

EDUKASI PENANGANAN DAN PENCEGAHAN GIZI KURANG PADA BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS RANTANG KOTA MEDAN TAHUN 2024

Ribur Emmaria¹, Kamelia Sinaga², Basaria Manurung³, Rati Aksari Lumban Tobing⁴,
Resma Dewi Lubis⁵, Putri Aprilia Sihombing⁶

^{1,2,3,4,5,6}STIKes Mitra Husada Medan

ribursinaga@gmail.com¹, kameliasinaga@gmail.com², basariamanurung@gmail.com³
ratiaksari@gmail.com⁴, resmadewilubis@gmail.com⁵,
putriapriliasihombing@gmsil.com⁶

Received: 20-07-2024

Revised: 29-07-2024

Approved: 31-07-2024

ABSTRAK

Gizi kurang adalah kondisi di mana tubuh tidak memperoleh asupan nutrisi yang cukup, seperti protein, vitamin, kalori, dan mineral. Kondisi ini dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan seperti tubuh kurus (wasting) dan stunting, sehingga gizi kurang pada anak menjadi isu serius. Penyebab utama dari gizi kurang adalah kurangnya pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai gizi seimbang. Faktor lain yang berkontribusi adalah tingkat pendidikan, status ekonomi, dukungan keluarga, dan kurangnya komunikasi dengan tenaga kesehatan mengenai gizi seimbang. Studi kasus ini menggambarkan penanganan gizi kurang pada seorang anak usia 30 bulan dengan kondisi perkembangan dan pertumbuhan yang tidak sesuai usianya. Asuhan yang diberikan meliputi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berupa biskuit balita, susu balita, dan suplemen Taburia untuk mencukupi kebutuhan nutrisi anak, serta edukasi kepada orangtua mengenai konsumsi makanan bergizi dengan porsi kecil namun sering, dan anjuran untuk melengkapi imunisasi. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pencegahan dan penanganan gizi kurang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Rantang, Kota Medan. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah edukasi dan pemberian PMT. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan peningkatan pengetahuan orangtua mengenai gizi seimbang dan cara pencegahan gizi kurang pada balita. Kesimpulannya, edukasi dan intervensi nutrisi efektif dalam menangani kasus gizi kurang di wilayah ini.

Kata Kunci: *Gizi Kurang, Pencegahan Gizi Kurang, Pemberian Makanan Tambahan (PMT), Edukasi Gizi, Puskesmas Rantang*

PENDAHULUAN

Kekurangan gizi merupakan kondisi abnormal fisiologis yang disebabkan oleh kekurangan, ketidakseimbangan dalam energi, protein, ataupun nutrisi lainnya (Suryati et al., 2018). Salah satu permasalahan gizi di Indonesia yang mengemukakan ini adalah balita dalam postur pendek (stunting) Stunting disebut juga sebagai gizi kurang kronis yang menggambarkan adanya gangguan pertumbuhan tinggi badan yang berlangsung pada kurun waktu lama. Menurut WHO (2013) menyimpulkan bahwa penyebab masalah stunting salah satunya adalah penundaan IMD, tidak diterapkan pemberian ASI eksklusif dan penyapihan ASI sejak dini (Lestari dan Hanim 2020). Menurut Riskesdas (2013), prevalensi stunting di Indonesia 32,7%, prevalensi ini menurun pada Riskesdas 2018 menjadi 30,8%. Angka ini masih berada di atas cut off point dari WHO yang menetapkan batas di bawah 20% (mitra pangan dan gizi di Indonesia) (Wulansari dan Junita 2023). Status gizi khususnya status gizi anak balita merupakan salah satu indikator kualitas sumber daya manusia yang menentukan Tingkat kesejahteraan Masyarakat yang akan datang (Ertiana & Zain, 2023).

Sedemikian strategis status gizi dalam Upaya Pembangunan manusia Indonesia,

sehingga ditetapkan sebagai salah satu sasaran dan target rencana pembnagunan jangka menengah (RPJMN) bidang Kesehatan, yaitu menurunkan prevalensi balita kurang gizi dan balita stunting dengan mengacu pada indicator kinerja kegiatan pembinaan gizi Masyarakat (Wigati, Sari, dan Suwanto 2022).

Keberhasilan pembangunan nasional ditentukan oleh ketersediaan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas yang dicirikan dengan fisik yang tangguh. Salah satu prioritas pembangunan nasional saat ini adalah meningkatkan derajat kesehatan masyarakat Indonesia dengan indikator utama adalah angka kematian bayi (AKB) atau Infant Mortality Rate (IMR), salah satu faktor yang berkaitan dengan AKB adalah status gizi bayi (Rumahorbo et al., 2020). Salah satu langkah penting untuk peningkatan gizi bayi adalah pemberian makanan pertama yang berkualitas dan optimal (Yasin et al., 2020). Makanan pertama dan berkualitas yang dimaksud adalah pemberian air susu ibu secara eksklusif yang merupakan faktor penting pada bayi terutama pemberian Air Susu Ibu (ASI) awal (kolostrum) karena kaya dengan antibodi yang mempunyai efek terhadap penurunan risiko kematian (Sitorus, Bancin, dan Anita 2022)

Status gizi kurang merupakan salah satu masalah malnutrisi yang membutuhkan perhatian khusus dan perlu penanganan sejak dini (Atmarita & Fallah, 2015). Hal ini karena kondisi kurang gizi dalam jangka lama dapat mempengaruhi pertumbuhan balita, gangguan sistem imun, dan risiko terkena penyakit infeksi meningkat serta risiko terjadinya kematian pada balita (Hong dkk., 2021). Beberapa faktor yang menjadi penyebab terjadinya gizi kurang adalah berat bayi lahir rendah (BBLR), penyakit penyerta bayi, pengetahuan orang tua tentang gizi rendah, keadaan ekonomi keluarga, keadaan lingkungan, pola asuh orang tua, dan lama pemberian ASI Eksklusif (Fatimah et al., 2008). Jenis kelamin, status pendidikan ayah, jumlah kelahiran juga mempengaruhi status gizi balita (Asfaw dkk., 2019).

Upaya penanggulangan gizi kurang memerlukan pendekatan dari berbagai segi kehidupan (Fazilah et al., 2022). Pencegahan dan penanggulangan gizi kurang tidak cukup dengan memperbaiki aspek makanan saja, tetapi juga lingkungan kehidupan balita seperti, pola asuh, tersedianya air bersih dan kesehatan lingkungan (Sitorus, Bancin, dan Anita 2022). Prevalensi gizi kurang di Indonesia berdasarkan Riskesdas 2021 mencapai 13,9% dan meningkat 0,9% dibandingkan tahun 2020, yaitu sebanyak 13%. Hasil Riskesdas Provinsi Sumatra Utara tahun 2020 prevalensi anak balita dengan status gizi kurang mencapai 12% dan di Kabupaten/Kota Medan terdapat 10,8% balita berstatus gizi kurang (Ariandini et al. 2023)

Berdasarkan hasil survei pada anak balita di wilayah kerja Puskesmas Rantang Tahun 2024. Dilaksanakan pada tanggal 6 mei 2024 di jl. Rantang No. 37, Sei Putih Tengah, Kec. Medan petisah, kota Medan, Sumatra Utara. Anak yang mengalami gizi kurang dilokasi tersebut berjumlah 7 orang, penyebab gizi kurang adalah kurangnya pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai gizi seimbang sehingga masih terdapat anak yang mengalami gizi buruk. Adapun paktor lain yaitu tingkat pendidikan masyarakat, status ekonomi,dukungan keluarga, dan kurangnya komunikasi dengan tenaga kesehatan mengenai gizi seimbang (Hoffman, 2023)

Dari hasil surveilans diatas dapat disimpulkan bahwa angka kejadian gizi kurang balita bisa dilakukan pencegahan dan penatalaksanaan dengan baik dengan kunjungan posyandu dan susu bayi serta biskuit balita dan suplemen taburia. Kaya akan protein yang dikonsumsi secara ritun sesuai dengan dosis yang telah diberikan. Penurunan angka kejadian gizi kurang pada balita di puskesmas rantang membuktikan gizi kurang pada balita itu bisa dicegah (Setyaningsih 2018)

METODE KEGIATAN

Kegiatan dilaksanakan pada bulan Mei 2024 di Puskesmas Rantang. Survey awal dilakukan dengan menganalisis data laporan bulanan dari posyandu dan data Puskesmas. Kemudian diperoleh bahwa terdapat 7 orang balita yang mengalami gizi kurang. Sasaran dalam kegiatan ini adalah Ibu Hamil dan Ibu balitayang berada di wilayah kerja Puskesmas Rantang. Kegiatan dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Rantang. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dibagi menjadi tiga tahap yaitu awal proses kegiatan. Tahap awal dilakukan dengan melakukan penyuluhan pada Ibu hamil dan Ibu balita. Kegiatan diawali dengan pengenalan antara tim pengabdian dan sasaran. Kemudian diberikan stimulasi dan informasi untuk ibu agar lebih peduli untuk memperhatikan asupan gizi pada balita.

HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan di Kecamatan Medan Petisah oleh Puskesmas Rantang, dengan fokus pada balita yang mengalami gizi kurang. Di wilayah kerja Puskesmas Rantang, terdapat tujuh balita yang tercatat mengalami masalah gizi kurang. Kegiatan ini dirancang untuk memberikan informasi edukasi kesehatan yang mencakup tanda dan gejala gizi kurang, dampaknya, serta strategi pencegahan dan penanganan. Selain itu, peserta mendapatkan panduan tentang pemberian makanan yang sesuai dengan usia balita. Melalui pendekatan ini, diharapkan ibu-ibu dapat lebih memahami cara memenuhi kebutuhan gizi anak mereka dan mencegah masalah serupa di masa depan.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan

Selama pelaksanaan kegiatan (Gambar 1) , seluruh ibu yang diundang menghadiri acara hingga selesai, mencapai tingkat kehadiran 100%. Kegiatan penyuluhan ini didampingi oleh petugas kesehatan, termasuk ahli gizi dari Puskesmas Rantang, yang memberikan penjelasan mendalam dan menjawab pertanyaan peserta. Kehadiran ahli gizi sangat penting untuk memastikan informasi yang disampaikan akurat dan relevan, serta untuk memberikan motivasi kepada ibu-ibu dalam meningkatkan perhatian mereka terhadap asupan makanan anak. Interaksi langsung dengan petugas kesehatan juga memberikan kesempatan bagi ibu-ibu untuk mendapatkan solusi konkret atas permasalahan yang dihadapi (Mustangin, 2017).

Khusus untuk ibu dan balita yang mengalami gizi kurang, mereka akan terus mendapatkan penyuluhan secara berkala di Puskesmas. Program ini bertujuan untuk

memastikan pemantauan dan dukungan yang berkelanjutan dalam memperbaiki status gizi balita. Dengan adanya kegiatan edukasi dan dukungan rutin ini, diharapkan status gizi balita dapat meningkat secara signifikan, dan masalah gizi kurang dapat diatasi dengan efektif. Kegiatan ini merupakan langkah penting dalam upaya meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan balita di wilayah kerja Puskesmas Rantang.



Gambar 2. Edukasi Pemberian Makanan Tambahan

Berdasarkan hasil penyuluhan dan intervensi ini, terdapat beberapa pembahasan penting mengenai efektivitas pemberian edukasi dan makanan tambahan pada balita serta dampaknya terhadap perkembangan anak. Pemberian edukasi secara langsung terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya pemenuhan gizi pada balita (Sutraningsih et al., 2021). Melalui sesi penyuluhan yang dilaksanakan, masyarakat diberikan informasi yang jelas dan relevan tentang cara-cara memenuhi kebutuhan gizi anak. Edukasi ini tidak hanya melibatkan penjelasan mengenai jenis makanan yang baik untuk balita, tetapi juga mencakup informasi tentang bagaimana makanan tersebut mendukung perkembangan kognitif dan motorik anak. Dengan pengetahuan yang lebih baik, masyarakat diharapkan dapat membuat keputusan yang lebih tepat dalam pemberian makanan dan perawatan anak, yang pada akhirnya berkontribusi pada kesehatan dan perkembangan anak yang lebih baik.

Pemberian makanan tambahan yang sesuai dan berkualitas kepada balita merupakan langkah penting dalam memenuhi kebutuhan gizi mereka. Makanan tambahan ini dirancang untuk melengkapi asupan gizi yang mungkin belum tercapai melalui makanan sehari-hari, sehingga membantu dalam perkembangan kognitif dan motorik anak. Hasil intervensi menunjukkan bahwa makanan tambahan yang diberikan dapat secara signifikan meningkatkan status gizi balita, yang berpengaruh positif terhadap pertumbuhan dan perkembangan mereka. Ini mencakup peningkatan berat badan, tinggi badan, serta kemampuan motorik dan kognitif yang lebih baik.

Pemenuhan gizi anak tidak hanya bergantung pada jenis makanan yang diberikan, tetapi juga dipengaruhi oleh status ekonomi orang tua dan kondisi lingkungan sekitar. Orang tua dengan kondisi ekonomi yang baik cenderung memiliki akses yang lebih baik terhadap makanan bergizi dan fasilitas kesehatan, yang mendukung pemenuhan gizi balita. Sebaliknya, orang tua dengan keterbatasan ekonomi seringkali menghadapi tantangan dalam menyediakan makanan yang cukup dan bergizi. Selain itu, lingkungan sekitar, termasuk akses ke fasilitas kesehatan dan pendidikan gizi, juga memainkan

peran penting dalam memastikan anak mendapatkan asupan gizi yang diperlukan. Oleh karena itu, intervensi yang efektif harus mempertimbangkan faktor-faktor ini dan berupaya untuk memperbaiki kondisi ekonomi dan lingkungan di sekitar anak.

Pemenuhan gizi yang adekuat berkontribusi signifikan terhadap perkembangan kognitif dan motorik anak usia di bawah 5 tahun. Anak-anak yang mendapatkan asupan gizi yang cukup dan seimbang menunjukkan perkembangan yang lebih baik dalam hal kemampuan berpikir, belajar, dan berinteraksi dengan lingkungan sekitar mereka. Gizi yang baik mendukung pembentukan sel-sel otak yang sehat dan fungsi motorik yang optimal. Oleh karena itu, keberhasilan dalam menyediakan makanan tambahan yang bergizi sangat penting untuk mendukung pertumbuhan intelektual dan fisik anak.

Edukasi tentang penanganan dan pencegahan gizi kurang pada balita merupakan aspek krusial dalam upaya meningkatkan kesehatan anak di wilayah kerja Puskesmas Rantang Kota Medan. Program penyuluhan ini memberikan wawasan tentang pentingnya nutrisi yang seimbang, serta cara-cara mengidentifikasi dan menangani masalah gizi kurang pada balita. Melalui edukasi yang intensif, diharapkan masyarakat dapat lebih peka terhadap tanda-tanda kekurangan gizi dan mengambil langkah-langkah preventif untuk menghindari masalah tersebut. Pendekatan ini membantu membangun kesadaran masyarakat mengenai pentingnya gizi dalam tahap awal perkembangan anak dan mendorong praktek yang lebih baik dalam pemberian makanan serta perawatan balita.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan didapatkan peningkatan pengetahuan orang tua terhadap gizi kurang pada balita dan terdapat perubahan sikap orang tua terhadap pola asuh dalam pemberian makanan kepada balitanya. Hal ini sangat dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Rantang maupun dimasyarakat itu sendiri, karena pencegahan sejak dini dapat mengurangi tingginya kasus yang berdampak pada angka stunting, wasting, dan angka kematian bayi (AKB) di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariandini, Shanti, Meti Kusmiati, Nina Yusnia, dan Ayu Rahmawati. 2023. "Faktor-faktor yang mempengaruhi bendungan ASI pada ibu nifas." *Journal of Public Health Innovation* 3 (02): 157–63. <https://doi.org/10.34305/jphi.v3i02.717>.
- Atmarita, & Fallah, T. S. (2015). *Analisis Situasi Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. 1–37.
- Ertiana, D., & Zain, S. B. (2023). Pendidikan Dan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Berhubungan Dengan Status Gizi Balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(1).
- Fatimah, S., Nurhidayah, I., & Rakhmawati, W. (2008). *Faktor-Faktor Yang Berkontribusi Terhadap Status Gizi Pada Balita Di Kecamatan Ciawi Kabupaten Tasikmalaya Sari*. 10(Xviii), 37–51.
- Fazilah, Z., Sudirman, & Lestari, A. (2022). Manajemen Penanggulangan Gizi Kurang Pasca Bencana di Puskesmas Talise Kota Palu. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 05, 312–319.
- Lestari, Anik, dan Diffah Hanim. 2020. "Edukasi Kader dalam Upaya Pencegahan dan Penanggulangan Stunting di Kecamatan Mondokan Kabupaten Sragen." *AgriHealth: Journal of Agri-food, Nutrition and Public Health* 1 (1): 7. <https://doi.org/10.20961/agrihealth.v1i1.41106>.
- Mustangin, M. (2017). Perubahan Iklim dan Aksi Menghadapi Dampaknya : Ditinjau dari Peran Serta Perempuan Desa Pagerwangi Climate Change and Action to Face the

- Impact : Based on Women ' s Participation in Pagerwangi Village. *Jurnal Pendidikan Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 4(1), 80–89.
- Rumahorbo, R. M., Syamsiah, N., & Mirah. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tumbuh Kembang Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang Tahun 2019. *CHMK HEALTH JOURNAL*, 4(April).
- Setyaningsih, Eni. 2018. "Pengaruh Edukasi Booklet Tentang Kebutuhan." *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Dan Ilmu Kesehatan Masyarakat* 13 (2): 1–5.
- Sitorus, F, D R Bancin, dan S Anita. 2022. "Edukasi Tentang Gizi Pada Balita Di Kecamatan Secanggang Langkat." *Jurnal Abdimas Mutiara* 3: 158–65. <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JAM/article/view/3080%0Ahttp://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JAM/article/download/3080/2156>.
- Suryati, Nurjanah, & Setyaningsih, E. (2018). Pengaruh Edukasi Booklet Tentang Kebutuhan. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Dan Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 13(2), 91–95.
- Sutraningsih, W., Marlindawani, J., & Silitonga, E. (2021). Implementasi Strategi Pelaksanaan Pencegahan Stunting di Kabupaten Aceh Singkil Tahun 2019. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 7(1), 49–68.
- Wigati, Atun, Fariza Yulia Kartika Sari, dan Tri Suwanto. 2022. "Pentingnya Edukasi Gizi Seimbang Untuk Pencegahan Stunting Pada Balita." *Jurnal Abdimas Indonesia* 4 (2): 155–62.
- Wulansari, Arnati, dan Dini Junita. 2023. "Edukasi Gizi mengenai Pencegahan Malnutrisi pada Ibu Balita Gizi Kurang." *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)* 5 (3): 565. <https://doi.org/10.36565/jak.v5i3.582>.
- Yasin, Z., Oktavianisya, N., & Universitas. (2020). Metode Pembelajaran Demonstrasi untuk Meningkatkan Kemampuan Ibu dalam Pengelolaan Makanan Bergizi pada Balita Stunting. *The Indonesian Journal of Health Science*, 12(2), 130–136.