

**PELAKSANAAN PENYULUHAN TENTANG KEBUTUHAN GIZI PADA
BALITA DI WILAYAH PUSKESMAS KARANGAYU
KOTA SEMARANG**

Cicilia Ninik S^{*)}, Elsa Fitri Dwi A^{*)}, Yulia Harimita^{)}**

^{*)} *Dosen Program Studi D3 Kebidanan STIKES Telogorejo Semarang*

^{**)} *Mahasiswa Program Studi D3 Kebidanan STIKES Telogorejo Semarang*

ABSTRAK

Malnutrisi yaitu gizi buruk atau Kurang Energi Protein (KEP) dan defisiensi mikronutrien merupakan masalah yang membutuhkan perhatian khusus terutama di negara-negara berkembang, yang merupakan faktor risiko penting terjadinya kesakitan dan kematian pada ibu hamil dan balita Gizi merupakan salah satu factor penentu utama kualitas sumber daya manusia. Gizi buruk tidak hanya meningkatkan angka kesakitan dan angka kematian tetapi juga menurunkan produktifitas, menghambat pertumbuhan sel-sel otak yang mengakibatkan kebodohan dan keterbelakangan. Dari data yang diperoleh diketahui bahwa pemenuhan angka kecukupan gizi anak masih cenderung kurang, dikarenakan pola makan yang tidak seimbang. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi balita melalui penyuluhan. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan melibatkan mahasiswa tingkat akhir bertempat di Balai Puskesmas Karang Ayu Kecamatan Semarang Barat Kota Semarang.

Kata Kunci : Gizi, Balita

ABSTRACT

Malnutrition, namely malnutrition or Protein Energy Deficiency (PEM) and micronutrient deficiency are problems that require special attention, especially in developing countries, which are important risk factors for morbidity and mortality in pregnant women and toddlers. Nutrition is one of the main determinants of source quality. human power. Bad nutrition not only increases morbidity and mortality but also decreases productivity, inhibits the growth of brain cells which results in ignorance and backwardness. From the data obtained it is known that the fulfillment of the nutritional adequacy of children is still less likely, due to unbalanced diet. The purpose of this community service is to increase the knowledge of mothers about the nutritional needs of children under five through

counseling. This community service is carried out by involving final-year students at the Karang Ayu Public Health Center, West Semarang District, Semarang City.

Keywords: Nutrition, Toddler

ANALISIS SITUASI

Malnutrisi yaitu gizi buruk atau Kurang Energi Protein (KEP) dan defisiensi mikronutrien merupakan masalah yang membutuhkan perhatian khusus terutama di negara-negara berkembang, yang merupakan faktor risiko penting terjadinya kesakitan dan kematian pada ibu hamil dan balita (Muller, Krawinkel, 2005). Di Indonesia KEP dan defisiensi mikronutrien juga menjadi masalah kesehatan penting dan darurat di masyarakat terutama anak balita (Departemen Kesehatan RI, 2008).

Faktor penyebab gizi buruk dapat berupa penyebab tak langsung seperti kurangnya jumlah dan kualitas makanan yang dikonsumsi, menderita penyakit infeksi, cacat bawaan, menderita penyakit kanker dan penyebab langsung yaitu ketersediaan pangan rumah tangga, perilaku dan pelayanan kesehatan. Sedangkan faktor-faktor lain selain faktor kesehatan, tetapi juga merupakan masalah utama gizi buruk adalah kemiskinan, pendidikan rendah, ketersediaan pangan dan kesempatan kerja. Oleh karena itu, untuk mengatasi gizi buruk dibutuhkan kerjasama lintas sector (Anonim, 2010).

Data yang dipublikasikan pada tahun 2012 awal oleh SEANUTS (*South East Asian Nutrition Surveys*) survey

yang dilakukan di 4 negara yaitu Indonesia, Malaysia, Thailand dan Vietnam menyatakan bahwa gizi buruk masih merupakan masalah utama di Indonesia. Secara langsung, gizi buruk dapat menyebabkan gangguan perkembangan pada anak yang dapat juga berakhir dengan kematian (1/3 dari seluruh kematian balita). Secara tidak langsung, keadaan ini dapat membebani masyarakat karena potensi ekonomi seseorang dipengaruhi oleh kondisi tubuhnya secara umum dan status gizinya secara spesifik (www.tanyadok.com, 2014).

Indonesia masih menghadapi tantangan yang cukup besar mengenai pemenuhan gizi seimbang bagi pertumbuhan anak, terutama bagi anak-anak usia sekolah. Dari hasil *South East Asian Nutrition Surveys* (SEANUTS) yang dilakukan pada 2011, diketahui bahwa masih banyak anak yang mengalami permasalahan gizi. Menurut Ketua SEANUTS, Sandjaja MPH Dr.PH, hasil penelitian itu juga menunjukkan bahwa dalam Angka Kecukupan Gizi (AKG), konsumsi semua zat gizi seperti energi, protein, vitamin dan mineral pada anak-anak cenderung sangat kurang. Kondisi pertumbuhan anak di Indonesia tersebut berkaitan erat dengan bagaimana pola asupan makanan masyarakat kita.

PERMASALAHAN MITRA

Dari data diatas diketahui bahwa Indonesia masih menghadapi tantangan yang cukup besar mengenai pemenuhan gizi seimbang bagi pertumbuhan anak. Dari hasil *South East Asian Nutrition Surveys* (SEANUTS) yang dilakukan pada 2011, diketahui bahwa masih banyak anak yang mengalami permasalahan gizi. Hasil penelitian SEANUTS juga menunjukkan bahwa dalam Angka Kecukupan Gizi (AKG), konsumsi semua zat gizi seperti energi, protein, vitamin dan mineral pada anak-anak cenderung sangat kurang. Kondisi pertumbuhan anak di Indonesia tersebut berkaitan erat dengan bagaimana pola asupan makanan masyarakat kita. Pola asupan makanan yang diberikan juga berkaitan dengan pengetahuan ibu tentang kecukupan gizi pada balita. Oleh karena itu tim pengabdian masyarakat bermaksud meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang gizi balita dengan melakukan penyuluhan atau pendidikan kesehatan tentang kebutuhan gizi balita.

MANFAAT KEGIATAN

Manfaat yang diperoleh dari kegiatan pendidikan kesehatan tentang gizi balita diantaranya sebagai berikut:

1. Meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya ibu tentang kebutuhan gizi balita
2. Setelah diberikan penyuluhan diharapkan masyarakat khususnya ibu mampu menyiapkan makanan yang

bergizi untuk keluarga terutama untuk anak-anaknya yang masih balita.

3. Diharapkan status gizi balita meningkat, disertai pertumbuhan dan perkembangan balita yang optimal sehingga tercipta generasi penerus bangsa yang berkualitas

TARGET DAN LUARAN

TARGET

Target dari Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan mengacu pada informasi dan data tentang masih banyaknya permasalahan gizi yang dialami anak Indonesia disebabkan karena pola makan yang salah, sehingga kegiatan ini diharapkan bisa membantu mengatasi permasalahan gizi dan meningkatkan generasi penerus bangsa yang berkualitas.

LUARAN

Kelurahan Karangayu Kecamatan Semarang Barat mendapatkan peningkatan pengetahuan tentang kebutuhan gizi balita untuk mencegah timbulnya permasalahan gizi.

METODE PELAKSANAAN

PROSEDUR DAN LANGKAH KEGIATAN

1. Menyiapkan materi penyuluhan, soal pre test dan post test oleh tim pengabdian masyarakat
2. Melakukan post test untuk ibu balita yang datang ke posyandu dan mengikuti penyuluhan.
3. Melakukan penyuluhan dan diskusi pada ibu balita, kader

dan bidan desa tentang kebutuhan gizi balita di Kelurahan Karangayu oleh tim pengabdian masyarakat.

4. Melakukan post test dan pembahasan hasil

PARTISIPASI MASYARAKAT

Secara umum masalah yang berhubungan dengan status gizi kurang dalam masyarakat dimungkinkan karena masyarakat khususnya ibu-ibu belum mengetahui pola pemberian makan yang baik seperti bagaimana cara menyusun menu makanan seimbang, bagaimana kebutuhan gizi yang sesuai dengan usia anak. Sehingga partisipasi ibu dengan memenuhi kebutuhan gizi anak secara kontinyu sesuai umur anaknya. Didukung pihak keluarga yang terus mengingatkan dan memotivasi ibu. Sedangkan peran bidan desa adalah dengan memantau dan mengevaluasi pertumbuhan anak melalui kegiatan pengukuran antropometri saat posyandu dibantu oleh kader posyandu.

KHALAYAK STRATEGIS

Dalam kaitannya dengan kerangka pemecahan masalah, maka yang menjadi khalayak strategis adalah bidan desa, tokoh masyarakat, kader posyandu dan ibu balita, dengan pertimbangan:

1. Tokoh masyarakat dan kader merupakan salah satu elemen yang bisa dijadikan base agent dalam proses intraksi, yang merupakan media penyampai informasi dan aktor penggerak

dalam jaringan kehidupan masyarakat.

2. Bidan desa merupakan elemen yang membina desa tersebut terutama dalam hal kesehatan. Sesuai peran dan tugas utama bidan memberikan pelayanan kesehatan pada anak.
3. Ibu balita diharapkan dapat menularkan ilmunya untuk anggota keluarga dan bisa mengaplikasikan secara langsung ilmu yang diperoleh.
4. Untuk merubah perilaku menurut teori L.Green salah satu faktor yang dapat mempengaruhi adalah dengan peningkatan pengetahuan, sehingga diharapkan melalui penyuluhan diharapkan ibu dapat memberikan pola makan yang baik sehingga kebutuhan gizi anaknya terpenuhi.

EVALUASI

Evaluasi merupakan aspek yang sangat menentukan sebagai instrumen pengukuran dari keberhasilan dan pencapaian tujuan dari pengabdian masyarakat ini. untuk itu perlu dipersiapkan soal soal uji pemahaman materi penyuluhan. Soal tersebut dalam bentuk pilihan ganda. Kegiatan evaluasi dilakukan dalam 2 pola, pertama pre test dilakukan sebelum pelaksanaan untuk mengetahui data dasar pengetahuan yang di miliki peserta, kedua soal post test adalah evaluasi dilaksanakan setelah kegiatan penyuluhan untuk menentukan peningkatan pengetahuan dan

kesadaran peserta penyuluhan. hasil pre dan post test dibandingkan sehingga diketahui selisihnya sebagai

parameter akhir kegiatan penyuluhan.

WAKTU DAN TEMPAT

Pelaksanaan penyuluhan tentang kebutuhan gizi balita dilaksanakan pada hari Jumat 9 September 2016 jam 09.00-11.10, di Balai Puskesmas

Karang Ayu Kecamatan Semarang Barat Kota Semarang. Jadwal dan materi penyuluhan dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

waktu	Materi	Pemateri	Pemandu
09.00 – 09.10	Pembukaan	Lurah	Bidan desa
09.10- 09.15	Sambutan ketua pelaksana	Ketua Pelaksana	Tim
09.15 – 09.30	Pre test	Tim	Tim
09.30 – 10.30	Pengertian dan kebutuhan Gizi Bayi dan Balita	Ketua Pelaksana	Bidan desa dan Tim
10.30 – 10.45	Tanya jawab	Ketua Pelaksana	Bidan desa
10.45 – 11.00	Post test	Tim	Tim
11.00 - 11.10	Penutup	Lurah	Bidan desa

KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI

Anggota kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari dosen program studi D.3 Kebidanan STIKES Telogorejo Semarang yang menjadi anggota tim dalam mengampu mata kuliah asuhan neonatus, bayi dan balita. Dalam melaksanakan kegiatan pengabdian ini melibatkan mahasiswa program studi D.3 Kebidanan yang telah mendapatkan pembelajaran tentang asuhan neonatus, bayi dan balita. Di sisi lain, STIKES Telogorejo merupakan bagian integral dari

masyarakat. Keberadaannya sangat ditentukan oleh masyarakat sekitar. Oleh karena itu agar mendapat perhatian dan pengakuan dari masyarakat, maka STIKES Telogorejo perlu melakukan pengabdian kepada masyarakat sehingga sedapat mungkin dapat ikut membantu memecahkan masalah yang ada di masyarakat. Kegiatan pengabdian ini bagi STIKES Telogorejo merupakan perwujudan dari Tri Dharma Perguruan Tinggi yang ketiga, yaitu pengabdian masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Secara umum penyuluhan ini telah mampu memberikan kontribusi kepada peserta untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta akan pentingnya kebutuhan gizi, dilihat dari pola pemberian makan, jenis dan macam makanan yang harus diberikan pada keluarga terutama anak. Sehingga angka kejadian status gizi kurang dan buruk dapat ditekan bahkan dihilangkan sebagai kontrol keberhasilan pembinaan bidan desa Kelurahan Karang Ayu Kecamatan Semarang Barat Kota Semarang.

Dari nilai pelaksanaan pre test rata rata nilai pengetahuan Ibu Balita adalah 6,3 distribusi nilai dari peserta adalah 12 orang memiliki pengetahuan kurang, 10 orang memiliki pengetahuan cukup 8 orang memiliki pengetahuan baik .

Nilai post test Ibu balita mengalami peningkatan yang signifikan didapatkan rata rata nilai pengetahuan ibu balita setelah dilakukan penyuluhan adalah 8,4. Distribusi nilai dari peserta adalah 8 orang memiliki pengetahuan cukup, 22 orang memiliki pengetahuan baik dan tidak ada Ibu Balita yang memiliki pengetahuan kurang. Peningkatan pengetahuan ibu balita rata-rata 21 %.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Pelaksanaan penyuluhan tentang kebutuhan gizi balita telah dilaksanakan dengan baik dan berjalan dengan lancar. pada hari Jumat 9 September 2016. Dengan

hasil adanya penambahan tingkat pengetahuan Ibu Balita sebagai berikut:

1. Nilai pretest rata rata 6,3
2. Nilai post test rata rata 8,4
3. Penambahan pengetahuan ibu rata rata 21%

SARAN

1. Bagi ibu
 - a) Ibu diharapkan selalu meningkatkan pengetahuan dengan membaca artikel kesehatan atau datang ke posyandu dan mengikuti kegiatan penyuluhan-penyuluhan yang ada.
 - b) Ibu diharapkan mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh.
 - c) Ibu diharapkan selalu memperhatikan status gizi keluarganya terutama anak yang masih balita dengan membawa ke posyandu setiap bulan.
2. Bagi kader

Meningkatkan motivasi pada ibu balita agar selalu membawa anaknya ke poyandu setiap bulan untuk memantau status gizi anak dan perkembangan anaknya.
3. Bagi bidan desa

Meningkatkan peran bidan dalam penyuluhan melalui kunjungan rumah ataupun posyandu.
4. Bagi institusi pendidikan

Perlu adanya pelaksanaan pengabdian masyarakat secara terus menerus dan berkesinambungan.

DAFTAR PUSTAKA

Anonim-3. *Gizi Buruk*. Available

[www.malukuprov.go.id/index.php?option=com_content&view=article&id=66:giziburuk&catid=47:kesehatan&Itemid=.](http://www.malukuprov.go.id/index.php?option=com_content&view=article&id=66:giziburuk&catid=47:kesehatan&Itemid=)

Kamis 07-01-2010.

Departemen Kesehatan RI Direktorat

Jenderal Bina

Kesehatan Masyarakat

Direktorat Bina Gizi

Masyarakat. *Pedoman Respon*

Cepat Penanggulangan Gizi

Buruk, 2008

Muller, Michael Krawinkel.

Malnutrition and Health in

Developing Countries. CMAJ •

AUG.2, 2005; 173 (3) 279.

CMA Media Inc. or its
licensors.

Yayasan Pemantau Hak Anak

(YPHA). *Lingkaran Setan Gizi*

Buruk: Ketika Negara Kembali

Gagal Menjamin Hak Hidup

Anakanak, 2009, Available

www.ypha.go.id