

## PENINGKATAN PERAN ORANG TUA DALAM PEMENUHAN GIZI SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING PADA BALITA

Ni Putu Widari<sup>1</sup>, Erika Untari Dewi<sup>2</sup>, Eny Astuti<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>STIKes William Booth Surabaya, Jl.Cimanuk No 20 Surabaya

Email: [putuwidari10@gmail.com](mailto:putuwidari10@gmail.com)

### ABSTRAK

Pemberian nutrisi balita yang kurang atau buruk di seribu hari pertama kehidupannya dapat berdampak pada konsekuensi yang *irreversibel*, yaitu kondisi dimana ia mengalami pertumbuhan terhambat atau *stunting*. Orang tua khususnya ibu memiliki peran penting dalam memberikan pengasuhan terutama dalam memenuhi kebutuhan nutrisi yang seimbang bagi balita. Tujuan dilakukan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan kesehatan ini adalah untuk memberikan informasi kepada orang tua khususnya ibu tentang peran orang tua dalam pemberian nutrisi yang seimbang untuk mencegah kejadian stunting pada balita. Metode yang digunakan adalah dengan memberikan informasi dalam bentuk penyuluhan kesehatan melalui aplikasi zoom pada 21 ibu yang memiliki balita. Teknik pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner dalam bentuk googleform yang diisi oleh para audien. Hasil yang didapatkan adalah 98% orang yang memiliki pengetahuan baik tentang konsep stunting, sebanyak 85% orang yang memiliki pengetahuan baik tentang konsep nutrisi, sebanyak 97% orang yang memiliki pengetahuan baik tentang konsep dukungan keluarga. Kesimpulan dari pengabdian masyarakat ini adalah peran keluarga khususnya ibu sangat mempengaruhi pemenuhan keseimbangan gizi bagi balitanya. Dengan kecukupan gizi yang seimbang diharapkan akan mencegah terjadinya stunting pada balita.

**Kata Kunci :** Nutrisi pada Balita, Peran Keluarga, *Stunting*.

### ABSTRACT

*Inadequate or poor nutrition for toddlers in the first thousand days of life can have irreversible consequences, namely conditions in which they experience stunted growth or stunting. Parents, especially mothers, have an important role in providing care, especially in meeting the nutritional needs of toddlers. The purpose of community service in the form of health counseling is to provide information to parents, especially mothers, about the role of parents in providing balanced nutrition to prevent stunting in toddlers. The method used is to provide information in the form of health education through the zoom application to 21 mothers who have toddlers. The data collection technique was carried out by distributing questionnaires in the form of a google form filled out by the audience. The results obtained were 98% of people who had good knowledge of the stunting concept, 85% of people who had good knowledge of the concept of nutrition, 97% of people who had good knowledge of good about the concept of family support*

*The conclusion from this community service is that the role of the family, especially mothers, greatly influences the fulfillment of nutritional balance for their toddlers. With a balanced nutritional adequacy, it is hoped that it will prevent stunting in toddlers.*

**Keywords:** *Nutrition in Toddlers, Family Roles, Stunting.*

## **PENDAHULUAN**

Kepatuhan terhadap pola makan seimbang bagi anak di Indonesia masih menjadi hal yang perlu diperhatikan oleh semua pihak terutama orang tua. Hal ini karena gizi seimbang memegang peranan yang sangat penting dalam proses tumbuh kembang anak. Mengikuti diet seimbang juga dapat mencegah kematian anak-anak. Stunting merupakan kondisi kekurangan gizi pada anak yang biasanya ditandai dengan perawakan pendek dan kecil. Stunting bisa terjadi pada siapa saja. Penyakit ini disebabkan oleh kekurangan gizi kronis dalam jangka waktu yang lama. Risiko stunting muncul sejak 1.000 hari pertama kehidupan seorang anak. Masa awal kehidupan ini dihitung dari tumbuh kembang bayi dalam kandungan ibu. Oleh karena itu, penting untuk mengedukasi orang tua tentang pola makan yang bergizi tinggi, pola asuh yang mengutamakan tumbuh kembang anaknya, serta pola hidup

yang sehat. Hal pertama yang harus diketahui orang tua adalah tentang kecukupan gizi untuk tumbuh kembang bayinya. Sebuah penelitian pada tahun 2019 menunjukkan beberapa nutrisi yang harus selalu diberikan kepada anak-anak. Ini termasuk vitamin A, seng, mikronutrien omega-3, dan protein whey. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang mengalami stunting pada balita.

Hasil Riskesdas tahun 2013 menunjukkan bahwa di Indonesia 23 juta balita kurang lebih 7,6 juta balita berhenti sebesar 37,2% dibandingkan tahun 2010 (35,6%) dan tahun 2007 (36,8%) tidak menunjukkan penurunan/peningkatan yang berarti (Kemenkes RI, 2013). Menurut hasil PSG tahun 2015 angka kejadian stunting di Provinsi Ostjava sebesar 27,1%, dimana 17,6% diantaranya pendek dan 9,5% sangat pendek. Menurut UNICEF Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF), satu dari tiga anak

terganggu. Sekitar 40% anak di pedesaan mengalami peningkatan pertumbuhan. Selain mendidik tentang gizi, orang tua juga harus memahami pola asuh dan menjalani pola hidup sehat. Orang tua terbaik adalah orang tua yang mengutamakan tumbuh kembang anak. Termasuk pentingnya berkonsultasi dengan dokter dan menentukan lebih lanjut kebutuhan nutrisi anak sesuai usia dan aktivitasnya. Keluarga juga dihimbau untuk menjaga kebersihan tempat tinggal, termasuk perbaikan lingkungan dan air bersih. Pastikan sumber air layak untuk digunakan. Penyiram juga harus jauh dari tempat pembuangan kotoran atau limbah dengan jarak minimal 10 meter. Lingkungan dan sumber air yang tidak bersih membuat anak rentan terhadap infeksi dan penyakit. Data WHO menyebutkan bahwa infeksi, seperti diare, pneumonia, dan cacingan, mempengaruhi tumbuh kembang anak. Paparan bakteri menyebabkan peradangan, merusak sistem pencernaan dan mengurangi kemampuan anak untuk menyerap nutrisi. Orang tua juga disarankan untuk selalu menjalani pola hidup bersih dan sehat. Misalnya, anak-anak diajarkan untuk membuang sampah pada tempatnya sedini mungkin, menyikat gigi secara teratur dan selalu mencuci tangan sebelum dan sesudah makan. Pembiasaan bersih ini dilakukan secara sejalan antara anak dan orang tua sehingga dapat dilakukan secara konsisten. Orang tua

yang memahami kebutuhan anaknya, mulai dari kecukupan gizi, pola asuh, hingga gaya hidup, dapat meminimalisir risiko anak menderita stunting. Anak-anak yang tumbuh kembangnya dengan baik tentunya akan memiliki kesempatan terbaik untuk mengembangkan bakatnya secara optimal. Selengkapnya tentang teks sumber ini Diperlukan sumber teks untuk mendapatkan informasi tambahan Kirim masukan coba panel Selengkapnya tentang teks sumber ini Membutuhkan sumber teks untuk mendapatkan informasi tambahan terjemahan Kirim masukan Panel samping

## **METODE**

Kegiatan pada pengabdian masyarakat yang kedua adalah Penyajian materi yang dilakukan dalam kegiatan ini melalui ceramah, diskusi dengan Materi promosi kesehatan yang diberikan adalah, konsep stunting, nutrisi pada balita dan konsep peran keluarga dalam mencegah stunting pada balita. Sebelum di mulai a) pendekatan kepada sasaran yakni para ibu dari balita . b) Pembuatan proposal dan penyelesaian administrasi perijinan tempat atau lokasi pengabdian masyarakat. c) Pembuatan materi Pendidikan kesehatan d) pembuatan Media Pendidikan Kesehatan secara daring. Kegiatan akan dilaksanakan secara daring melalui zoominar.

Sebelum kegiatan ceramah, dilakukan pretest dan setelah selesai kegiatan dilakukan posttest berupa pemberian kuesioner dengan mengisi pada link *Google Form* yang sudah di buat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan diadakan pada tanggal 06 Oktober 2021 melalui aplikasi zoom yang dilakukan pada pukul 10.30 sampai dengan selesai dalam kurun satu kali pertemuan melalui daring. Pelaksanaan kegiatan abdimas ini ditujukan bagi orang tua yang memiliki balita di wilayah binaan ners 2021 Surabaya dengan jumlah 21 ibu yang memiliki balita

Kegiatan ini terdiri dari dua tahapan yang meliputi edukasi (penyuluhan) dengan ceramah serta diskusi, serta video pelatihan untuk meningkatkan ketrampilan orang tua mengenal tentang makanan yang mengandung gizi seimbang bagi balita. Kegiatan ini dilakukan secara online melalui aplikasi zoom. Metode Belajar yang digunakan meliputi ceramah dan tanya jawab dengan materi pertama tentang konsep stunting, perkembangan pada balita dan nutrisi seimbang yang mendukung perkembangan balita dan mencegah stunting. Materi tersebut disampaikan secara berurutan dan setiap pembicara selesai memberikan materi dilanjutkan tanya jawab dengan peserta. Peserta tampak

antusias saat mengikuti pemberian materi, menyimak dan memperhatikan setiap materi yang diberikan. Beberapa peserta mengungkapkan jika materi yang diberikan sangat membantu orang tua dalam mengenal nutrisi seimbang bagi balita dalam upaya pencegahan stunting. Kegiatan Pengabdian Masyarakat juga melakukan kegiatan Pre-test dan Post-test berupa Kuesioner yang diambil dari materi yang dipaparkan. Tujuan penilaian ini adalah ingin mengetahui pengetahuan orang tua dalam memahami materi yang telah diberikan. Kuesioner yang diberikan berupa pengetahuan dengan rincian soal sebanyak 10 soal. Hasilnya adalah sebagian masyarakat binaan ners 2021 sebelum diberikannya pendidikan kesehatan terkait **“Peran Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita”** sebanyak 68% orang yang memiliki pengetahuan baik tentang konsep stunting, sebanyak 75% orang yang memiliki pengetahuan baik tentang konsep nutrisi, sebanyak 57 % orang yang memiliki pengetahuan tentang konsep dukungan keluarga. Tetapi setelah dilakukannya kegiatan penyuluhan kesehatan tentang didapatkan hasil sebanyak 98% orang yang memiliki pengetahuan baik tentang konsep stunting, sebanyak 85% orang yang memiliki pengetahuan baik tentang konsep nutrisi, sebanyak 97 %

orang yang memiliki pengetahuan tentang konsep dukungan keluarga.

Tabel Pengetahuan Pre dan Post Pendidikan Kesehatan

Pengetahuan	Pre	Post
Pengetahuan Baik konsep stunting	68%	98%
Pengetahuan Baik konsep nutrisi	75%	85%
Pengetahuan Baik konsep dukungan keluarga	57%	97%

Hal ini berarti sebagian keluarga sudah memiliki peran yang baik dalam meningkatkan pemenuhan nutrisi pada balita sehingga dengan pengetahuan yang baik ibu diharapkan mampu untuk memberikan nutrisi yang seimbang yang tentunya usaha tersebut akan dapat mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan balita sehingga dapat mencegah terjadinya stunting pada balita.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aditianti., 2010. *Faktor Determinan Stunting pada Anak Usia 24-59 Bulan di Indonesia*. Tesis pada Program Studi Mayor Gizi Masyarakat. IPB Bogor.
- Agria, R., 2012. *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Fitamarya.
- Alderman, H., dan Shekar, M., 2011. *Nutrition, Food Security and Health*. Philadelphia: Elsevier Saunders.
- Almatsier, S., 2011. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Allen, L., dan Gillespie, S., 2001. *What Works? a Review of the Efficacy and Effectiveness of Nutrition Intervention*. Nutrition Policy Paper.
- Anisa, P., 2012. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Stunting pada Balita Usia 25-60 Bulan di Kelurahan Kalibaru Depok*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Ari, Y., 2008. *Gizi dan Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Arifin, D.Z., dkk., 2012. *Analisis Sebaran dan Faktor Resiko Stunting pada Balita di Kabupaten Purwakarta*. Epidemiologi Komunitas FKUP Bandung
- Astari, L.D., Nasoetion, A., dan Dwiriani, C.M., 2006. *Hubungan Konsumsi ASI dan MP-ASI serta Kejadian Stunting Anak Usia 6-12 Bulan di Kabupaten Bogor*. Skripsi. Bogor: Media Gizi dan Keluarga.
- Yudianti, Rahmat H.S., 2015. *Pola Asuh dengan Kejadian Stunting pada Balita (Studi di Kabupaten Polewali Mandar)*. Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Mamuju