

Peningkatan Pengetahuan Tentang Gizi Balita pada Ibu Balita untuk Pencegahan Stunting di RS PKU Muhammadiyah Gombong

Juni Sofiana¹✉, Hastin Ika Indriyastuti², Umi Sulasih³

¹ Department of midwifery study program, Universitas Muhammadiyah Gombong, Indonesia

² Department of midwifery study program, Universitas Muhammadiyah Gombong, Indonesia

³ Department of midwifery study program, Universitas Muhammadiyah Gombong, Indonesia

✉ junotvanilla@gmail.com

Abstract

Stunting is one of the health problems that Indonesia is still facing. The World Health Organization (WHO) once placed Indonesia as the third country with the highest prevalence of stunting in Asia in 2017. Stunting is a condition of failure to thrive in children under five due to chronic malnutrition, especially in the First 1,000 Days of Life (HPK). Stunting affects the growth and development of the brain so that there is a higher risk of suffering from chronic diseases in adulthood. The purpose of this community service is to increase knowledge to mothers of toddlers about toddler nutrition. This community service method is to conduct counseling about toddler nutrition. Community service results: Pretest results show that of the 15 mothers of children under five who participated in the activity, 11 mothers had less knowledge, and 4 had sufficient knowledge. The results of the posttest after the counseling were 15 mothers of toddlers who had good knowledge. The conclusion of community service is: There is an increase in knowledge after counseling on toddler nutrition.

Keywords: knowledge; toddler nutrition; stunting

Peningkatan Pengetahuan Tentang Gizi Balita pada Ibu Balita untuk Pencegahan Stunting di RS PKU Muhammadiyah Gombong

Abstrak

Stunting merupakan salah satu permasalahan kesehatan yang masih dihadapi Indonesia. World Health Organization (WHO) pernah menempatkan Indonesia sebagai negara ketiga dengan angka prevalensi stunting tertinggi di Asia pada 2017. Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Stunting mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan otak sehingga berisiko lebih tinggi menderita penyakit kronis di masa dewasanya. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan kepada ibu balita mengenai gizi balita. Metode pengabdian masyarakat ini adalah dengan melakukan penyuluhan tentang gizi balita. Hasil pengabdian masyarakat : Hasil Pretest menunjukkan bahwa dari 15 ibu balita yang mengikuti kegiatan, 11 ibu memiliki pengetahuan kurang, dan 4 mempunyai pengetahuan yang cukup. Hasil Posttest yang dilakukan setelah penyuluhan yaitu 15 ibu balita memiliki pengetahuan baik. Kesimpulan pengabdian masyarakat yaitu : Terjadi peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan gizi balita.

Kata Kunci: pengetahuan; gizi balita; stunting

1. Pendahuluan

Stunting merupakan salah satu permasalahan kesehatan yang masih dihadapi Indonesia. World Health Organization (WHO) pernah menempatkan Indonesia sebagai negara ketiga dengan angka prevalensi stunting tertinggi di Asia pada 2017^[1]. Hasil Studi Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2019 menunjukkan telah terjadi penurunan

prevalensi stunting dari 30,8% tahun 2018 menjadi 27,67% tahun 2019 [1]. Meski menurun, angka ini masih dinilai tinggi, karena angka toleransi WHO untuk stunting sebesar 20 %.

Stunting merupakan masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama, stunting menyebabkan gangguan di masa yang akan datang yang menyebabkan perkembangan fisik dan kognitif yang tidak optimal. Stunting mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan otak sehingga berisiko lebih tinggi menderita penyakit kronis di masa dewasanya [2].

Pemerintah telah memiliki program resmi untuk menangani masalah stunting, seperti pada Peraturan Presiden No. 42 Tahun 2013 yaitu tentang Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi. Melalui Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan (TNP2K), tahun 2018 pemerintah telah menetapkan 100 kabupaten/kota prioritas penanggulangan stunting. Daerah prioritas atau daerah yang menjadi lokus utama intervensi stunting adalah daerah yang memiliki angka prevalensi stunting tinggi dibandingkan dengan daerah lainnya. Hal ini berkaitan dengan anggaran yang dialokasikan untuk penanggulangan stunting. Daerah prioritas penanggulangan stunting memiliki anggaran khusus yang memang diperuntukkan bagi program-program percepatan penanggulangan dan pencegahan stunting.

Stunting merupakan bentuk kegagalan pertumbuhan (*growth faltering*) akibat akumulasi ketidakcukupan nutrisi yang berlangsung lama mulai dari kehamilan sampai usia 24 bulan [3]:[4]. Untuk itu pemenuhan gizi yang adekuat pada usia ini sangat perlu dilakukan untuk mencegah terjadinya stunting [5]. Banyak faktor yang menyebabkan tingginya kejadian stunting pada balita, penyebab langsung adalah kurangnya asupan makanan dan adanya penyakit infeksi [6] [3] [7]. Faktor lainnya adalah sanitasi dan hygiene yang buruk, rendahnya pelayanan kesehatan pola asuh yang salah, dan pengetahuan ibu yang kurang [6].

Ibu merupakan salah satu orang yang berperan sangat penting terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Pengetahuan dan kesadaran ibu terhadap gizi yang baik memegang peranan yang penting dalam menjaga kualitas makanan yang diberikan kepada anaknya, dimana pemberian nutrisi/gizi yang baik merupakan salah satu upaya untuk mencegah terjadinya stunting. Namun, banyak ibu yang belum mengetahui tentang gizi yang baik untuk menunjang tumbuh kembang balitanya sehingga dapat mencegah terjadinya stunting. Tujuan Pengabdian Masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi balita untuk pencegahan stunting.

2. Metode

Pengabdian masyarakat dilakukan di RS PKU Muhammadiyah Gombong pada bulan januari 2022. Peserta pengabdian masyarakat yaitu ibu balita sejumlah 15 orang. Peningkatan pengetahuan melalui penyuluhan pada ibu balita dilakukan melalui kegiatan tatap muka. Dalam kegiatan ini menggunakan metode pemaparan materi dengan ceramah dan diskusi mengenai gizi atau nutrisi pada balita. Media yang digunakan leaflet. Kegiatan evaluasi pengukuran tingkat pengetahuan ibu balita menggunakan kuesioner yang dilakukan sebelum dan setelah penyuluhan. Hal ini untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan ibu balita.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan peningkatan pengetahuan dilakukan dengan pemberian materi dengan penyuluhan. Materi mengenai “gizi balita” Tujuan dari pemberian materi ini adalah untuk merefresh dan meningkatkan pengetahuan ibu balita terkait apa itu gizi, kebutuhan gizi balita. Dengan diberikannya materi ini diharapkan ibu balita yang mengikuti kegiatan semakin paham mengenai gizi balita dan dapat melakukan memberikan asupan gizi secara optimal kepada anaknya. Proses penyuluhan ini dikuti dengan baik oleh semua ibu balita sebanyak 15 ibu yang hadir.

Pengukuran Tingkat Pengetahuan ibu balita (Kegiatan *Pre test dan Post Test*). Kegiatan *pretest* dilakukan sebelum penyuluhan, *pre test* dilakukan untuk mengetahui sejauh mana pemahaman ibu balita mengenai gizi balita. Sehingga dapat diukur efektivitas proses kegiatan terhadap perubahan tingkat pengetahuan ibu. Kegiatan *post test* dilakukan setelah kegiatan penyuluhan dilakukan. Kegiatan *pretest* dan *post test* diikuti oleh 15 ibu balita.

Hasil *pretest* dan *post test* tentang pengetahuan gizi balita terdapat kenaikan yang signifikan. Hasil *Pretest* menunjukkan bahwa dari 15 ibu, 11 ibu (73.3%) memiliki pengetahuan masih kurang, dan 4 ibu (26.7%) mempunyai pengetahuan yang cukup. Hasil *Posttest* yang dilakukan setelah penyuluhan yaitu 15 ibu (100%) memiliki pengetahuan baik. Hasil *posttest* menunjukkan bahwa semua guru PAUD berpengetahuan baik, sehingga kegiatan ini dapat merefresh pengetahuan dan meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi balita.

Hasil *pretest* dan *post test* tentang pengetahuan gizi balita terdapat kenaikan yang signifikan. Terlihat bahwa sebelum *pretest*, ibu yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 11 orang (73.3%). Sedangkan hasil *posttest* diketahui bahwa sebanyak 15 ibu (100%) memiliki pengetahuan baik. sehingga kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi balita.

Pengetahuan ibu balita sebelum diberikan penyuluhan memiliki rata-rata 50 dan rata-rata sesudah dilakukan penyuluhan 86.7, terjadi peningkatan sebesar 36.7 point. Kegiatan peningkatan pengetahuan gizi balita ini direspon baik oleh ibu balita, mereka mengatakan senang kerana memperoleh pengetahuan yang baru tentang gizi/nutrisi balita yang nantinya mereka bisa memberikan gizi yang optimal kepada anak-anaknya. Pengetahuan gizi balita yang baik akan mempengaruhi praktekatau pemberian nutrisi yang baik dan optimal pada anak.

Masih ada ibu balita yang belum tahu mengenai nutrisi atau gizi yang baik, sehingga banyak ibu yang belum memberikan nutrisi yang optimal kepada anaknya. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan gizi balita sangat mempengaruhi proses pemberian nutrisi kepada balita sebagai upaya untuk mengoptimalakan tumbuh kembang pada anak dan mencegah stunting.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, yang terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap objek tertentu. Teori yang dikemukakan oleh Notoadmojo penyuluhan kesehatan merupakan media promosi kesehatan yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan merupakan pedoman dalam membentuk tindakan seseorang. berdasarkan pengalaman dan penelitian, diperoleh bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan [8].

Pemenuhan zat gizi yang adekuat, baik gizi makro maupun gizi mikro sangat dibutuhkan untuk menghindari atau memperkecil risiko stunting. Kualitas dan kuantitas MP-ASI yang baik merupakan komponen penting dalam makanan karena mengandung sumber gizi makro dan mikro yang berperan dalam pertumbuhan linear [9]. Pemberian makanan yang tinggi protein, kalsium, vitamin A, dan zinc dapat memacu tinggi badan anak [10]. Pemberian asupan gizi yang adekuat berpengaruh pada pola pertumbuhan normal sehingga dapat mengejar (catch up) [11]. Frekuensi pemberian MP-ASI yang kurang dan pemberian MP-ASI/susu formula terlalu dini dapat meningkatkan risiko stunting [12] [13].

Pengaturan dan kualitas makanan yang diberikan kepada bayi sangat tergantung kepada pendidikan dan pengetahuan ibu dan ketersediaan bahan makanan di tingkat rumah tangga. Kesadaran ibu terhadap gizi yang baik diberikan kepada anak memegang peranan yang penting dalam menjaga kualitas makanan yang diberikan. Penelitian menunjukkan bahwa rumah tangga dengan perilaku sadar gizi yang kurang baik berpeluang meningkatkan risiko kejadian stunting pada anak balita 1,22 kali dibandingkan dengan rumah tangga dengan perilaku kesadaran gizi baik [14].

4. Kesimpulan

Bagian kesimpulan berisi ringkasan hasil penelitian atau temuan penelitian, yang berkorelasi dengan tujuan penelitian yang dituliskan dalam bagian pendahuluan. Kemudian, nyatakan poin utama dari diskusi. Sebuah kesimpulan umumnya diakhiri dengan sebuah pernyataan tentang bagaimana karya penelitian berkontribusi pada bidang studi secara keseluruhan (implikasi hasil penelitian). Kesalahan umum pada bagian ini adalah mengulangi hasil eksperimen, abstrak, atau disajikan dengan sangat datar. Bagian kesimpulan harus memberikan kebenaran ilmiah yang jelas. Selain itu, pada bagian kesimpulan juga dapat memberikan saran untuk eksperimen di masa mendatang.

Kesimpulan pengabdian masyarakat yaitu : Terjadi peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan gizi balita. Saran untuk pengabdian selanjutnya : ibu balita bisa dilatih dengan pembuatan menu gizi balita untuk mengoptimalkan tumbuh kembang.

Referensi

- [1] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, “Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)”, 2020 (online), tersedia : www.kemkes.go.id [diakses desember 2021]
- [2] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, “Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)”, 2020 (online), tersedia : www.kemkes.go.id [diakses desember 2021]
- [3] Hoffman DJ, Sawaya AL, Verreschi I, Tucker KL, Roberts SB, “Why are nutritionally stunted children at increased risk of obesity? Studies of metabolic rate and fat oxidation in shantytown children from São Paulo” , Brazil. *Am J Clin Nutrition* 72:702–7, 2000.
- [4] Bloem MW, Pee SD, Hop LT, Khan NC, Laillou A, Minarto, Pfanner RM, Soekarjo D, Soekirman, Solon JA, Theary C, Wasantwisut E, “Key strategies to further reduce stunting in Southeast Asia: Lessons from the ASEAN countries workshop”. *Food and Nutrition Bulletin*: 34:2, 2013
- [5] Mucha N, “Implementing Nutrition-Sensitive Development”: *Reaching Consensus*, 2021 (briefing paper), Akses: www.bread.org/institute/papers/nutrition-sensitive-interventions.pdf [diakses tanggal 26 Desember 2021]
- [6] Unicef Indonesia, “Ringkasan Kajian Gizi Ibu dan Anak”, 2013 (online) tersedia : www.unicef.org [diakses desember 2021]
- [7] Umeta M, West CE, Verhoef H, Haidar J, Hautvast J, “Factors Associated with Stunting in Infants Aged 5–11 Months” in the Dodota Sire District, Rural Ethiopia.

- Journal Nutrition. 133: 1064 –1069, 2003
- [8] Notoatmodjo, S. “Metodologi Penelitian Kesehatan”, Jakarta : Rineka Cipta, 2010.
 - [9] Taufiqurrahman, Hadi H, Julia M, Herman S, “Defisiensi Vitamin A Dan Zinc Sebagai Faktor Risiko Terjadinya Stunting Pada Balita Di Nusa Tenggara Barat”, Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 29 : 2, 2009
 - [10] Kusharisupeni, ‘Peran status kelahiran terhadap stunting pada bayi : sebuah studi prospektif’, Jurnal Kedokteran Trisakti, 2002,23 : 73-80, 2002.
 - [11] Kusharisupeni, “Growth Faltering pada Bayi di Kabupaten Indramayu Jawa Barat. Makara Kesehatan”, 2002, 6:1-5, 2002.
 - [12] Padmadas SS, Hutter I, Willekens F, “Weaning Initiation patterns and subsequents linear growth progression among children aged 2- 4 years in India”, International Journal of Epidemiology, 31:855-63, 2002.
 - [13] Hariyadi D, Ekayanti I, “Analisis pengaruh perilaku keluarga sadar gizi terhadap stunting di Propinsi Kalimantan Barat”, Teknologi dan Kejuruan, 34 :1,:71-80, 2011.
 - [14] Riyadi H, Martianto D, Hastuti D, Damayanthi E, Murtilaksono K, “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Anak Balita Di Kabupaten Timor Tengah Utara”, Provinsi Nusa Tenggara Timur. Jurnal Gizi dan Pangan, 6 (1): 66–73, 2011.