

JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT DALAM KEBIDANAN

PENYULUHAN ASUPAN GIZI UNTUK MENINGKATKAN STATUS GIZI PADA BALITA DI POSYANDU PONDOK MELATI

Resi Galaupa¹, Feva Tridayawati², Mariyani³

Prodi Kebidanan, STIKES Abdi Nusantara

RIWAYAT ARTIKEL

Diterima: 15 Nov 2019

Disetujui: 23 Nov 2019

KONTAK PENULIS

Resi Galaupa

Prodi Kebidanan,

STIKES Abdi Nusantara

ABSTRAK

Pendahuluan: Peningkatan Status gizi pada balita di Posyandu Pondok Melati menjadi target program kerja PKK untuk mengurangi gizi buruk hingga 20% sesuai penetapan WHO. PKK merupakan salah satu wadah organisasi perempuan dengan latar belakang pendidikan ibu-ibu PKK tersebut beragam yaitu SMP, SMA, perguruan tinggi sebagian besar adalah ibu rumah tangga.

Metode: Metode pelaksanaan kegiatan meliputi Pengukuran Berat Badan, Penyuluhan tentang asupan gizi yang benar pada balita dan hal-hal yang meningkatkan status gizi, Evaluasi hasil kegiatan.

Hasil: Hasil analisis kuesioner pengetahuan responden dari balita menunjukkan bahwa rata-rata hasil pengetahuan sebelum penyuluhan menunjukkan hasil sebesar 42,7% dan termasuk kategori kurang. Setelah diberikan penyuluhan meningkat menjadi 98,6 % dengan kategori baik,

Kesimpulan: Adanya hubungan yang signifikan antara pemberian penyuluhan tentang asupan gizi yang benar pada balita dengan peningkatan status gizi pada balita dilihat dari hasil kenaikan berat badan balita.

Kata Kunci: Asupan Gizi, Berat Badan, Penyuluhan.

1. PENDAHULUAN

Masalah gizi buruk dan penyakit tidak menular tampaknya bakal tetap menghantui Indonesia pada 2019 mendatang. Catatan Riset Kesehatan Dasar 2018 menunjukkan adanya perbaikan status gizi buruk pada balita di Indonesia. Proporsi status

gizi sangat pendek turun dari 37,2 persen (Riskesdas 2013) menjadi 30,8 persen (Riskesdas 2018). Kendati menurun, tapi penurunan yang tercatat dinilai masih kurang signifikan. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menetapkan batas prevalensi 20 persen untuk gizi buruk.

Pola konsumsi makanan dan minuman masyarakat terutama balita di RW 09 tampaknya perlu dievaluasi, Memiliki anak yang cerdas dan berkompeten pasti merupakan dambaan setiap orang tua. Salah satu hal penting yang harus dilakukan adalah menghindari anak kekurangan gizi. Gizi seimbang merupakan slogan '4 sehat 5 sempurna' hal ini sudah berkembang pada IPTEK Ilmu Pengetahuan dan Teknologi. Dengan mengimplementasikannya pedoman tersebut diyakini bahwa masalah gizi beban ganda dapat teratasi. Hanya saja memberikan gizi seimbang untuk anak 2 -- 5 tahun cukup menjadi masalah dan perlu diperhatikan dalam memberikan nutrisi yang lengkap kepada anak.

Evaluasi terhadap status gizi pada balita di posyandu pondok melati RW 09 belum dilaksanakan secara maksimal sehingga target program yang akan dicapai dalam meningkatkan status gizi tidak lebih dari 20% tidak diketahui secara pasti oleh mitra ibu-ibu PKK Posyandu Pondok Melati RW 09. Hal ini dibutuhkan pelatihan atau pendampingan dalam melakukan penyuluhan tentang asupan gizi yang benar untuk balita.

2. METODE

Metode pelaksanaan kegiatan yang akan dilakukan adalah sebagai berikut :

1. Penyuluhan : Materi penyuluhan tentang asupan gizi yang benar untuk balita.

2. Pengukuran Berat Badan sebelum pemberian informasi dan sesudah informasi
3. Prosedur kegiatan :
 - a. Koordinasi dengan mitra, terkait dengan penyusunan jadwal kegiatan;
 - b. Pengukuran Berat Badan
 - c. Pemberian kuesioner sebelum diberikan informasi dan sesudah informasi
 - d. Penyuluhan tentang asupan gizi yang benar pada balita dan hal-hal yang meningkatkan status gizi 5) Evaluasi hasil kegiatan.
4. Partisipasi Mitra : Partisipasi mitra dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah partisipasi aktif, dari mulai perencanaan kegiatan, penyusunan jadwal penyuluhan. Partisipasi mitra akan dievaluasi selama dan setelah pelaksanaan kegiatan penyuluhan.

5. HASIL

Penyuluhan tentang asupan gizi pada balita dilakukan oleh ibu-ibu PKK RW 09 , sebelum dan sesudah penyuluhan di ukur berat badan pada balita, berikut data berat badan balita di RW 09

Tabel 1. Pengukuran Berat Badan Balita RW 09

Kenaikan Berat Badan (kg)	Jumlah Balita	Persentase (%)
Tetap	8	32
Naik 0,1-0,5	9	36
Naik 0,6-1	5	20
Naik >1	3	12
Total	25	100

Pada Tabel 1 menunjukkan bahwa terdapat kenaikan berat badan sekitar 0,1 -0,5 kg pada balita sebanyak 36%,

kenaikan berat badan 0,6 -1 kg pada balita sebanyak 20%, dan kenaikan diatas 1 kg pada balita sebanyak 12%, dengan total sebesar 68% mengalami kenaikan berat badan setelah

1. Kategori baik : >75%
2. Kategori cukup : 60–75%
3. Kurang : <60%

dilakukan penyuluhan tentang asupan gizi pada balita di posyandu pondok melati RW 09.

Hasil penyuluhan tentang asupan gizi yang benar kepada orang tua atau wali balita dilakukan melalui pemberian kuesioner 10 soal tentang asupan gizi seimbang pada untuk anak 2-5 tahun , kemudian dianalisis dengan tingkat pengetahuan berdasarkan pustaka Arikunto (2013:387) pengukuran tingkat pengetahuan dapat dibagi menjadi 3 macam kategori, yaitu :

Tabel 2 . Tingkat Pengetahuan tentang Asupan Gizi pada Balita

Pengetahuan Orang Tua Balita	Sebelum Penyuluhan		Sesudah Penyuluhan	
	Jumlah Responden	%	Jumlah Responden	%
Kurang	20	80	0	0
Cukup	3	12	1	4
Baik	2	8	24	96
Total	25	100	25	100
Rata-Rata	42,7%		98,6%	

6. PEMBAHASAN

Hasil analisis kuesioner pengetahuan responden dari balita RW 09 pada tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata hasil pengetahuan sebelum penyuluhan dari pengukuran tingkat pengetahuan berdasarkan Arikunto (2013) menunjukkan hasil sebesar 42,7% dan termasuk kategori kurang. Setelah diberikan penyuluhan meningkat menjadi 98,6 % dengan kategori baik, Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pemberian penyuluhan tentang

asupan gizi yang benar pada balita dengan hasil berat badan balita di RW 09 yaitu sebesar 68% . Dari hasil kuesioner yang diambil dari Kementerian Kesehatan Direktorat Bina Gizi Masyarakat tentang asupan gizi seimbang untuk anak 2-5 tahun menunjukkan orang tua balita di RW 09 sudah memberikan makanan kepada balita beraneka ragam, melakukan pola hidup yang sehat, memantau berat badan balita setiap bulan , mengkonsumsi minum air putih untuk asupan yang seimbang

sebanyak 1,6 liter atau 8 gelas kemudian menghindari makanan olahan industri, mengetahui makanan yang mengakibatkan pertumbuhan yang tidak baik pada balita sehingga harus diperhatikan jumlah makanan yang mengandung garam, gula dan lemak. Orang tua balita di RW 09 sudah mengetahui makanan pokok yang diberikan adalah 3-8 porsi, sayuran yang diberikan kepada balita 3-5 porsi dan buah-buahan sebanyak 2-3 porsi.

7. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian, dapat disimpulkan menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pemberian penyuluhan tentang asupan gizi yang benar pada balita dengan peningkatan status gizi pada balita dilihat dari hasil kenaikan berat badan balita RW 09. Rekomendasi di harapkan dilakukan pengabdian masyarakat yang sama dengan penyuluhan yang kontinue setiap bulan sehingga peningkatan status gizi akan senantiasa meningkat.

8. DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Kementrian Kesehatan. (2018). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Dilihat tanggal 22 Juni 2019 <<http://labdata.litbang.depkes.go.id/riset-badan-litbangkes/>>

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Pembinaan Bina Gizi Masyarakat*. Jakarta : Direktorat Bina Gizi Masyarakat. Dilihat tanggal 09 Juli 2019 <<http://www.depkes.go.id>>

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.(2017). *Sistem Informasi Gizi Terpadu tentang Asupan Gizi Seimbang untuk Anak 2-5 Tahun*. Jakarta : Direktorat Gizi Masyarakat. Dilihat tanggal 12 Agustus 2019 <http://www.gizi.depkes.go.id/sigizi/>