

## PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG GIZI BALITA DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN RONNI SIREGAR

Ronni Naudur<sup>1</sup>, Agnes Purba<sup>2</sup>, Netti Meilani<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Sari Mutiara Indonesia

### Informasi Artikel

#### Sejarah Artikel :

Diterima, Juni 27, 2024

Revisi, Juni 28, 2024

Disetujui, Juni 30, 2024

#### Kata kunci :

Aman Bersosial  
Media; Remaja;

### ABSTRAK

Status gizi yang baik sangat ditentukan oleh pemberian makanan yang dikonsumsi dan cukup kandungan gizinya serta disesuaikan dengan kebutuhan gizi balita, sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Berdasarkan data SSGI tahun 2021, prevalensi balita stunting di Indonesia sebesar 24,4% sementara itu prevalensi underweight (gizi kurang) sebesar 17,0% dan prevalensi overweight (gizi lebih) sebesar 3,8% sedangkan prevalensi wasted (kurus) sebesar 7,1%. Penyuluhan ini diberikan langsung kepada ibu – ibu yang mempunyai balita dengan memberikan kuesioner yang berisi pertanyaan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi pada balita. Sehingga tumbuh kembang balita lebih maksimal dan pelaksanaan ini diberikan kepada 45 ibu. Setelah dilakukan pre test maka di lakukan pemberian pendidikan kesehatan tentang gizi pada balita. Para peserta menerima dengan baik penyuluhan yang diberikan dengan menilai hasil kuesioner pada post test yang mengalami peningkatan secara signifikan.

*This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.*



### Korespondensi Penulis :

Ronni Naudur

Prodi Sarjana Kebidanan

Universitas Sari Mutiara Indonesia

Jl. Jl. Kapten Muslim No.79, Helvetia

Tengah, Kec. Medan Helvetia, Kota

Medan, Sumatera Utara 20124

Email: [onisiregar62@gmail.com](mailto:onisiregar62@gmail.com)

## 1. PENDAHULUAN

Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat mengonsumsi makanan dan penggunaan zat gizi, dimana zat gizi sangat dibutuhkan oleh tubuh sebagai sumber energi, pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh, serta pengatur proses tubuh (Tangdiarru, 2022; Sampouw, 2021). Status gizi ini menjadi penting karena merupakan salah satu faktor risiko untuk terjadinya kesakitan dan kematian. Status gizi yang baik sangat ditentukan oleh pemberian makanan yang dikonsumsi dan cukup kandungan gizinya serta disesuaikan dengan kebutuhan gizi balita, sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang secara normal

(Hanım, 2020).

Hasıl Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2022, menunjukkan bahwa Provinsi Sumatera Utara merupakan daerah tertinggi ke 19 di Indonesia dengan prevalensi bayi *stunting* mencapai 21,1%. Angka ini menunjukkan penurunan dari tahun sebelumnya, dimana pada tahun 2021 prevalensi *stunting* mencapai 25,8%.

Ada faktor lain sangat mempengaruhi status gizi balita yaitu, pengetahuan ibu tentang pemenuhan gizi balita, pendapatan keluarga dan ASI Eksklusif (Juliati, 2021). Pengetahuan tentang kebutuhan makanan sangat penting untuk mendukung tercapainya kesehatan dan status gizi yang baik pada balita (Jemide, et al, 2016). Selain itu, ada faktor lain yang dapat mempengaruhi status gizi balita dari karakteristik ibu yaitu usia, jumlah anak, pengetahuan, dan tinggi badan (Nur, 2020). Status pekerjaan ibu sangat menentukan perilaku ibu dalam pemenuhan kebutuhan zat gizi. Ibu yang memiliki pekerjaan diluar rumah dapat berakibat pada berkurangnya waktu yang dihabiskan dengan anak, hal itu bisa menyebabkan asupan makan dan tumbuh kembang anak tidak terkontrol secara baik (Aisyah dkk, 2019).

Ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik akan memilih jenis bahan makanan yang mengandung zat gizi, sehingga kebutuhan gizi yang diperlukan terpenuhi dan berdampak pada status gizi yang optimal pada balita. Sebaliknya ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang kurang dalam memilih jenis bahan makanan tidak melihat kandungan gizi yang ada dalam makanan tersebut sehingga berdampak pada asupan gizi yang tidak optimal.

Menurut Kemenkes (2020) beberapa kendala dalam status gizi pada balita usia 6-24 bulan seperti kurangnya pengetahuan ibu, kurangnya dukungan keluarga, rendahnya pemberian ASI eksklusif, kurangnya dukungan tenaga kesehatan. Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan di Praktik Mandiri Bidan Ronni Naudur data jumlah balita bulan Februari tahun 2023 sebanyak 25 orang dan yang mengalami *stunting* 1orang (4%).

Berdasarkan studi pendahuluan tersebut maka pada pengabdian melakukan kegiatan penyuluhan kesehatan tentang Gizi Pada Balita di Praktik Mandiri Bidan Ronni Naudur Siregar Kabupaten Deli Serdang.

## **2. METODE PENELITIAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan oleh tim yang memberikan fokus pada peningkatan pengetahuan ibu – ibu tentang gizi pada balita khususnya tentang sumber nutrisi, cara penyajian makanan dan pengenalan akan makronutrien dan mikronutrien pada makanan. Metode ini diberikan langsung di lokasi fasilitas kesehatan yaitu di Praktik Mandiri Bidan Ronni Naudur Siregar yang beralamat di Jln. Sekolah No.31 Desa Purwodadi Kabupaten Deli Serdang. Penyuluhan ini dilaksanakan pada hari Rabu, Tanggal 06 Maret 2024 Pukul 15.00 Wib dengan jumlah peserta yang hadir sebanyak 45 orang. Kegiatan penyuluhan kesehatan dibagi menjadi 3 tahapan meliputi tahapan persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

### **Tahap Persiapan**

Pada tahap persiapan tim melakukan studi pendahuluan dengan melihat fenomena kejadian ataupun masalah yang terjadi saat ini. Kemudian tim membuat surat permohonan ke Prodi Sarjana Kebidanan USM – Indonesia untuk dilakukan penyuluhan sebagai pengantar ke lokasi penyuluhan. Pengabdian kemudian mempersiapkan materi berupa kuesioner yang akan diberikan kepada peserta, poster yang berisikan tentang materi gizi pada balita dan alat tulis yang dibagikan kepada tiap peserta, *microphone* dan pengeras suara.

---

## **Tahap Pelaksanaan**

*Tahap Pre Test.* Pada tahap ini tim memperkenalkan diri kepada para peserta kemudian menyebarkan lembar kuesioner untuk menilai pengetahuan ibu sebelum dilakukan penyuluhan. Masing – masing peserta diberi 10 pertanyaan dan dijawab tanpa dampingan agar tim dapat mengkaji pemahaman peserta sebelum diberikan penyuluhan.

*Tahap Penyuluhan* , Tim memberikan materi dengan metode ceramah yang meliputi pengertian balita, tahapan tumbuh kembang balita, manfaat nutrisi bagi pertumbuhan fisik dan kognitif serta kandungan makro dan mikronutrien pada jenis – jenis makanan.

*Tahap post test,* pada tahap ini tim menyebarkan kembali kuesioner kepada para peserta untuk menilai pengetahuan ibu tentang pertanyaan yang berisikan materi yang disampaikan. Pada tahap post test peserta tidak didampingi oleh tim agar tim dapat menilai perubahan pengetahuan ibu sesudah diberikan penyuluhan.



## Tahap Evaluasi

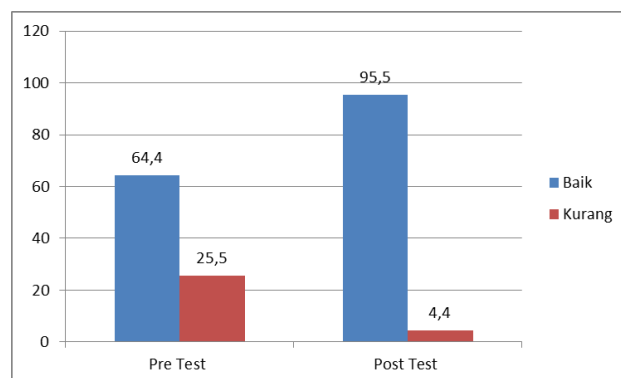
Pada tahap evaluasi tim menganalisis jumlah jawaban yang benar pada kuesioner yang telah di isi oleh peserta dan memberikan waktu untuk diskusi tanya jawab terhadap para peserta.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang berjudul “ Penyuluhan Kesehatan Tentang Gizi Pada Balita Di Praktik Mandiri Bidan Ronni Naudur” dilaksanakan pada hari Rabu, 6 Maret 2024 Pukul 15.00 hingga selesai. Kegiatan ini merupakan upaya dalam meningkatkan pengetahuan ibu akan pentingnya gizi pada masa balita. Ibu yang memiliki pengetahuan dan sikap yang kurang baik tentang gizi akan sangat berpengaruh terhadap status gizi balitanya dan akan sukar untuk memilih makanan yang bergizi untuk anak dan keluarganya. Gizi yang baik adalah gizi yang seimbang, artinya asupan zat gizi harus sesuai dengan kebutuhan tubuh. Gizi kurang pada anak di usia balita membawa dampak pertumbuhan otak dan tingkat kecerdasan terganggu, hal ini disebabkan karena kurangnya mengonsumsi protein dan kurangnya energi yang diperoleh dari makanan dan pengetahuan juga sikap ibu sangat penting untuk mencegah terjadinya gizi buruk.

Pengetahuan ibu tentang gizi balita sangat mempengaruhi keadaan gizi balita tersebut karena ibu adalah seorang yang paling besar keterikatannya terhadap anak. Kebersamaan ibu dengan anaknya lebih besar 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. Tingkat pengetahuan ibu tentang asupan gizi berhubungan dengan derajat stunting pada balita, dimana pengetahuan gizi yang tidak memadai, kurangnya pengetahuan tentang kebiasaan makan yang baik, serta pengertian yang kurang tentang kontribusi gizi dari berbagai jenis makanan akan menimbulkan masalah kecerdasan dan produktivitas terutama pada bayi yang berusia antara 6-24 bulan.

Penyuluhan ini dihadiri sebanyak 45 ibu yang mempunyai balita dan diterima sangat antusias. Berdasarkan evaluasi yang di analisis oleh tim maka pengetahuan ibu sebelum dan sesudah penyuluhan dapat dilihat pada diagram berikut :



Pengetahuan merupakan faktor yang dapat memudahkan seseorang atau masyarakat terhadap apa yang dilakukan. Menurut Notoadmojo (2018) Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang yang ingin diketahui atau diukur dapat disesuaikan dengan tingkat pengetahuan responden yang meliputi tahu, memahami, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi.

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan ini mampu memberikan dampak yang positif bagi peserta yang dibuktikan melalui nilai yang ditunjukkan pada kuesioner yang dibagi oleh tim pelaksana. Ditemukan adanya peningkatan pengetahuan ibu sebelum dan dilakukannya penyuluhan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, Suyatno, & Rahfiludin, M.Z. 2019. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stunting pada Anak Kelas Satu di SDI Taqwiyyatul Wathon Daerah Pesisir Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Vol. 7, No.1.
- Hanim B. Faktor Yang Memengaruhi Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo Kota Pekanbaru. *JOMIS (Journal Midwifery Sci.* 2020;4(1):15-24. doi:10.36341/jomis.v4i1.111
- Jemide, J. O., Obong, H. N. E., Edet, E. E. & Udoh, E. E., 2016. Association of Maternal Nutrition Knowledge and Child Feeding Practices with Nutritional Status of Children in Calabar South Local Government Area, Cross River State Nigeria. h. 293. [https://pdfs.semanticscholar.org/2873/5932eb9aff68684de69f6d2e\\_a3b15709f5bf.pdf](https://pdfs.semanticscholar.org/2873/5932eb9aff68684de69f6d2e_a3b15709f5bf.pdf).
- Juliati. FAKTOR YANG MEMENGARUHI STATUS GIZI BALITA DI PUSKESMAS MUTIARA. *J Inivasi Pendidik Anak Usia Dini*. 2021;1(1):1-23.
- Kemkes RI 2020. Panduan Pelaksanaan Pemantauan Pertumbuhan di Posyandu untuk Kader dan Petugas Posyandu. Direktorat Gizi Masyarakat
- Notoadmojo, S. 2018. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Tangdiarru A, Yusuf K, Rate S. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Balita (6-59 Bulan) Di Puskesmas Tampo Kabupaten Tana Toraja. *J Promot Prev.* 2022;4(2):107-115. doi:10.47650/jpp.v4i2.357
-