

**Seminar Nasional Hasil Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan**  
14 September 2019, Hal. 259-264  
ISSN: 2686-2972 ; e-ISSN: 2686-2964

## **Pendampingan ibu pada status gizi balita di Dusun Kalisoko, Tuksono, Kulon Progo**

Liena Sofiana, Suci Musvita Ayu

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat,  
Universitas Ahmad Dahlan, Jalan Prof. Dr. Soepomo Umbulharjo Yogyakarta  
Email: liena.sofiana@ikm.uad.ac.id

### **ABSTRAK**

Anak usia 0-2 tahun atau 1000 hari pertama merupakan masa Emas (*Golden Age*) dimana pada masa itu merupakan masa terbaik untuk perkembangan otak anak. Berbagai penyebab terjadinya kasus kurang gizi pada balita adalah sebagian besar para ibu memberi makan tambahan pada bayinya pada usia dini, sehingga bukan kekurangan makanan tambahan yang menyebabkan malnutrisi, melainkan kekurangan pengetahuan jenis makanan yang tepat yang dapat dipergunakan sebagai makanan tambahan untuk balita. Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penyuluhan yang dilaksanakan 6 Agustus 2019 ialah supaya para ibudi posyandu balita Dusun Kalisoko, Desa Tuksono, Kecamatan Sentolo, Kulon Progo dapat menambah pengetahuan pentingnya pendampingan ibu pada status gizi balita, sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan balita dengan status gizi yang baik. Akhir dari penyuluhan diharapkan seluruh peserta dapat mengetahui apa saja yang bisa dilakukan dalam memenuhi status gizi balita. Materi yang disampaikan dalam kegiatan ini meliputi penyuluhan tentang balita sehat, penyakit dan faktor risiko yang terjadi pada balita, serta gizi dan makanan sehat untuk balita. Adapun kegiatan lain yang dilakukan dalam meningkatkan pengetahuan dalam mewujudkan status gizi balita sehat yaitu dengan pelatihan pembuatan makanan pendamping ASI. Hasil yang diperoleh adalah kegiatan penyuluhan kesehatan berjalan dengan baik dan lancar, peserta aktif bertanya dan mengikuti penyuluhan dari awal sampai selesai.

**Kata kunci:** Pendampingan ibu, status gizi, balita

### **ABSTRACT**

*Children aged 0-2 years or the first 1000 days is the Golden Age which at that time was the best time for the development of a child's brain. The various causes of cases of malnutrition in toddlers is that most mothers give extra food to their babies at an early age, so it is not the lack of additional food that causes malnutrition, but the lack of knowledge of the right kind of food that can be used as supplementary food for toddlers. The aim to be achieved in the extension carried out on August 6, 2019 was so that the mothers of posyandu toddlers in Kalisoko Hamlet, Tuksono Village, Sentolo Subdistrict, Kulon Progo could increase the knowledge of the importance of maternal assistance in the nutritional status of children under five, so as to improve the health status of toddlers with good nutritional status. At the end of the counseling, all participants are expected to know what can be done to meet the nutritional status of children under five. The material presented in this activity includes counseling about healthy toddlers, diseases and risk factors that occur in toddlers, as well as nutrition and healthy food for toddlers. As for other activities carried out in increasing knowledge in realizing the nutritional status of healthy toddlers, namely by making ASI complementary food training. The results obtained are health counseling activities running well and smoothly, participants actively ask questions and follow counseling from start to finish.*

**Keywords:** Assistance to mothers, nutritional status, toddlers

## PENDAHULUAN

Gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan kesejahteraan manusia. Gizi seseorang dikatakan baik apabila terdapat keseimbangan dan keserasian antara perkembangan fisik dan perkembangan mental orang tersebut. Tingkat status gizi optimal akan tercapai apabila kebutuhan zat gizi optimal terpenuhi. Status gizi merupakan salah satu indikator dalam menentukan derajat kesehatan anak. Status gizi yang baik dapat membantu proses pertumbuhan dan perkembangan anak untuk menggapai kematangan yang optimal[1]. Status gizi menggambarkan keadaan keseimbangan antara asupan makanan dan kebutuhan zat gizi yang dibutuhkan tubuh dan dapat di lihat melalui pertumbuhan fisik, ukuran tubuh, dan antropometri[2]. Status gizi merupakan gambaran kelebihan atau kekurangan asupan makanan. Salah satu bentuk kekurangan gizi yaitu stunting [3].

Masa balita merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, pada masa ini otak balita telah siap menghadapi berbagai stimulant seperti belajar berjalan dan berbicara lebih lancar. Masa balita juga disebut dengan masa emas sehingga perlunya perhatian pemenuhan gizi yang seimbang karena pada masa ini balita sangat rentan terhadap masalah gizi dan dapat berdampak pada kualitas hidupnya di usia remaja, dewasa dan usia lanjut. Proses tumbuh kembang balita dapat berjalan dengan optimal jika kebutuhan nutrisinya terpenuhi, seorang anak harus mendapatkan pemenuhan gizi sesuai kebutuhannya yaitu kebutuhan akan nutrisi yang seimbang, kebersihan fisik serta kebersihan lingkungan disekitarnya. Kebutuhan balita tersebut merupakan kebutuhan pokok yang saling terkait, oleh sebab itu kebutuhan tersebut harus terpenuhi untuk mencapai perkembangan dan pertumbuhan otak yang optimal[4].

Risikedas tahun 2014 menunjukkan bahwa di Indonesia terdapat 32.521 (14%) balita dengan kasus gizi buruk dan 17 % balita kekurangan Gizi (malnutrisi), angka tersebut menurun jika dibandingkan dengan tahun 2013 (19,6%) balita kekurangan gizi, akan tetapi target SDGS masih belum tercapai<sup>3</sup>. Prevalensi balita gizi buruk, gizi kurang dan kekurangan energi protein(KEP) pada tahun 2014 Kulon progo 11,33, Bantul 8,19, Gunung Kidul 7,24,Sleman 6,75, Kota Yogyakarta 7,93, Daerah istimewa Yogyakarta 7,9. Pada tahun 2015 Kulon Progo 10,96, Bantul 8,26, Gunung Kidul 6,68, Sleman 7,53, Kota Yogyakarta 7,93, Daerah istimewa Yogyakarta 8,04. Prevalensi balita Kurang Energi Protein (Gizi Buruk dan Kurang) di DIY tahun 2015 sebesar 8,04. Prevalensi KEP ini menurun dibandingkan dengan tahun 2013 tetapi sedikit lebih tinggi dari tahun 2014. Angka prevalensi selama tiga tahun terakhir masih berkisar pada angka yang menunjukkan bahwa upaya yang dilakukan dalam rangka penurunan prevalensi KEP Balita di DIY belum tercapai secara maksimal. Kondisi paling tinggi prevalensi balita KEP adalah Kabupaten Kulon Progo dan Bantul[5].

Pola pengasuhan berkaitan dengan kemampuan keluarga untuk menyediakan waktunya, perhatian dan dukungan terhadap anak agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal baik fisik maupun mental sosial. Faktor tersebut sangat terkait dengan tingkat pendidikan pengetahuan dan keterampilan keluarga. Semakin tinggi tingkat ketahanan keluarga, maka semakin baik pola pengasuhan anak dan keluarga dan semakin banyak memanfaatkan pelayanan kesehatan yang ada[6]. Selain itu status gizi balita juga dipengaruhi oleh pengetahuan ibu mengenai kecukupan gizi, hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa pengetahuan ibu berhubungan dengan status gizi balita, semakin baik pengetahuan ibu tentang gizi maka status gizi balita akan semakin normal hal ini dikarenakan pengetahuan gizi memiliki peran yang penting dalam pembentukan sikap ibu dan nantinya akan berdampak pada perilaku ibu dalam memberikan nutrisi balitanya[7].

Berdasarkan latar belakang di atas, terjadinya peningkatan status gizi kurang mempengaruhi derajat kesehatan pada balita yang berdampak pada perkembangan dan

pertumbuhan balita, peningkatan terjadinya gangguan status gizi adalah akibat ketidaktahuan tentang konsumsi gizi, pola asuh makan sesuai umur balita. Tujuan pengabdian ini yaitu untuk mempromosikan pengetahuan pendampingan ibu untuk memenuhi status gizi balita di Dusun Kalisoko, Desa Tuksono, Kecamatan Sentolo, Kulon Progo.

### **METODE**

Bahan yang digunakan dalam upaya peningkatan pengetahuan dalam mewujudkan pendampingan ibu pada status gizi balita adalah materi presentasi tentang balita sehat, pendampingan ibu pada usia Emas (*Golden Age*) pada balita terdiri dari *file power point* tentang lansia sehat, LCD dan layar proyektor. Metode yang digunakan dalam promosi kesehatan ini adalah metode penyuluhan, kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab serta diskusi.

### **HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di posyandu balita Dusun Kalisoko, Desa Tuksono, Kecamatan Sentolo, Kulon Progo pada tanggal 6 Agustus 2019. Peserta kegiatan adalah masyarakat setempat yang memiliki balita. Pelaksanaan kegiatan berupa pemberian materi mengenai balita sehat melalui media promosi kesehatan yaitu penyuluhan dilanjutkan dengan tanya jawab dan diskusi serta dilakukan praktik pendampingan ibu dalam memenuhi status gizi balita. Gambar 1 dan 2 adalah foto-foto kegiatan selama pelaksanaan pengabdian.



Gambar 1. Pelaksanaan penyuluhan mengenai balita sehat pada ibu-ibu



Gambar 2. Pemberian materi gizi dan makanan sehat untuk balita



Gambar 3. Pemberian materi gizi dan makanan sehat untuk balita



Gambar 4. Praktik Pendampingan Ibu dalam memenuhi status gizi balita

Promosi kesehatan yang dilakukan adalah dengan metode penyuluhan tentang balita sehat, gizi dan makanan sehat untuk balita, serta praktik pendampingan ibu dalam memenuhi status gizi balita. Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan mengenai balita sehat kepada masyarakat supaya masyarakat dapat mewujudkan balita sehat. Informasi yang didapatkan dari penyuluhan dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga dapat menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Semakin meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang status gizi balita akan mendorong ibu untuk berperilaku lebih baik dalam memenuhi status gizi balita, menghindari pemberian makanan selain ASI pada usia 0-6 bulan, serta kesesuaian aturan pemberian makanan tambahan selain ASI pada anak usia 6-12 bulan dengan makanan yang memiliki asupan gizi yang baik, mencegah masalah kesehatan serta faktor risiko yang terjadi pada balita. Seiring dengan meningkatnya pengetahuan tentang pemenuhan status gizi balita maka dapat melakukan penatalaksanaan masalah kesehatan yang akan dihadapi demi terwujudnya kesejahteraan anak dimasa mendatang.

Hal ini didukung penelitian sebelumnya bahwa ada pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan ibu tentang pola makan balita<sup>7</sup>. Status gizi balita dipengaruhi oleh pengetahuan ibu tentang gizi, hal ini akan berdampak pada perilaku ibu dalam pola makan pada balita[8]. Dengan pengetahuan yang dimiliki akan memudahkan seseorang untuk menyerap informasi dan mengimplementasikannya dalam perilaku dan gaya hidup sehari-hari[9].

## SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Posyandu Balita Dusun Kalisoko Desa Tuksono, Kecamatan Sentolo, Kulon Progo dapat berjalan dengan baik dan lancar. Peserta sangat aktif, antusias, dan dapat bekerjasama dengan baik. Diharapkan dengan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini masyarakat memiliki pengetahuan yang baik mengenai pentingnya memenuhi status gizi pada balita.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih diucapkan kepada : Universitas Ahmad Dahlan sebagai penyumbang dana sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat berjalan dengan lancar dan baik, Pemerintah Desa Tuksono, Kulon Progo yang telah memberikan dukungannya dan bantuan selama proses pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dan Pedukuhan Kalisoko, Desa Tuksono, Kulon Progo yang telah mendukung dan aktif berperan dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Nurlinda A. Nurlinda, A. (2013) Gizi dalam Siklus Daur Kehidupan : Seri Baduta (Untuk Anak 1-2 Tahun). Jakarta: Penerbit Andi. 2013.
- [2] Sari I. Peran International Labour Organization (ILO) Dalam Mempromosikan Kerja Layak Bagi PRT di Indonesia. 2018.
- [3] Kementerian Kesehatan RI. *Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2014.
- [4] Dinas Kesehatan D.I Yogyakarta. *Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2016 (Data Tahun 2015)*. Vol 2016. Daerah Istimewa Yogyakarta: Dinas Kesehatan D.I Yogyakarta; 2016.
- [5] Purba SS. Hubungan Pola Asuh dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Anam Kabupaten Simalungun 2018. *J Kesehat Pena Med*. 2018;9(1):1-17.

- [6] Titisari, I., Kundarti, F. I. and Susanti M. Titisari, I., Kundarti, F. I. and Susanti, M. (2015) 'Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Status Gizi Balita Usia 1-5 Tahun di Desa Kedawung Wilayah Kerja Puskesmas Ngadi', *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(2), pp. 20–28. *Ilmu Kesehat.* 2015.
- [7] Sari, S. A., Widardo and Cahyanto EB. Sari, S. A., Widardo and Cahyanto, E. B. (2019) 'Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Balita di Desa Sambirejo Kecamatan Mantingan Kabupaten Ngawi', *Placentum*, 7(1), pp. 1–7. 2019.
- [8] Andriani NP and M. Nindyna Puspasari and Merryana Andriani (2017) 'Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Asupan Makan Balita dengan Status Gizi Balita (BB/U) Usia 12-24 Bulan', *Amerta Nutrition*, 1(4), pp. 369–378. doi: 10.20473/amnt.v1.i4.2017.369-378. 2017.
- [9] M ME, Kawengian SES, Kapantow NH. (2015) Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Status Gizi Anak Umur 1- 3 Tahun Di Desa Mopusi Kecamatan Lolayan Kabupaten Bolaang Mongondow Induk Sulawesi Utara. *J E-Biomedik.* ;3(2):609-614.