



Penyuluhan Tentang Gizi Kurang Pada Bayi dan Balita di Desa Tempos

Ni Wayan Mei Anggraeni

Program Studi Kesehatan Masyarakat, FIKKM, Universitas Pendidikan Mandalika

Abstrak (Indonesia)

Tujuan pengabdian ini adalah untuk memberikan penyuluhan tentang gizi kurang pada bayi dan balita. Metode yang digunakan adalah sosialisasi menggunakan brosur. Hasil pengabdian ini adalah banyak faktor yang mempengaruhi keadaan kesehatan dan gizi pada bayi dan balita, tidak sekedar persoalan kelemahan ekonomi, tetapi multifaktor yang sangat erat jalinannya, dengan demikian dinas kesehatan melalui puskesmas setempat harus terus melakukan multipendekatan, dan multi pandang sehingga dapat diselesaikan secara komprehensif dan tepat guna. Tidak semua ibu mengetahui nilai Gizi seimbang pada bayi dan balita, oleh karena itu edukasi tentang gizi seimbang perlu dilakukan guna menambah wawasan ibu terhadap kebutuhan gizi balita, sehingga diharapkan ibu bisa menerapkannya ketika dirumah.

Kata Kunci

Penyuluhan Gizi Kurang,
Bayi dan Balita

Pendahuluan

Permasalahan gizi pada anak dan balita di Indonesia adalah masalah ganda, yaitu masih ditemukannya masalah gizi kurang dan gizi lebih. Anak dan balita adalah termasuk golongan paling rawan karena pada rentang waktu ini masih sering sakit dan anak merupakan komponen pasif yang sangat tergantung pada orang tuanya (Anik Maryunani, 2010:254). Kekurangan gizi pada anak akan menimbulkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan, yang apabila tidak teratasi secara dini dapat berlanjut hingga dewasa, sehingga tidak mampu tumbuh dan berkembang secara optimal. Sehingga diperlukan upaya serius dan strategi perbaikan status gizi (Santoso dan Lies, 2004:88).

Meskipun prevalensi gizi kurang pada anak mengalami penurunan sejak tahun 1990, rata-rata kemajuan kurang berarti dengan jutaan anak masih termasuk dalam kategori beresiko. Di Indonesia salah satu masalah kesehatan masyarakat yang sedang kita hadapi saat ini adalah beban ganda masalah gizi, pada tahun 1990, prevalensi gizi kurang dan gizi buruk sebanyak 31%, sedangkan pada tahun 2010 terjadi penurunan menjadi 17,9%. Menurut data Riskesdas 2010 di Jawa Timur terdapat 4,8% balita gizi buruk, 12,3% balita gizi kurang, 75,6% balita gizi baik, dan 7,6% balita gizi lebih. Jika masalah gizi kurang dan gizi buruk tidak segera diatasi akan berdampak serius terhadap kualitas generasi mendatang. Anak yang menderita gizi kurang akan mengalami gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan mental (Depkes RI, 2009).

Pemenuhan gizi pada anak dibawah lima tahun (balita) merupakan faktor yang perlu diperhatikan dalam menjaga kesehatan, karena masa balita merupakan periode perkembangan yang rentan gizi. Dalam gizi seimbang tidak hanya mendidik soal makanan dan keseimbangan komposisi zat gizi dan kebutuhan tubuh akan zat gizi (karbohidrat, protein,



lemak, vitamin, mineral dan air) tetapi juga keseimbangan dengan pola hidup bersih untuk mencegah kontaminasi makanan dan infeksi (Depkes RI, 2012 : 23).

Permasalahan yang tampak di desa tempos ketika mengikuti kegiatan posyandu rutin bulanan yang dilakukan oleh Puskesmas Gerung yaitu beberapa balita yang mengalami gizi kurang yang di tandai dengan berat badan kurang dari normal. Hal tersebut tampak dari 10 orang balita yang dilakukan penimbangan berat badan hanya 6 balita yang menunjukkan memiliki berat badan normal, sedangkan 4 balita lainnya memiliki berat badan kurang, dan dari pengukuran lingkaran lengan atas (LILA) dari 10 balita yang dilakukan pengukuran didapatkan 4 balita memiliki ukuran lingkaran lengan atas kurang. Kekurangan gizi pada anak dan balita bila tidak mendapatkan intervensi sejak dini akan berlanjut hingga dewasa, karena gizi memiliki peran penting dalam siklus hidup manusia. Usia 0-24 bulan merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, yang sering di istilahkan sebagai periode emas (World Health Organization, 1998).

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu dari 4 balita yang mengalami gizi kurang dan berat badan kurang di dapatkan keluhan seperti anak susah makan, dan keterbatasan pengetahuan ibu tentang sumber makanan yang mengandung nilai gizi baik, yang sebenarnya bisa di jumpai dan di dapati dalam kehidupan sehari-hari, selain itu ada juga anak yang cenderung hanya menyukai satu jenis makanan tertentu sehingga ketika diberikan jenis makanan lain anak selalu menolak.

Metode Pengabdian

Metode yang digunakan pada kegiatan pengabdian ini adalah Sosialisasi kesehatan dengan menggunakan brosur. Lokasi kegiatan bertempat di Desa Tempos, Kecamatan Gerung, Kabupaten Lombok Barat.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan penyuluhan yang dilakukan di Desa Tempos, Kec Gerung Lombok Barat, sebagian besar ibu atau peserta penyuluhan menyampaikan bahwa di awal sebelum dilakukan penyuluhan mereka terbatas dalam mengetahui tentang nilai gizi pada bayi dan balita, serta dampak yang di akibatkan ketika balita mengalami gizi kurang yang di lakukan pembiaran dan tidak segera ditangani yang akan mengganggu terhadap pertumbuhan dan perkembangan pada bayi dan balita. Sehingga beberapa ibu yang memiliki balita dengan gizi kurang menganggap hal tersebut tidaklah terlalu serius.

Oleh karena itu perlu dilakukan upaya seperti pemberian penyuluhan guna memberi pengetahuan tambahan bagi ibu yang memiliki balita dengan gizi kurang, agar kedepan diharapkan dapat memberi dampak yang berguna demi memperbaiki masalah gizi pada anaknya. Penyuluhan yang dilakukan untuk memberi pengetahuan bagi ibu dimana Pengetahuan adalah hasil dari tahu yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat



penting untuk terbentuknya tindakan seseorang termasuk dalam masalah gizi pada bayi dan balita. Penerapan pemberian gizi yang cukup dalam komposisinya merupakan hal yang harus diketahui oleh semua Ibu yang memiliki anak khususnya pada bayi dan balita, dimana balita termasuk individu yang sangat rentan mengalami masalah gizi.

Apabila ibu memiliki pengetahuan yang kurang baik terhadap kebutuhan, kecukupan dan sumber gizi untuk anaknya, maka ibu tersebut akan cenderung memberi makanan yang nilai gizinya mungkin kurang bagi anaknya dan berpotensi resiko pada anaknya mengalami gizi kurang dan berat badan kurang.

Hasil pada kegiatan penyuluhan tentang gizi kurang pada bayi dan balita ini dapat dinilai melalui 3 aspek yaitu input, proses dan output:

1. Input

- a. Program yang tersosialisasikan sesuai dengan rencana yaitu terkait penyuluhan gizi kurang.
- b. Setiap aktivitas berjalan sesuai dengan waktu yang ditentukan
- c. Sasaran yang diperoleh sesuai dengan yang direncanakan yaitu Ibu-ibu desa tempos yang datang ke kegiatan posyandu
- d. Pengeluaran biaya sesuai bahkan kurang dari yang sudah disusun.

2. Proses

- a. Kegiatan penyuluhan sesuai dengan rencana awal yaitu terkait gizi kurang yang dilakukan pada Ibu-ibu yang datang ke kegiatan posyandu.
- b. Pada saat penyuluhan sedikit terkendala karena terdapat beberapa anak dari ibu-ibu peserta penyuluhan yang menangis, namun tidak sampai memotong waktu yang banyak

3. Output

- a. Peserta penyuluhan langsung membaca dengan seksama brosur yang dibagikan oleh penyaji
- b. Peserta penyuluhan sangat seksama mendengar pemaparan materi yang disampaikan penyaji.
- c. Peserta penyuluhan sangat antusias dalam bertanya tentang materi yang diberikan, yang menurut mereka masih belum terlalu dipahami.



- d. Peserta penyuluhan mampu mengutarakan isi-isi dalam materi yang diberikan.

Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang gizi kurang pada bayi dan balita berjalan sesuai dengan rencana kegiatan yang sudah dibuat. Peserta penyuluhan membaca brosur, mendengarkan dengan seksama isi dari materi penyuluhan serta aktif bertanya tentang beberapa hal yang mereka kurang pahami, dan peserta penyuluhan mampu menjawab kembali pertanyaan yang ditanyakan terkait materi gizi kurang pada bayi dan balita.

Saran

Berdasarkan permasalahan yang terjadi di desa tempos tersebut, disarankan kepada petugas kesehatan khususnya petugas gizi dari puskesmas gerung untuk melakukan penyuluhan dan pemantauan berat badan pada 4 balita dengan gizi kurang tersebut. Serta tetap memberikan edukasi terhadap ibu guna memperbaiki pola asupan nutrisi yang baik bagi anak sehingga masalah gizi kurang dan berat badan kurang pada bayi dan balita bisa teratasi.

Daftar Pustaka

Adnyani, T., Febryani, A., & Adriansyah, D. (2020). *Pengantar Sosiologi*.

Jakarta: Yayasan Kita Menulis.

Notoatmodjo, S. (2011). *Kesehatan Masyarakat Ilmu & Seni*. Jakarta: Rineka Cipta.

Soedarto. (2013). *Buku Ajar Parasitologi Kedokteran*. Jakarta: EGC.