dan membentuk perilaku untuk bertindak dalam pemenuhan gizi balitanya. Selain itu dengan pengetahuan baik akan memperbaiki cara ibu dalam pemenuhan gizi balitanya, dengan demikian pertumbuhan dan perkembangan balita dapat terpenuhi (Laila et al., 2020). Dibawah ini beberapa bukti pelaksanaan kegiatan pengabdian oleh tim, dapat dilihat pada gambar di bawah ini.

## **Lampiran 1**

Berikut ini telah kami lampirkan beberapa bukti kegiatan pengabdian kami, dimana foto-foto dibawah ini bukti nyata yang dilakukan oleh tim pengabdian.



**Gambar 1. Foto Kegiatan**

## **1. KESIMPULAN**

- a. Peserta kegiatan penyuluhan tentang gizi balita sebanyak 30 orang ibu yang memiliki balita.
- b. Pengabdian berjalan dengan baik dan antusias diikuti oleh peserta, dimana banyak peserta yang mengajukan pertanyaan atau diskusi.
- c. Terdapat 28 ibu balita menjawab pertanyaan dengan benar 10 dan 2 orang menjawab pertanyaan

dengan benar 8.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abiyoga, A., & Setiyani, I. N. (2019). *Hubungan Antara Keaktifan Ibu dalam Kegiatan Posyandu Dengan Status Gizi Balita*. 4(1), 1–9.
- Ali, N., & Wahani, A. (2015). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Obesitas pada Anak di Kota Manado Tahun 2015*. 84–87.
- Anisa, A. F., Darozat, A., Aliyudin, A., Maharani, A., Fauzan, A. I., Fahmi, B. A., Budiarti, C., N, R. D. F., & Hamim, E. A. (2017). *Permasalahan Gizi Masyarakat Dan Upaya Perbaikannya*. 1–22.
- Dinas Kesehatan Sumatera Utara. (2018). *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2018*.
- Djauhari, T. (2017). *Gizi dan 1000 hpk*. 125–133.
- Fadila, R. N., Amareta, D. I., & Febriyatna, A. (2017). *Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Ibu tentang Gizi Seimbang dengan Status Gizi Anak TK di DesaYosowilangun Lor Kabupaten Lumajang ISSN : 2354-5852*. 5(1), 14–20.
- Fauzia, N. S., St, S., & Km, M. (2018). *Gizi Seimbang Pada Balita Dengan Status Gizi Baita Di Posyandu Rimbaraya Di Wilayah Kerja Puskesmas Klapanunggal Tahun 2018*.
- Fiona Watson, M. S., Dr. Minarto, M., Sri Sukotjo, M. ., Jee Hyun Rah, P., & Maruti, dr. A. K. (2019). *Kajian Sektor Kesehatan*.
- Grove. (2015a). Understanding Nursing Research Buliding an Evidence-Based Practice. In *American Speech* (Vol. 15, Issue 3).
- Grove, Gray, Susan, Sutherland, & Suzanne. (2017). Burns and Grove's The Practice of Nursing Research (Appraisal,Synthesis, and Generation of Evidence). In *Acta Universitatis Agriculturae et Silviculturae Mendeliana Brunensis*.
- Grove, S. K. (2015b). *Understanding Nursing Research\_ Building an Evidence- Based Practice*.
- Hanifah, R. N., Djais, J. T. B., & Fatimah, S. N. (2020). *Prevalensi Underweight, Stunting, dan Wasting pada Anak Usia 12-18 Bulan di Kecamatan Jatinangor*. 5, 3–7.