



Optimalisasi Tumbuh Kembang Balita Melalui Peningkatan Pengetahuan Tentang Kecukupan Gizi

Yudita Ingga Hindiarti¹, Arifah Septiane Mukti², Siti Fatimah³, Ratna Suminar⁴

^{1, 2, 3} Universitas Galuh, Indonesia

Email Koresponden: yuditaingga@unigal.ac.id^{1*}

Info Artikel

Riwayat Artikel

Diajukan: 2024-04-15

Diterima: 2024-06-06

Diterbitkan: 2024-09-03

Kata Kunci:

Stunting, Gizi, Pelatihan, 1000 HPK

Keywords:

Stunting, Nutrition, Training, Golden Age



Lisensi: cc-by-sa

Copyright © 2024 Yudita Ingga Hindiarti, Arifah Septiane Mukti, Siti Fatimah, Ratna Suminar

ABSTRAK

Pada tahun 2019, Badan Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan prevalensi stunting pada anak di bawah lima tahun sebesar 21,3% (World Health Organization, 2020). Di Indonesia, survei status gizi balita tahun 2019 menunjukkan prevalensi stunting mencapai 27,67%, melebihi toleransi maksimal yang ditetapkan WHO. Angka stunting di Provinsi Jawa Barat lebih tinggi dari rata-rata nasional, termasuk di Kabupaten Ciamis, khususnya Kecamatan Sindangkasih. Kegiatan ini bertujuan untuk mendorong pola konsumsi pangan balita yang kreatif, bergizi, dan seimbang, dengan sasaran kader dan ibu balita. Metode yang digunakan meliputi edukasi gizi dan demonstrasi memasak dengan media leaflet. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan perilaku ibu balita dalam penganeekaragaman pangan yang bergizi, berimbang, dan aman. Kegiatan dimulai dengan pretest, dilanjutkan dengan penyampaian materi tentang kecukupan gizi, demonstrasi memasak kudapan sehat, dan post test untuk mengukur pengetahuan ibu balita. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan ibu balita dan kader mengenai pentingnya kecukupan gizi bagi balita.

ABSTRACT

In 2019, the World Health Organization (WHO) reported a stunting prevalence of 21.3% among children under five years old (World Health Organization, 2020). In Indonesia, the 2019 child nutrition status survey indicated a stunting prevalence of 27.67%, exceeding the maximum tolerance set by WHO. The stunting rate in West Java Province is higher than the national average, including in Ciamis Regency, particularly in Sindangkasih Subdistrict. This activity aims to promote a creative, nutritious, and balanced diet for toddlers, targeting community health workers and mothers of toddlers. The methods used include nutrition education and cooking demonstrations, with leaflets as the media. The objective of this activity is to enhance knowledge, understanding, and behavior change among mothers of toddlers regarding the diversification of nutritious, balanced, and safe foods. The activity began with a pretest, followed by delivering material on nutritional adequacy, a demonstration of healthy snack preparation, and a post-test to assess the mothers' knowledge. The results showed a significant increase in knowledge among mothers and health workers about the importance of adequate nutrition for toddlers.

Cara mensitasi artikel:

Hindiarti, Y.I., Mukti, A.S., Fatimah, S., Suminar, R. (2024). Optimalisasi Tumbuh Kembang Balita Melalui Peningkatan Pengetahuan Tentang Kecukupan Gizi. *JPKMU: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Kesehatan Galuh*, 1(1), 185-192. <https://jurnal.unigal.ac.id/jpkmu/article/view/16081>



PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak yang terlihat dalam jangka panjang dan berdampak negatif bagi kesehatan dan perkembangan anak ke masa yang akan datang. Kekurangan gizi kronis yang menyebabkan *stunting* tidak hanya memengaruhi tinggi badan anak tetapi juga dapat berpengaruh pada kemampuan kognitif, motorik, dan kemampuan verbal mereka. Selain itu, anak-anak yang mengalami *stunting* seringkali memiliki performa akademik yang kurang memuaskan, selain itu *stunting* juga meningkatkan angka kesakitan pada anak. Kabupaten Ciamis menempati 5 besar penyumbang angka *stunting* di Jawa Barat (42,1%) (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2020).

Stunting merupakan salah satu masalah gizi kronis yang disebabkan karena tidak terpenuhinya asupan gizi sehingga mengganggu pertumbuhan anak. Kategorisasi *stunting* apabila tinggi badan anak lebih rendah atau pendek (kerdil) daripada anak seusianya (WHO, 2010) Tingginya kejadian *stunting* pada beberapa balita di Desa Sukasenang mengindikasikan pengetahuan masyarakat di Desa tersebut terkait kecukupan gizi pada balita.

Kegiatan pengabdian masyarakat untuk menjawab pertanyaan bagaimana strategi yang tepat untuk meningkatkan kesadaran gizi ibu balita di Desa Sukasenang, Kecamatan Sindangkasih.

METODE

Metode pengabdian masyarakat ini menggunakan metode pelatihan. Kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui penyuluhan langsung di Aula Desa Sukasenang. Adapun media yang digunakan berupa leaflet.

Kegiatan tahap 1 adalah melakukan survey lapangan pada Desember 2022 terkait koordinasi terkait perizinan untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada pemerintah Desa Sukasenang, Sindangkasih.

Kegiatan tahap 2 dilakukan pertemuan dengan pihak desa terkait dan bidan koordinator desa sukasenang untuk menggali informasi awal terkait data balita *stunting*, masalah gizi yang ada, kendala dan bagaimana karakteristik masyarakat yang ada di Desa Sukasenang untuk mempermudah dalam menyusun strategi pemecahan masalah. Dalam koordinasi tersebut tim mendapatkan data awal dan teridentifikasi banyaknya sasaran yaitu orang tua balita dan kader sebanyak kurang lebih 14 orang.

Kegiatan tahap 3 yaitu pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat adapun

kegiatan yang dilakukan adalah:

- a. Kegiatan Pre-test, dilakukan dengan kuesioner soal untuk menggali pengetahuan ibu balita mengenai kecukupan gizi. Kegiatan ini dilakukan dengan meminta ibu untuk mengisi kuesioner yang memuat 10 pertanyaan terkait materi yang akan disampaikan.
- b. Identifikasi status gizi balita dengan melakukan pengukuran antropometri.
- c. Membuat grup diskusi dalam aplikasi whatsapp, dengan melakukan pendataan nomor kontak ibu dari balita dan juga kader, yang nantinya memungkinkan grup whatsapp tersebut menjadi wadah dalam pertukaran informasi khususnya edukasi gizi.
- d. Edukasi kecukupan gizi oleh Ketua Tim Pengabdian. Adapun media yang digunakan berupa leaflet yang memuat informasi terkait materi yang diberikan. Setelah selesai sesi pemaparan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab.
- e. Kegiatan Post-test untuk melihat apakah ada peningkatan pengetahuan berdasarkan jawaban peserta.
- f. Demontrasi memasak kudapan sehat. Menu untuk kegiatan demonstrasi masak adalah nugget ayam sayur. Menu tersebut dipilih karena sangat *familier* sebagai lauk makan anak-anak, sumber protein, dan mengenalkan kepada anak untuk gemar mengkonsumsi sayur, selain itu nugget juga dapat dijadikan menu *snack* sehat untuk anak.

Kegiatan tahap 4 yaitu dilakukannya evaluasi kegiatan dan tindak lanjut pasca kegiatan.

Adapun agenda yang dilakukan adalah:

- a. Monitoring evaluasi dimana kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui perubahan perilaku ibu dalam pengasuhan terhadap balita melalui kuesioner. Memotivasi warga untuk dapat melakukan pemanfaatan pekarangan rumah untuk menanam sayuran dan bahan pangan lokal lainnya yang akan menjadi sumber gizi yang dapat dimanfaatkan dalam keperluan rumah tangga. Kegiatan dilakukan oleh kader di Desa Sukasenang.
- b. Kegiatan edukasi dilanjutkan melalui media WhatsApp (WA).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dimulai dengan survei lapangan bersama mitra meliputi kegiatan observasi data awal dan informasi di lapangan yang diperlukan untuk menggali permasalahan terkait gizi balita yang terjadi pada mitra, dimana Desa Sukasenang, Kecamatan Sindangkasih teridentifikasi menjadi salah satu *lokus stunting* di Kabupaten Ciamis dengan jumlah balita *stunting* yang cukup tinggi yaitu sebanyak 17 balita. Tahap selanjutnya

dilakukan dengan metode wawancara dan *in depth interview* dengan bidan desa, kader dan ibu balita. Tahap selanjutnya adalah menyepakati langkah penyelesaian masalah serta jadwal kegiatan.

Adapun faktor penghambat kegiatan diantaranya :

1. Masih adanya orang tua balita yang belum memahami apa yang dimaksud dengan *stunting* dan bagaimana pentingnya asupan gizi bagi pertumbuhan dan perkembangan anak
2. Masih kurangnya pemahaman kader tentang nilai gizi
3. Masih kurangnya pemahaman kader dan ibu balita tentang kudapan sehat untuk anak
4. Masih kurangnya pemahaman ibu balita dan kader tentang pentingnya gizi balita
5. Masih kurangnya pemahaman ibu balita dan kader tentang pembuatan kudapan-kudapan sehat bagi balita yang dapat dimodifikasi dan menggugah selera makan anak.

Pada tahap pelaksanaan kegiatan ini, ibu balita mengisi kuesioner pengetahuan kecukupan dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 1
Gambaran Pengetahuan Pretest

| F | Pengetahuan Kategori % | | |
|----|------------------------|-------|--------|
| | Baik | Cukup | Kurang |
| 13 | 23,0% | 30,7% | 46,1% |

Berdasarkan tabel di atas, diketahui 23% peserta memiliki pengetahuan Baik, 30,7% atau memiliki pengetahuan cukup dan 46,1% memiliki pengetahuan kurang. Artinya rata-rata ibu balita memiliki pengetahuan yang kurang tentang kecukupan gizi pada balita. Berdasarkan hal tersebut maka tim berencana untuk mengadakan pelatihan pada ibu balita dan kader agar pengetahuannya meningkat.

Gambar 1
Kegiatan Penyuluhan Kader



Pertemuan selanjutnya penyampaian materi tentang Pemahaman gizi dan pentingnya kecukupan gizi bagi tumbuh kembang balita, serta demonstrasi memasak kudapan sehat yaitu nugget ayam sayur. Kegiatan ini berlangsung dengan lancar dan menyenangkan, dimana pada akhir kegiatan ini kader diberikan pertanyaan dan yang dapat menjawab pertanyaan diberikan *dorrprize* sebagai *reward*.

Gambar 2
Kegiatan Demonstrasi Memasak Nugget Ayam



Tahap selanjutnya monitoring dan evaluasi, dimana evaluasi bertujuan untuk mengetahui seberapa baik kegiatan berjalan. Pada akhir kegiatan dilakukan melalui penilaian post test.

Adapun untuk mengukur capaian kegiatan yang telah dilakukan dalam kegiatan ini dapat disajikan dalam tabel dibawah ini :

Tabel 2
Gambaran Hasil Pengisian Akhir Kuesioner
Pengetahuan Kategori %

| F | Baik | Cukup | Kurang |
|----|-------|-------|--------|
| 13 | 53,8% | 38,4% | 7,6% |

Berdasarkan tabel di atas, diketahui 53,8% atau sekitar 7 orang peserta memiliki pengetahuan Baik, 38,4% atau sekitar 5 orang berpengetahuan cukup, dan masih ada yang memiliki pengetahuan kirang sebanyak 7,6 % atau 1 orang. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan ini memberikan dampak positif terhadap mitra dengan adanya tingkat pengetahuan dan pemahaman kader dan ibu balita mengalami peningkatan yang signifikan.

Adapun hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah:

Tabel 3
Indikator keberhasilan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

| Tahap Pelaksanaan | Capaian | |
|---|---|--|
| | Sebelum | Sesudah |
| Sosialisasi Kegiatan | Kurangnya pengetahuan ibu balita dan kader | Meningkatnya pengetahuan kader dan ibu balita |
| Penjelasan gizi dan demonstrasi memasak | Kurangnya pemahaman Kader tentang asupan gizi seimbang bagi tumbuh kembang anak | Meningkatnya animo peserta untuk mencoba membuat nugget sendiri sebagai lauk makanan bagi anak |

Pada pengabdian masyarakat tentang "Optimalisasi Tumbuh Kembang Balita Melalui Peningkatan Pengetahuan Tentang Kecukupan Gizi" Mitra Senantiasa Menunjukkan Sikap Positif Dan Mampu Menerima Penjelasan Dengan baik. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan ini diterima dan bermanfaat bagi peserta sehingga terbentuk simbiosis mutualisme antar kedua belah pihak.

Keberhasilan kegiatan tentunya tidak lepas dari kontribusi mitra selama kegiatan dan peran aktif mitra selama pelaksanaan kegiatan dari awal sampai akhir kegiatan. Partisipasi aktif dan dukungan mitra baik secara materiil dan imateriil sangat berkontribusi oada kelancaran kegiatan.

Adapun faktor yang menghambat pada pelaksanaan kegiatan ini dapat diuraikan sebagai berikut:

- a. Masih adanya mitos yang menyatakan bahwa "anak tidak apa-apa asalkan ada makanan yang masuk" tanpa memeperhatikan nilai gizi.
- b. Ibu balita memberikan izin untuk mengkonsumsi jajanan yang tersedia di sekitaran lingkungan rumah, seperti cimol, cimin, telur gulung daripada mengganti dengan buah atau kudapan yang lebih sehat.
- c. Masih ada yang kurang paham tentang gizi seimbang
- d. Rendahnya kreatifitas ibu balita dalam mengolah kudapan sehat yang bergizi
- e. Tersedianya berbagai kudapan atau lauk instan yang diperjualbelikan seperti nugget berbagai macam merk, sosis, dan lain-lain.

Faktor pendukung dalam melaksanakan kegiatan ini, di antaranya dapat diuraikan sebagai berikut.

- a. Dukungan dari warga setempat untuk melaksanakan kegiatan tersebut dan memberikan izin

untuk melakukan kegiatan

- b. Dukungan dari Kepala Desa, Aparat Desa, Ibu Kepala Desa (Ibu Kuwu) dan Bidan desa setempat yang senantiasa ikut serta mendampingi selama kegiatan dilaksanakan
- c. Tingginya antusiasme kader dan ibu balita dalam mengikuti kegiatan
- d. Dukungan dari pihak Universitas Galuh untuk kelancaran dan keberhasilan kegiatan pengabdian melalui LPPM Universitas Galuh yang bersedia menyediakan fasilitas pendukung untuk kegiatan.

SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh Masyarakat dengan masyarakat di Desa Sukasenang akan dilanjutkan ke desa lainnya agar lebih banyak berkontribusi pada masyarakat.

Antusiasme dalam penyelenggaraan kegiatan ini kemungkinan besar dipicu oleh pendekatan yang baik dari tim, penggunaan media yang tepat, dan metode yang dilengkapi dengan praktik yaitu praktik demonstrasi pembuatan kudapan sehat bagi anak. Pendekatan yang sistematis dan efektif dalam pelaksanaan kegiatan, ditambah dengan strategi komunikasi yang sesuai, telah berkontribusi besar terhadap keberhasilan dan penerimaan program ini di masyarakat. Kami mengapresiasi upaya tim dalam menerapkan metode yang tepat guna dan berharap ini menjadi contoh yang baik untuk kegiatan serupa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada LPPM Universitas Galuh dan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh atas dukungan dan kontribusinya dalam upaya mengatasi stunting di Desa Sukasenang.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifudin, B.A.S. (2012) Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: Pustaka Setia.
- Anisatur Rohmah*, Henry Januar Saputra, I.L. (2020) "Pengembangan E-Magazine Berbasis Android Dalam Pembelajaran Kelas V Sekolah Dasar," Elementary School 7, 7, pp. 290–296.
- Astika, T. et al. (2021) "Pemberdayaan kader posyandu dalam fortikasi pangan organik berbasis pangan lokal sebagai upaya pencegahan *stunting* pada balita," JPMT, pp. 1–10.

doi:10.24853/jpmt.4.1.1-10.

Danur (2019) "Pengaruh Kearifan Pangan Lokal Suku Rejang Terhadap Penanganan *Stunting* Baduta Di Bengkulu Utara," 3, pp. 201–210.

Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat (2020) Dinkes Jabar Tingkatkan Kualitas Layanan'.

Gladys Apriluana* dan Sandra Fikawati (2018) "Analisis Faktor-Faktor Risiko terhadap Kejadian *Stunting* pada Balita (0-59 Bulan) di Negara Berkembang dan Asia Tenggara," pp. 247–256.

Rahmawati, I., Juliningrum, P.P. and Nufus, B.H. (2020) "Pendampingan Ibu Hamil Melalui Program ' Nyongok Reng Ngandung ' ' Nyongok Reng Ngandung ,'" 4(2), pp. 1–5.

Reynaldo Martorell, P. (2018) "Improved Nutrition in the First 1000 Days and Adult Human Capital and Health," 29(2), pp. 1–24. doi:doi:10.1002/ajhb.22952.

RI, B.L.K.K. (2018) Laporan Nasional Riskesdas 2018. Jakarta.

Shang, Y. et al. (2010) "*Stunting and soil-transmitted-helminth infections among school-age pupils in rural areas of southern China,*" *Parasites & Vectors*, 3(1), p. 97. doi:10.1186/1756-3305-3-97.

Victora, C.G. et al. (2008) "Maternal and Child Undernutrition 2 Maternal and child undernutrition : consequences for adult health and human capital," 371, pp. 340–357. doi:10.1016/S0140-6736(07)61692-4.

(WHO), W.H.O. (2020). Prevalence of stunting among children under 5 years of age.

