

Edukasi Pengelolaan dan Pencegahan Gizi Buruk pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Rantang, Kota Medan, 2024

Yosefin Br Nainggolan¹, Basaria Manurung², Titis Jernih Wati Gea³, Nora C. Lumbantoruan⁴
Mintaria Harefa⁵, Dinda Grace Sitorus⁶

¹²³⁴⁵⁶STIKes Mitra Husada Medan

email : yosefinnainggolan.20@gmail.com · basariamanurung31@gmail.com ·
titisgea123@gmail.com · noraclumabantoruan05@gmail.com ·
mintariaharefa2007@gmail.com · sitorusdinda83@gmail.com

ABSTRAK

Malnutrisi adalah kondisi di mana tubuh tidak menerima asupan nutrisi penting yang cukup seperti protein, vitamin, kalori, dan mineral. Kondisi ini dapat menyebabkan masalah kesehatan yang parah, termasuk wasting dan stunting pada anak-anak, membuat kekurangan gizi menjadi perhatian penting. Penyebab utama kekurangan gizi adalah kurangnya pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang gizi seimbang. Faktor lain yang berkontribusi termasuk tingkat pendidikan, status ekonomi, dukungan keluarga, dan komunikasi yang terbatas dengan penyedia layanan kesehatan. Penelitian ini berfokus pada penanganan kasus gizi buruk pada balita berusia 30 bulan dengan pertumbuhan terbelakang. Intervensi termasuk penyediaan makanan tambahan (PMT), termasuk biskuit, susu, dan suplemen Taburia, bersama dengan edukasi gizi untuk orang tua. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pencegahan gizi buruk di area layanan Rantang Puskesmas. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap orang tua terhadap gizi anak, menunjukkan bahwa pendidikan dan intervensi gizi efektif dalam mengatasi kekurangan gizi.

Kata kunci: Malnutrisi, Pemberian Makanan Tambahan, Edukasi Gizi, Balita, Promosi Kesehatan

Perkenalan

Malnutrisi adalah kondisi fisiologis yang timbul dari kekurangan atau ketidakseimbangan energi, protein, atau nutrisi lainnya. Di Indonesia, stunting—ditandai dengan pertumbuhan tinggi badan yang tertunda dalam jangka waktu yang lama—adalah salah satu masalah paling mendesak dalam gizi anak. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2013) mengutip kurangnya inisiasi menyusui dini, tidak adanya pemberian ASI eksklusif, dan penyapihan dini sebagai penyebab utama.

Menurut Riset Kesehatan Dasar Indonesia (Riskesdas), angka stunting turun dari 32,7% pada 2013 menjadi 30,8% pada 2018, namun tetap di atas ambang batas 20% WHO.

Meningkatkan dampaknya, meningkatkan status gizi sangat penting untuk tujuan pembangunan nasional. Malnutrisi meningkatkan kematian bayi (IMR) dan membahayakan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Asupan nutrisi yang efektif—terutama menyusui

eksklusif dan pemberian makan kolostrum—memainkan peran penting dalam menurunkan IMR dan mempromosikan perkembangan.

Beberapa faktor berkontribusi terhadap kekurangan gizi anak: berat badan lahir rendah, infeksi, kesenjangan pengetahuan orang tua, keterbatasan ekonomi, dan pengasuhan yang tidak memadai. Strategi nasional membutuhkan pendekatan multisektoral, termasuk akses air bersih, kesehatan lingkungan, dan peningkatan pengetahuan orang tua. Pada tahun 2021, prevalensi gizi buruk di Indonesia naik menjadi 13,9%, dan di Sumatera Utara mencapai 12%, dengan 10,8% di Medan saja.

Survei pada tahun 2024 di Rantang Health Center mengidentifikasi tujuh balita yang kekurangan gizi. Penyebab utamanya adalah pengetahuan orang tua yang buruk tentang diet seimbang, pendidikan rendah, kondisi ekonomi yang lemah, dan kurangnya komunikasi dengan penyedia layanan kesehatan. Proyek pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk menunjukkan bahwa intervensi dini dan dukungan yang konsisten—melalui kunjungan Posyandu dan makanan tambahan—dapat secara efektif mencegah dan mengelola malnutrisi.

Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada Mei 2024 di kawasan Rantang Health Center. Data awal dikumpulkan dari laporan bulanan Posyandu dan puskesmas, yang menunjukkan tujuh balita dengan kekurangan gizi.

Diskusi

Intervensi tersebut menyoroti pentingnya pendidikan orang tua dan pemberian makanan tambahan dalam

Target audiens termasuk ibu hamil dan ibu balita di dalam area pelayanan.

Penjangkauan masyarakat terdiri dari tiga fase:

1. Fase Persiapan: Sesi edukasi kesehatan diberikan kepada para ibu, dimulai dengan pengenalan tim penjangkauan.
2. Tahap Pelaksanaan: Ibu mendapatkan informasi dan stimulasi tentang perawatan gizi balita.
3. Fase Evaluasi: Dukungan dan edukasi gizi berkelanjutan diberikan kepada keluarga yang terkena dampak.

Kegiatan edukasi tersebut meliputi tanda-tanda gizi buruk, dampaknya, dan strategi pencegahan, serta rekomendasi diet yang sesuai untuk kelompok usia balita.

Hasil

Sesi pendidikan diterima dengan baik, dengan partisipasi penuh dari semua ibu yang diundang (kehadiran 100%). Sesi didukung oleh para profesional kesehatan, termasuk ahli gizi dari pusat kesehatan, yang menjelaskan topik-topik utama dan menjawab pertanyaan.

Dukungan tindak lanjut khusus diatur untuk keluarga dengan balita yang kekurangan gizi, memastikan pendidikan berkelanjutan dan bantuan diet. Interaksi yang konsisten ini menyebabkan peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku dalam praktik pemberian makan orang tua, dan peningkatan kesadaran masyarakat tentang nutrisi balita.

memerangi kekurangan gizi balita. Pendidikan langsung secara efektif meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang nutrisi anak dan praktik diet.

Makanan tambahan yang disediakan—biskuit padat nutrisi, susu, dan Taburia—membantu memenuhi kesenjangan nutrisi dalam asupan harian. Perbaikan yang diamati termasuk peningkatan berat badan, tinggi badan, dan tonggak perkembangan dalam kognisi dan keterampilan motorik.

Faktor sosial ekonomi juga mempengaruhi gizi anak. Keluarga dengan sumber daya yang lebih baik dapat mengakses makanan dan perawatan kesehatan yang lebih sehat, sementara keluarga berpenghasilan rendah menghadapi tantangan yang lebih besar. Oleh karena itu, intervensi gizi juga harus mengatasi faktor ekonomi dan lingkungan.

Anak yang bergizi baik menunjukkan peningkatan perkembangan kognitif dan fisik, memungkinkan pembelajaran, pemecahan masalah, dan interaksi sosial yang lebih baik. Pendidikan gizi meningkatkan kesadaran orang tua dan mengarah pada praktik pencegahan terhadap stunting dan wasting.

Kesimpulan dan Saran

Inisiatif pendidikan ini secara signifikan meningkatkan pemahaman orang tua tentang kekurangan gizi dan mempromosikan praktik pemberian makan yang lebih baik untuk balita. Pencegahan dini melalui program tersebut dapat menurunkan angka gizi buruk dan konsekuensinya, termasuk stunting dan kematian bayi.

Saran:

Melanjutkan pendidikan dan dukungan rutin melalui puskesmas.

Perluas program ke area berisiko tinggi lainnya.

Berkolaborasi dengan pemerintah daerah dan LSM untuk meningkatkan dukungan sosial ekonomi bagi keluarga berisiko.

Pengakuan

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Rantang Health Center, semua ibu yang berpartisipasi, dan tenaga kesehatan masyarakat atas keterlibatan aktif mereka. Terima kasih khusus kepada STIKes Mitra Husada Medan atas bimbingan akademik dan dukungan logistik selama proyek ini.

References

- Ertiana, D. & Zain, S.B. (2023). Mother's Education and Knowledge on Child Nutrition. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(1).
- Fatimah, S. et al. (2008). Contributing Factors to Child Nutrition in Ciawi, Tasikmalaya.
- Fazilah, Z. et al. (2022). Post-Disaster Malnutrition Management. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 5, 312–319.
- Lestari, A. & Hanim, D. (2020). Stunting Prevention through Cadre Education. *AgriHealth*, 1(1), 7.
- Mustangin, M. (2017). Women's Role in Climate Action. *Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat*, 4(1), 80–89.
- Rumahorbo, R.M. et al. (2020). Child Development Factors in Deli Serdang. *CHMK Health Journal*, 4.
- Setyaningsih, E. (2018). Booklet Education Effects on Nutritional Knowledge. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 13(2).
- Sitorus, F. et al. (2022). Nutritional Education for Toddlers in Langkat. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 3.

Suryati et al. (2018). Effects of Booklet Education on Knowledge. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 13(2), 91–95.

Sutraningsih, W. et al. (2021). Stunting Prevention Strategies in Aceh. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 7(1), 49–68.

Wigati, A. et al. (2022). Balanced Nutrition Education to Prevent Stunting. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 4(2), 155–162.

Wulansari, A. & Junita, D. (2023). Nutritional Education for Mothers of Undernourished Toddlers. *Jurnal Abdimas Kesehatan*, 5(3), 565.

Yasin, Z. et al. (2020). Demonstration Method to Improve Mothers' Nutritional Practices. *The Indonesian Journal of Health Science*, 12(2), 130–136.

FORISMA-VI
2025

STIKes Mitra Husada Medan