



**Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Tentang Status Gizi Balita Di Desa Poh Santen
Kabupaten Jembrana**

*(Increasing Mother's Knowledge About The Nutritional Status Of Toddler In Poh Santen
Village, Jembrana District)*

Ni Kadek Ayu Dwi Utami DS¹, Ni Rai Sintya Agustini², Komang Srititin Agustina³

^{1,3}Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Triatma Mulya

²Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Triatma Mulya

e-mail : sintya.agustini@triatmamulya.ac.id

Received : Maret, 2024

Accepted : April, 2024

Published : Mei, 2024

ABSTRAK

Di Indonesia masalah status gizi kurang merupakan masalah yang umum di beberapa negara berkembang. Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi adalah pengetahuan Ibu tentang gizi yang dipraktikkan dalam pola asuh dan pemberian makanan. Berdasarkan hal tersebut, diperlukan intervensi preventif yaitu penyuluhan mengenai gizi balita pada ibu balita di Desa Poh Santen. Tujuan pemberian penyuluhan ini adalah memberikan pengetahuan pada ibu mengenai pemenuhan gizi seimbang yang tepat sesuai dengan kebutuhan balita. Pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan Pre-Experimental Design dengan model desain One-Group Pretest-Posttest Design. Populasi adalah ibu balita di Desa Poh Santen Kabupaten Jembrana. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik simple random sampling dengan jumlah 33 responden. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu pengukuran kuisioner ibu balita. Setelah diberikan intervensi penyuluhan dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu balita mengenai gizi balita mengalami peningkatan. Hasil uji Wilcoxon terdapat perbedaan pengetahuan ibu balita terhadap status gizi dengan nilai ($p=0,001$).

Kata Kunci : Pengetahuan, Penyuluhan, Status Gizi Balita

ABSTRACT

In Indonesia, malnutrition is a common problem in several developing countries. One of the factors affecting nutritional status is the mother's knowledge about nutrition, which is practiced in care and feeding. Based on this, a preventive intervention is needed, namely counseling on toddler nutrition to mothers of toddlers in Poh Santen Village. The purpose of this counseling is to provide knowledge to mothers about proper balanced nutrition according to the needs of toddlers. This study used Pre-Experimental Design with One-Group Pretest-Posttest Design model. The population in this study were mothers who had toddlers in Poh Santen Village, Jembrana Regency. Sampling was done using simple random sampling technique with a total of 33 respondents. The data collection method used was the measurement of questionnaires from mothers of toddlers. After the counseling intervention, it can be concluded that the knowledge of mothers of toddlers about toddler nutrition has increased. The results of the Wilcoxon test showed a difference in the knowledge of mothers of toddlers regarding nutritional status with a value of ($p=0.001$).

Keyword: Knowledge, Counseling, Toddler Nutrition Status

PENDAHULUAN

Gizi Seimbang yaitu susunan asupan makanan sehari-hari dalam jenis dan jumlah zat gizi yang sesuai kebutuhan harian tubuh, dengan melihat prinsip aneka jenis pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan memonitor berat badan secara teratur untuk menjaga berat badan normal serta mencegah masalah gizi (Saparudin, 2017). Pelaksanaan pemenuhan gizi seimbang pada keluarga sangat diperlukan guna terpenuhinya gizi pada keluarga, khususnya pada anak balita yang mana memerlukan perhatian dalam pemenuhan gizi yang seimbang. Asupan makanan pada balita yang tidak seimbang akan mengakibatkan masalah pada gizi. (Kemenkes, 2014). Beberapa faktor penyebab masalah gizi yang terjadi pada anak yaitu, asupan makanan yang tidak seimbang, penyakit infeksi, kurangnya kemampuan keluarga dalam mencukupi kebutuhan jumlah dan zat gizi makanan pada seluruh anggota keluarga, hal lain yaitu kurangnya kemampuan keluarga dalam meluangkan waktu, dukungan, serta perhatian pada anak (Zalfani, 2022). Agar anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik secara mental, sosial dan fisik. Masalah gizi juga dapat diakibatkan oleh perilaku mengkonsumsi makan yang kurang baik, seperti terlalu banyak mengonsumsi susu dan jajanan kecil yang beredar di masyarakat sehingga menurunkan minat anak untuk makan. (Ayuningtyas, 2021).

Indonesia saat ini menghadapi banyak tantangan gizi, khususnya masalah gizi buruk yang menyebabkan keterlambatan pertumbuhan dan berat badan lahir rendah pada anak; dan makan berlebihan menyebabkan obesitas dan diabetes (Yuhansyah, 2019). Data Studi Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 tentang prevalensi gizi kurang dan obesitas pada anak di bawah 5 tahun mencapai 11,2 hingga 8%. Salah satu penyebab masalah gizi adalah tidak mengetahui menu sehat dan tidak mengetahui Kadarzi (keluarga sadar gizi). Menu sehat adalah menu dengan komposisi gizi seimbang sesuai kebutuhan setiap anggota keluarga, diterima dan diutamakan untuk mempertahankan status gizi yang optimal (Fajriani, 2020).

Ketidaktahuan orang tua, terutama ibu, dapat menyebabkan rendahnya tingkat perilaku yang mengarah pada masalah gizi dalam keluarga. Ibu berperan penting dalam menyediakan makanan sehat bagi keluarganya, karena mereka adalah kunci keluarga yang sadar gizi (Febriandika, 2019). Pendidikan gizi bagi orang tua sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan mengurangi masalah gizi dalam keluarga (Hadju, 2023).

Salah satu upaya penambahan berat badan balita antara lain dengan pemberian PMT yang mengandung protein dan kalori yang tinggi sesuai dengan berat badan anak sehingga kebutuhan gizi dapat terpenuhi (Puspitasari, 2019). Menurut Rachmayanti (2018), Protein tempe tergolong mudah dicerna, sehingga tempe dapat dengan mudah di cerna oleh balita. Komposisi tempe kedelai menunjukkan kekurangan beberapa asam amino metionin-sistin, secara umum tempe mengandung unsur gizi yang cukup tinggi: 25% protein (17 gram protein/100 gram), 5% lipid, 4 % karbohidrat dan 60% air, memiliki tinggi akan sumber vitamin B12, rendah lemak, dan bebas kolesterol.

Oleh karena itu, kami sebagai penulis ingin memanfaatkan pangan lokal tempe yang merupakan salah satu UMKM yang ada di Desa Bakipandeyan. Agar olahan tempe kedelai tersebut dapat dikonsumsi secara

maksimal, produk olahan tempe dapat di modifikasi menjadi bentuk nugget tempe, sempol tempe, galantin tempe, bubur 4 bintang, bubur sup tempe dan lain-lain. Dengan cara penyajian ini diharapkan balita menjadi tertarik sehingga memiliki keinginan untuk mengkonsumsinya (Sagita, 2020).

Berdasarkan uraian di atas kami melakukan kegiatan Penyuluhan tentang Gizi Balita Di Desa Poh Santen Kabupaten Jembrana, dalam kegiatan tersebut diharapkan dapat memberikan pengetahuan pada ibu balita mengenai pemenuhan gizi seimbang yang tepat sesuai dengan kebutuhan balita, memberikan motivasi kepada ibu balita untuk memperhatikan frekuensi, tekstur, dan porsi dalam pemberian PMBA, serta dapat mengurangi

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan dengan pemberian penyuluhan gizi balita pada ibu balita di Desa Poh Santen Kabupaten Jembrana. Pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan Pre-Experimental Design dengan model desain One-Group Pretest-Posttest Design. Populasi di sini merupakan ibu balita di Desa Poh Santen Kabupaten Jembrana. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik simple random sampling dengan jumlah 33 responden. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu pengukuran kuesioner ibu balita. Tahap yang dilakukan yaitu: Pemberian kuesioner pretest, penyuluhan tentang gizi balita dengan menggunakan media power-point dalam LED TV, dan pemberian kuesioner posttest.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam rangka meningkatkan pengetahuan mengenai gizi balita serta penatalaksanaan yang benar melalui media penyuluhan dilakukan terhadap kelompok ibu balita di Desa Poh Santen Kabupaten Jembrana. Untuk mengetahui pengaruh media digunakan kuesioner yang berisikan pertanyaan terkait informasi gizi balita serta penatalaksanaan penyakit yang bisa dilakukan di rumah. Kuesioner tersebut diberikan di awal dan diakhir kegiatan penyuluhan. Kuesioner pretest dibagikan secara langsung kepada para ibu balita sebelum dilakukannya penyuluhan gizi balita dan dijelaskan terlebih dahulu mengenai tata cara pengisian kuesioner pretest. Pemberian pretest dilakukan untuk mengukur pengetahuan awal peserta tentang gizi balita. Pengetahuan peserta saat pretest sebagian besar memiliki pengetahuan kurang sebesar 40%. Setelah dilakukan pretest, peserta diberikan penyuluhan terkait gizi balita.



Gambar 1. Pemberian penyuluhan kepada responden

Kegiatan peningkatan pengetahuan ibu balita mengenai gizi balita dengan media penyuluhan di Desa Poh Santen dilaksanakan dengan menggunakan media power-point yang ditampilkan dengan LED TV sehingga memudahkan ibu balita dalam melihat media dengan jelas. Durasi pelaksanaan kegiatan ini selama dua jam dengan narasumber adalah tenaga kesehatan serta didampingi mahasiswa keperawatan dan mahasiswa kebidanan. Selain itu, lansia juga diberikan leaflet sebagai materi pendamping yang bisa dibawa pulang sehingga memudahkan lansia jika ingin mengakses kembali materi yang diberikan. Penyampaian materi dilakukan dengan menampilkan materi secara singkat dan jelas disertai dengan gambar-gambar yang menarik, sehingga peserta lebih antusias dalam mendengarkan penjelasan yang disampaikan. Pemahaman dan pengetahuan peserta setelah diberikan penyuluhan diukur dengan pemberian posttest.



Gambar 2. Pengisian kuisioner pre test oleh responden



Gambar 3. Pengisian kuisioner post test oleh responden

Pengetahuan peserta saat post test sebagian besar memiliki pengetahuan baik yaitu 52%. Hasil pre test dan post test dari kegiatan pengabdian masyarakat dengan pemberian penyuluhan penyuluhan terkait gizi balita di Desa Poh Santen diuraikan pada Tabel 1. berikut ini.

Tabel 1. Hasil Pre test dan Post test Tingkat Pengetahuan

	n	%
Pretest		
Baik	11	33
Cukup	9	27
Kurang	13	40
Total	33	100
Posttest		
Baik	17	52
Cukup	10	30
Kurang	6	18
Total	33	100

Berdasarkan Tabel 1. diperoleh hasil pretest bahwa sebagian besar peserta memiliki pengetahuan kurang sebanyak 13 orang (40%) tentang gizi balita serta penatalaksanaan yang benar. Pada saat posttest diperoleh hasil bahwa sebagian besar peserta memiliki pengetahuan baik sebanyak 17 orang (52%). Setelah diberikan intervensi berupa penyuluhan dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu balita mengenai gizi balita mengalami peningkatan.

	N	Nilai Minimal	Nilai Maximal	Median	P value	Nilai Total Kuesioner
Sebelum	33	3.0	7.0	5	0.001	12
Sesudah		7.0	12.0	9.5		

KESIMPULAN DAN SARAN

Banyaknya ibu balita di Desa Poh Santen harus diberikan penyuluhan guna memberikan informasi tambahan terkait gizi balita. Oleh karena itu, bekerjasama dengan Puskesmas Poh Santen. Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan penyuluhan kesehatan dapat dianggap efektif untuk mengatasi masalah kesehatan komunitas pada balita khususnya terkait kasus gizi balita. Hasil keseluruhan setelah dilakukannya penyuluhan menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan ibu balita sebesar 52% setelah materi diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayuningtyas, G., Hasanah, U., & Yuliawati, T. 2021. the Relationship of Mother ' S Knowledge Level With the Nutritional Status of Toddler. *Journal of Nursing Research*, 1(1), 15–23.
- Fajriani, F., Aritonang, E. Y., & Nasution, Z. 2020. Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Gizi Seimbang Keluarga dengan Status Gizi Anak Balita Usia 2-5 Tahun. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(01), 1–11. <https://doi.org/10.33221/jikm.v9i01.470>
- Febriandhika, I., & Kurniawan, T. 2019. Membingkai Konsep Pariwisata Yang Berkelanjutan Melalui Community-Based Tourism : Sebuah Review Literatur. *JPSI (Journal of Public Sector Innovations)*, 3(2), 50. <https://doi.org/10.26740/jpsi.v3n2.p50-56>

- Hadju, V., Basri, S., Aulia, U., & Mahdang, P.2023. Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan (PMT) terhadap Perubahan Status Gizi Pada Pada. *Gema Wiralodra*, 14(1), 105–111.
- Kemenkes, R.2014. Profil Kesehatan Indonesia.
- Puspitasari, B., & Kartikasari, M.2019. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Dengan Status Gizi Balita Umur 1-3 Tahun (Di Posyandu Jaan Desa Jaan Kecamatan Gondang Kabupaten Nganjuk). *Jurnal Kebidanan*, 5(2), 53–59. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v5i2.68>
- Rachmayanti, R. D.2018. Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Melalui Pengenalan Program Kadarzi Di Kelurahan Wonokusumo Surabaya. *Media Gizi Indonesia*, 13(2), 176. <https://doi.org/10.20473/mgi.v13i2.176-182>
- Sagita, Y. D., Kumalasari, D., & Fauziah, N. A.2020. Status Gizi dan Perkembangan Balita Puskesmas Wates Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (Abdi Ke Ungu). 162–166.
- Saparudin, A. A. N.2017. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Status Gizi Pada Balita Di Puskesmas Tegalrejo Kota Yogyakarta. Skripsi Fikes Unisa Yogyakarta, 1–12.
- Surya Laksono, A., Rosalina Jurusan Teknologi Pertanian, Y., & Pertanian, F. (2019). Karakteristik Mutu Tempe Kedelai Lokal Varietas Anjasmoro Dengan Variasi Lama Perebusan Dan Penggunaan Jenis Pengemas Characteristics of Anjasmoro Soybean Tempe With Different Boiling Duration and Packaging Types. | *Jurnal Agroindustri*, 9(1), 8–18. <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/agroindustri>
- Yuhansyah, M.2019. Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Gizi Pada Anak Balita di Upt Puskesmas Remaja Kota Samarinda. *Borneo Nursing Journal*, 1(1), 76–82.
- Zalfani, H. A., Khoirunnisa, R. T., Annisa, A. N., Indriawati, N., Salsabila, A. S., & Cintia, F. F.2022. Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita melalui Penyuluhan Gizi & Kesehatan di Posyandu Delima Singopuran Kartasura untuk Pencegahan Gizi Kurang dan Stunting. *Proceeding National Conference on Health Science*, 333–336. <https://proceedings.ums.ac.id/index.php/nhcos/article/view/1201%0Ahttps://proceedings.ums.ac.id/index.php/nhcos/article/download/1201/1176>