# Edukasi Penanggulangan Gizi Buruk pada Balita Dalam Pemantauan Rumah Sehat di Desa Pantai Cermin

**Syafriani[1], Ari Bandana Tasrif[2], Rani Irinericy[3], Sahariah[4], Viva Starlista[5], Nita Rustanti[6], Muniroh Muniroh[7], Mailisa Irhamna[8]**

[1)]Kesehatan Masyarakat, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai
[2)] Fakultas Kedokteran, Universitas Syiah Kuala
[3)] Prodi DIII Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Bogor Raya
[4)] Prodi Keperawatan, Universitas Sulawesi Barat
[5)] Program Studi Farmasi, Universitas Sriwijaya
[6)] Politeknik Pajajaran
[7)] Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta
[8)]STIKes Husada Borneo

Email: syafrianifani@gmail.com

**Abstrak**

Masalah gizi buruk pada balita masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat di Indonesia yang dapat berdampak pada pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta kualitas sumber daya manusia di masa depan. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah masalah tersebut adalah melalui peningkatan pengetahuan ibu mengenai pemenuhan gizi balita. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai penanggulangan gizi buruk melalui edukasi kesehatan dalam pemantauan rumah sehat. Kegiatan dilaksanakan di Desa Pantai Cermin, Kecamatan Tapung, Kabupaten Kampar dengan sasaran ibu yang memiliki balita. Metode kegiatan meliputi tahap observasi, persiapan, pelaksanaan edukasi kesehatan, serta evaluasi kegiatan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa ibu-ibu peserta memiliki antusiasme yang tinggi selama kegiatan penyuluhan serta menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai penyebab, dampak, serta upaya pencegahan gizi buruk pada balita. Edukasi kesehatan yang dilakukan secara langsung terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang bagi balita. Kegiatan ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku keluarga dalam pemenuhan gizi anak serta meningkatkan kesadaran masyarakat dalam melakukan pemantauan pertumbuhan balita secara rutin melalui kegiatan posyandu.

**Kata kunci**: Gizi Buruk, Balita, Edukasi Kesehatan, Rumah Sehat

**Abstract**

Malnutrition among toddlers remains a public health issue in Indonesia, impacting physical growth, cognitive development, and the quality of future human resources. One way to prevent this problem is by improving mothers' knowledge about meeting toddler nutritional needs. This community service activity aims to increase mothers' knowledge of malnutrition prevention through health education and monitoring of healthy homes. The activity was conducted in Pantai Cermin Village, Tapung District, Kampar Regency, targeting mothers with toddlers. The activity included observation, preparation, implementation of health education, and evaluation. The results showed that participating mothers demonstrated high enthusiasm during the outreach activities and demonstrated an increased understanding of the causes, impacts, and prevention of malnutrition in toddlers. Direct health education has proven effective in increasing community knowledge about the importance of providing balanced nutrition for toddlers. This activity is expected to encourage changes in family behavior regarding children's nutritional needs and increase public awareness of routine toddler growth monitoring through integrated health service posts (Posyandu).

**Keywords:** Malnutrition, Toddlers, Health Education, Healthy Homes

## PENDAHULUAN

Pencapaian pembangunan kesehatan dinilai dengan derajat kesehatan masyarakat. Derajat kesehatan digambarkan dengan situasi mortalitas, morbiditas, dan status gizi masyarakat. Ketidak

seimbangan gizi dapat menurunkan kualitas SDM. Pertumbuhan dan perkembangan anak sangat membutuhkan gizi yang cukup agar tidak terjadi penyimpangan pada pertumbuhan dan perkembangan anak (Riani, Syafriani, and Syahrial 2019). Status gizi merupakan salah satu penyebab kajadian dismenore, status gizi yang mengalami berat badan berlebih merupakan faktor resiko dari dismenore, didapatkan 68,25% yang dismenore dengan status gizi overweight (Syafriani, Aprilla, and Zurrahmi 2021).

Balita merupakan kelompok usia yang sangat rentan mengalami masalah gizi karena berada pada masa pertumbuhan yang pesat. Untuk menunjang proses pertumbuhan tersebut diperlukan asupan energi dan zat gizi yang cukup seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral sesuai dengan kebutuhan tubuh. Kekurangan asupan gizi dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak.

Menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak agar sesuai dengan tahapan usia secara normal, memerlukan konsumsi energi dan zat gizi yang adekuat dan mengandung zat gizi berupa karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral sesuai dengan Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan oleh Peraturan Menteri Kesehatan No. 75 tahun 2013 (Riani, Syafriani 2020). Mengingat jumlah balita di Indonesia sangat besar yaitu sekitar 10% dari seluruh populasi, maka sebagai calon generasi penerus bangsa, kualitas tumbuh kembang balita di Indonesia perlu mendapat perhatian serius yaitu mendapat gizi yang baik, stimulasi yang memadai serta terjangkau oleh pelayanan kesehatan berkualitas termasuk deteksi dan intervensi dini penyimpangan tumbuh kembang sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal sesuai dengan potensi genetiknya dan mampu bersaing di era global (Syafriani, Cahyani, and Alini 2024). Beberapa faktor yang mempengaruhi masalah stunting terhadap bayi dan balita yaitu faktor ibu dan pola asuh ibu yang kurang baik terutama perilaku dan praktik pemberi makanan kepada anak yang dapat menyebabkan anak menjadi stunting apabila tidak memberi asupan gizi yang cukup baik. Faktor lain yang dapat mempengaruhi stunting yaitu pendidikan ibu, pendapatan keluarga, pengetahuan ibu, pemberian ASI ekslusif, umur pemberian MP-ASI, tingkat kecukupan zink, tingkat kecukupan zat besi, riwayat penyakit infeksi, dan faktor genetik dari orang tua (Syafriani, Ismalinda, and Fitri 2024).

Jumlah balita di Indonesia yang cukup besar menjadikan perhatian terhadap kesehatan dan status gizi balita sangat penting. Balita yang mengalami kekurangan gizi berisiko mengalami gangguan pertumbuhan, penurunan daya tahan tubuh, serta gangguan perkembangan kognitif. Beberapa faktor yang mempengaruhi status gizi balita antara lain tingkat pendidikan ibu, pengetahuan ibu tentang gizi, pola asuh, kondisi ekonomi keluarga, serta riwayat penyakit infeksi.

Pengetahuan seorang ibu merupakan faktor penting dalam mempengaruhi status gizi balita. Tingkat pengetahuan merupakan kemampuan seseorang dalam memahami konsep dan prinsip serta informasi terkait gizi. Tingkat pengetahuan pada kalangan perempuan sangat penting untuk mencapai kesehatan balita. Terutama ibu balita merupakan sosok penting dalam mempengaruhi tumbuh kembang anak. Ibu dianggap sebagai sasaran utama pendidikan gizi keluarga, karena ibu memiliki peran sebagai pengatur makan keluarga (Syafriani, Sari, and Lasepa 2024). Saat ini terdapat sekitar 18% anak balita (3,2 juta) menderita kekurangan gizi yang tersebar di seluruh wilayah di Indonesia. Secara nasional prevalensi balita gizi buruk sebesar 4,9% dan kekurangan gizi 17,9 %, Berdasarkan data riset kesehatan dasar (Riskesdas 2013), prevalensi status gizi balita berdasarkan indikator BB/TB provinsi Riau tahun 2013 salah satunya yang tertinggi memiliki status gizi balita dengan status gizi buruk adalah kabupaten kuantan singingi dengan prevalensinya 5,6%. Hal ini hampir mendekati prevalensi balita secara nasional sebesar 4,9% (Syafriani 2016)

Cara untuk mendeteksi gizi buruk pada Balita diantaranya dengan pengukuran klinis atau antropometri. Pengukuran klinis merupa- kan metode yang penting untuk mengetahui status gizi Balita berdasarkan perubahan- perubahan yang terjadi pada tubuh anak. Hal ini dapat dilihat pada jaringan epitel seperti kulit, rambut, atau mata. Adapun antropometri didasarkan pada ukuran tubuh manusia dan dilakukan sesuai dengan usia anak (Ernawati 2019). Gizi kurang dan Gizi buruk merupakan status kondisi seseorang yang kekurangan nutrisi, atau nutrisinya dibawah rata-rata. Gizi kurang adalah kekurangan bahan-bahan nutrisi seperti protein, karbonhidrat, lemak, dan vitamin yang dibutuhkan oleh tubuh (Alamsyah et al. 2017). Anak usia 2-5 tahun merupakan kelompok umur anak yang rawan untuk mengalami keadaan kurang gizi. Kelompok umur ini jarang mendapatkan pemeriksaan atau penimbangan secara rutin di posyandu, perhatian orangtua

terhadap kualitas makanan juga berkurang, baik makanan pokok ataupun makanan kecil (selingan) karena anak mulai bisa memilih atau membeli sendiri makanan yang diinginkannya, sedangkan aktifitas fisik anak kelompok umur ini cukup tinggi (Zian, Sudirman, and Ayu 2022).

Secara nasional upaya pencegahan gizi buruk dilakukan melalui 3 tahap dalam jangka pendek, pelaksanaan penanggulangan gizi buruk mencakup sistem kewaspadaan dini secara intensif, pelacakan kasus dan penemuan kasus baru serta menangani kasus gizi buruk dengan perawatan di puskesmas dan posyandu dengan mengaktifkan kegiatan preventif dan promotif, meningkatkan cakupan dan kualitas pelayanan kesehatan termasuk tatalaksana gizi buruk bagi petugas rumah sakit dan puskesmas perawatan serta pemberdayaan keluarga di bidang ekonomi, pendidikan dan ketahanan pangan (Khoiriyah and Wahyuningsih 2016). Masa kritis pertumbuhan dan perkembangan terhadap risiko stunting, dimulai pada 1000 Hari pertama Kehidupan (HPK), Selain memengaruhi pertumbuhan anak, stunting juga memengaruhi fungsi kognitif. Anak dengan stunting memiliki tingkat kecerdasan lebih rendah dan berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia (SDM) (Wuriningsih, Sari, and Khasanah 2021). PHBS adalah semua kesehatan yang dilakukan untuk meningkatkan derajat kesehatan agar terhidar dari penyakit yang didalamnya terdapat 13 indikator PHBS yang diambil dari buku Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengan tahun 2015 dikatakan PHBS murni karena beberapa indicator gizi didalam PHBS sudah terdapat dalam variabel KADARZI (keluarga sadar gizi). Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dimaksudkan untuk mewujudkan rumah tangga serta lingkungan yang sehat (Amellia and Wahyani 2020).

Perilaku merupakan faktor terbesar kedua setelah faktor lingkungan yang mempengaruhi kesehatan individu. Oleh sebab itu, dalam rangka membina dan meningkatkan kesehatan masyarakat, intervensi yang ditunjukan kepada faktor perilaku ini sangat strategis. Pemberdayaan masyarakat harus dimulai dari rumah tangga, karena rumah tangga yang sehat merupakan aset pembangunan di masa depan yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Semua anggota keluarga dapat menjadi rawan terkena penyakit infeksi, salah satunya adalah balita. Infeksi dapat menyebabkan kurang gizi atau sebaliknya (Widjanarko and Em 2017).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat adalah melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi kesehatan. Melalui kegiatan ini diharapkan ibu yang memiliki balita dapat memahami pentingnya pemberian makanan bergizi serta mampu menerapkan pola makan sehat bagi anak.

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Pantai Cermin Kecamatan Tapung Kabupaten Kampar dengan sasaran ibu yang memiliki balita. Tahapan kegiatan meliputi: 1. Tahap Observasi: Mengidentifikasi kondisi masyarakat dan menentukan lokasi kegiatan.2. Tahap Persiapan: Pengurusan izin kegiatan serta persiapan materi penyuluhan. 3. Tahap Pelaksanaan: Penyuluhan kesehatan mengenai pengertian gizi buruk, penyebab, dampak, dan cara pencegahannya. 4. Tahap Evaluasi dan Pelaporan: Evaluasi kegiatan serta penyusunan laporan pengabdian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai edukasi penanggulangan gizi buruk pada balita dilaksanakan di Desa Pantai Cermin Kecamatan Tapung Kabupaten Kampar dengan sasaran utama ibu yang memiliki balita dalam pemantauan rumah sehat. Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pentingnya pemenuhan gizi yang seimbang bagi balita.

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan penyampaian materi mengenai pengertian gizi buruk, faktor penyebab terjadinya gizi buruk pada balita, dampak yang dapat ditimbulkan terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, serta berbagai upaya pencegahan yang dapat dilakukan oleh keluarga. Materi disampaikan dengan menggunakan metode ceramah interaktif agar peserta dapat memahami informasi yang diberikan secara lebih mudah.

Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang cukup tinggi. Hal ini terlihat dari keaktifan ibu-ibu dalam mengikuti penyuluhan serta banyaknya pertanyaan yang

diajukan terkait permasalahan gizi pada anak. Beberapa pertanyaan yang muncul antara lain mengenai jenis makanan yang baik untuk balita, cara mengatasi anak yang sulit makan, serta pentingnya pemberian makanan pendamping ASI yang sesuai dengan usia anak.

Selain penyampaian materi, tim pengabdian juga melakukan diskusi interaktif dengan peserta mengenai kondisi lingkungan rumah, kebiasaan pemberian makanan pada anak, serta praktik pemantauan pertumbuhan balita melalui kegiatan posyandu. Diskusi ini bertujuan untuk mengetahui kondisi nyata yang dialami oleh masyarakat serta memberikan solusi yang dapat diterapkan secara praktis dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil kegiatan tersebut, terlihat bahwa ibu-ibu yang mengikuti penyuluhan memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya pemenuhan gizi bagi balita. Peserta juga mulai memahami bahwa gizi buruk tidak hanya disebabkan oleh kurangnya makanan, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain seperti pola asuh, kebersihan lingkungan, serta kebiasaan hidup sehat dalam keluarga.



**Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan**

## PEMBAHASAN

Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu strategi promotif dan preventif dalam meningkatkan status kesehatan masyarakat. Melalui kegiatan edukasi, masyarakat dapat memperoleh informasi yang benar mengenai masalah kesehatan serta cara pencegahannya. Gizi buruk pada balita merupakan permasalahan kesehatan masyarakat yang dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pola makan, pengetahuan orang tua, kondisi ekonomi keluarga, serta kebersihan lingkungan. Peningkatan pengetahuan ibu merupakan salah satu strategi penting dalam upaya pencegahan gizi buruk.

Kegiatan penyuluhan kesehatan dalam pengabdian kepada masyarakat ini terbukti memberikan dampak positif dalam meningkatkan pemahaman ibu mengenai pentingnya pemenuhan gizi balita. Edukasi yang dilakukan secara langsung memberikan kesempatan bagi peserta untuk bertanya dan berdiskusi mengenai permasalahan yang mereka hadapi dalam pemberian makanan kepada anak.

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga mendorong perubahan perilaku kesehatan dalam keluarga. Ibu yang memahami pentingnya gizi seimbang diharapkan dapat menerapkan pola makan yang lebih sehat bagi anak serta rutin memantau pertumbuhan anak melalui kegiatan posyandu. peningkatan pengetahuan ibu diharapkan dapat mempengaruhi perilaku dalam memberikan makanan bergizi kepada anak serta menjaga kesehatan lingkungan rumah tangga.

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai edukasi penanggulangan gizi buruk pada balita di Desa Pantai Cermin berjalan dengan baik dan memberikan peningkatan pengetahuan kepada ibu yang memiliki balita mengenai pentingnya pemenuhan gizi bagi anak.

## SARAN

Diharapkan masyarakat, khususnya ibu yang memiliki balita, dapat terus memperhatikan pemenuhan gizi anak melalui pemberian makanan bergizi seimbang serta rutin memantau pertumbuhan anak melalui kegiatan posyandu.

**UCAPAN TERIMAKASIH**

Kami mengucapkan banyak terimakasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung hingga terselesaikannya kegiatan ini

**DAFTAR PUSTAKA**

Alamsyah, Dedi et al. 2017. "Beberapa Faktor Risiko Gizi Kurang d an Gizi Buruk p Ada Balita 12-59 Bulan (Studi Kasus d i Kota Pontianak)." *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas* 2(1): 1–8.

Amellia, Rizki, and Anggray Duvita Wahyani. 2020. "Hubungan Perilaku Keluarga Sadar Gizi ( Kadarzi ) Dan Perilaku Hidup Bersih Sehat ( PHBS ) Dengan Status Gizi Balita 24-59 Bulan." *Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan* 2(01): 18–22.

Ernawati, Aeda. 2019. "Analisis Implementasi Program Penanggulangan Gizi Buruk Pada Anak Balita Di Puskesmas Jakenan Kabupaten Pati." *Jurnal Litbang* 15(1): 39–50.

Khoiriyah, Naila Ulfa, and Sri Wahyuningsih. 2016. "Studi Implementasi Program Penanggulangan Gizi Buruk Di Wilayah Kerja Puskesmas Tahunan Kabupaten Jepara." *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 4(1): 9–47.

Riani, Syafriani, Syahrial. 2020. "Pengaruh Konsumsi Kreasi Singkong Sebagai Pangan Jajanan Anak Sekolah (Pjas) Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Energi Dan Zat Gizi Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Bangkinang Kota Tahun 2019." *Jurnal Ners* 4(1): 89–91.

Riani, Syafriani, and Syahrial. 2019. "Pengaruh Kreasi Singkong Sebagai Pangan Jajanan Anak Sekolah (Pjas) Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Energi Dan Zat Gizi Anak Sekolah Dasar Sekabupaten Kampar Tahun 2019." *jurnal Ners* 3(1): 13–22.

Syafriani. 2016. "Efektifitas Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Tentang Menu Seimbang Balita Di Posyandu Melati Desa Muara Langsat Kuantan Singingi 2016 Syafriani." *Jurnal Obsesi* 2(2): 1–7.

Syafriani, Nia Aprilla, and Z R Zurrahmi. 2021. "Hubungan Status Gizi Dan Umur Menarche Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Di Sman 2 Bangkinang Kota 2020." *jurnal Ners* 5(1): 32–37.

Syafriani, Yuyun Febri Cahyani, and Alini. 2024. "Gambaran Perkembangan Balita Usia 24-54 Bulan Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Tambang." *Jurnal Kesehatan Terpadu* 3(2): 495–501.

Syafriani, Ismalinda, and Rahmi Pramulia Fitri. 2024. "Faktor Yang Mempengaruhi Risiko Kejadian Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Pekanbaru Tahun 2022." *Indonesia Journal Of Science* 1(1): 30–38.

Syafriani, Rika Rosvita Sari, and Wanda Lasepa. 2024. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Wasting Pada Balita Usia 12-23 Bulan Di Desa Padang Mutung." *Indonesia Journal Of Science* 60(3): 845–56.

Widjanarko, Bagoes, and Mexitalia Setiawati Em. 2017. "Hubungan Perilaku Keluarga Sadar Gizi ( KADARZI ) Dan Perilaku Hidup Bersih Sehat ( PBHS ) Pada Tatanan Rumah Tangga Dengan Status Gizi Balita Usia 24-59 Bulan." *Jurnal Gizi Indonesia* 5(2): 88–97.

Wuriningsih, Apriliani Yulianti, Dyah Wiji Puspita Sari, and Nopi Nur Khasanah. 2021. "Pendampingan Kelompok Pendamping Stimulasi Tumbuh Kembang (KP-Stimulan) Berbasis Self Help Group Di Rumah Sehat Anti Stunting." *Jurnal Community Empowerment* 6(4): 555–62.

Zian, Fazilah, Sudirman, and Lestari Ayu. 2022. "Manajemen Penanggulangan Gizi Kurang Pasca Bencana Di Puskesmas Talise Kota Palu." *Jurnal Kolaboratif Sains* 05(06): 312–19.