

## **Edukasi Tentang Gizi Pada Balita Di Kecamatan Secanggang Langkat**

**Friska Sitorus<sup>1</sup>, Dewi R Bancin<sup>2</sup>, Surya Anita<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Prodi S1 Kebidanan Universitas Sari Mutiara Indonesia, Indonesia

Email : [friskasitorus277@gmail.com](mailto:friskasitorus277@gmail.com)

### **Abstrak**

Anak balita merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat, namun kelompok ini merupakan kelompok tersering yang menderita kekurangan gizi. Bila gizi buruk terjadi pada balita, maka perkembangan otaknya pun kurang sehingga akan berpengaruh pada kehidupannya khususnya aktifitas fisiknya (Proverawati & Asfuah, 2015). Saat ini permasalahan yang dihadapi dunia adalah masalah gizi ganda. Masalah gizi ganda (MGG) merupakan kondisi hadirnya masalah gizi kurang bersamaan dengan gizi lebih dan obesitas di sepanjang kehidupan. Masalah gizi ganda ini, yaitu gizi kurang maupun gizi lebih, akan meningkatkan kerentanan terhadap penyakit, khususnya risiko terjadinya penyakit tidak menular (Kemkes, 2020). Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat. Yang merupakan salah satu tempat praktik mahasiswa Profesi Bidan USM-Indonesia, Kegiatan ini dilaksanakan dengan melibatkan mahasiswa S1 Kebidanan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan oleh 3 orang dosen dari program studi S1 Kebidanan USM-Indonesia, Friska Sitorus, Dewi R Bancin dan Surya Anita serta melibatkan mahasiswa S1 kebidanan. Terlaksananya kegiatan edukasi ini selama 2 hari diharapkan mitra dapat memahami informasi tentang pentingnya status gizi pada balita sehingga tidak terjadi gizi kurang dan gizi lebih.

Kata Kunci: **edukasi, gizi, balita**

### **Abstract**

*Toddlers are a group that shows rapid body growth, but this group is the most common group that suffers from malnutrition. If malnutrition occurs in toddlers, their brain development is also lacking so that it will affect their lives, especially their physical activities (Proverawati & Asfuah, 2015). Currently, the problem facing the world is a double nutritional problem. Multiple nutritional problems (MGG) is a condition of the presence of undernutrition problems along with overnutrition and obesity throughout life. This dual nutritional problem, namely undernutrition and overnutrition, will increase vulnerability to disease, especially the risk of non-communicable diseases (Kemenkes, 2020). This community service is carried out in Secanggang District, Langkat Regency. Which is one of the practice places for USM-Indonesian Midwife Profession students, this activity is carried out by involving Midwifery S1 students. This community service activity was carried out by 3 lecturers from the USM-Indonesia S1 Midwifery study program, Friska Sitorus, Dewi R Bancin and Surya Anita and involved midwifery undergraduate students. The implementation of this educational activity for 2 days is expected that partners can understand information about the importance of nutritional status in toddlers so that there is no undernutrition and overnutrition.*

Keywords: **education, nutrition, toddlers**

## PENDAHULUAN

Anak balita merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat, namun kelompok ini merupakan kelompok tersering yang menderita kekurangan gizi. Bila gizi buruk terjadi pada balita, maka perkembangan otaknya pun kurang sehingga akan berpengaruh pada kehidupannya khususnya aktifitas fisiknya (Proverawati & Asfuah, 2015).

Saat ini permasalahan yang dihadapi dunia adalah masalah gizi ganda. Masalah gizi ganda (MGG) merupakan kondisi hadirnya masalah gizi kurang bersamaan dengan gizi lebih dan obesitas di sepanjang kehidupan. Masalah gizi ganda ini, yaitu gizi kurang maupun gizi lebih, akan meningkatkan kerentanan terhadap penyakit, khususnya risiko terjadinya penyakit tidak menular (Kemkes, 2020).

Menurut data dari *World Health Organization* (WHO), bahwa 47 juta anak di bawah usia 5 tahun mengalami *wasting*, 14,3 juta sangat kurus dan 144 juta mengalami *stunting*, sedangkan 38,3 juta mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. Sekitar 45% kematian di antara anak-anak di bawah usia 5 tahun terkait dengan kekurangan gizi. Ini kebanyakan terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Pada saat yang sama, di negara-negara yang sama ini, tingkat kelebihan berat badan dan obesitas pada masa kanak-kanak meningkat (WHO, 2020).

Hampir semua negara di dunia mengalami MGG, baik negara dengan pendapatan tinggi maupun rendah. *Global Nutrition Report* tahun 2020 menunjukkan bahwa dari 143 negara di dunia, sebanyak 124 negara (86,7%) setidaknya mengalami dua masalah gizi yang serius. Dari 124 negara tersebut, sebanyak 37 negara memiliki tiga masalah gizi yang serius (*stunting* balita, anemia, dan *overweight* pada wanita dewasa). Masalah gizi ganda telah menjadi perhatian di Indonesia meskipun prioritas utama pemerintah Indonesia masih pada masalah gizi kurang, khususnya *stunting* dan gizi buruk (Kemkes, 2020).

Badan Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) untuk anak-anak, *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF), menyebut sejumlah wilayah dan negara tengah menghadapi krisis kemanusiaan yang mengerikan, di antaranya Republik Demokratik Kongo, Sudan Selatan, Nigeria, Sahel Tengah, dan Yaman. Krisis juga diperparah dengan meningkatnya kerawanan pangan serta pandemi Covid-19. Data UNICEF menunjukkan, sekitar 1,4 juta anak di Sudan Selatan diperkirakan akan

mengalami kekurangan gizi akut pada 2021. Jumlah anak yang menderita malnutrisi akut parah juga diperkirakan akan meningkat dari perkiraan 292 ribu anak pada tahun 2020, menjadi lebih dari 313 ribu anak pada tahun 2021. Sementara di Kongo, sekitar 3,3 juta anak di bawah usia lima tahun diperkirakan menderita malnutrisi akut pada tahun 2021, termasuk tidak kurang dari 1 juta anak dengan gizi buruk akut yang parah (Gunawan, 2021).

### **ANALISIS SITUASIONAL**

Masalah gizi di Indonesia melalui hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan 2018 menunjukkan 17,7% balita masih mengalami masalah gizi. Angka tersebut terdiri atas balita yang mengalami gizi buruk sebesar 3,9% dan yang menderita gizi kurang sebesar 13,8%. Sementara dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2019, bayi yang mengalami masalah gizi ditargetkan turun menjadi 17%. Adapun prevalensi balita yang mengalami *stunting* (tinggi badan di bawah standar menurut usia) sebesar 30,8%, turun dibanding hasil Riskesdas 2013 sebesar 37,2% (Kemenkes RI, 2018).

Prevalensi balita gizi buruk dan kurang di Provinsi Sumatera Utara pada tahun 2018 menurut Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 yang dilakukan oleh Badan Litbang Kementerian Kesehatan sebesar 19,67% yang terdiri dari 5,37% gizi buruk dan 14,3% gizi kurang. Dengan angka prevalensi sebesar 19,67% prevalensi gizi kurang dan gizi buruk di Sumatera Utara masih termasuk dalam kategori medium namun mendekati tinggi (standar WHO; 5-9% rendah, 10-19% medium, 20-39% tinggi, >40% sangat tinggi). Namun bila dibandingkan dengan data rutin yang diperoleh dari profil kesehatan Kabupaten/Kota dan Pemantauan Status Gizi (PSG) tahun 2018 yang diselenggarakan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara menyatakan bahwa persentase balita gizi kurang (BB/U) di Sumatera Utara hanya sebesar 1,66% (Dinkes Sumut, 2019).

Data yang diperoleh dari Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat, ditemukan 212 orang balita. Dari 212 orang balita tersebut, terdapat 18 orang balita mengalami gizi kurang dan 34 orang balita mengalami gizi lebih. Hal ini menunjukkan bahwa permasalahan gizi di Kecamatan Secanggang masih tinggi mengingat masih banyaknya balita yang mengalami gizi kurang dan gizi lebih.

Survei pendahuluan yang dilakukan di posyandu yang ada di Kecamatan Secanggang, bahwa dari 18 orang ibu yang balitanya mengalami gizi kurang, ditemukan 5 orang balita berasal dari keluarga dengan jumlah anak lebih dari 5 orang, 11 orang balita berasal dari keluarga dengan jumlah anak 3 orang dan 2 orang balita lainnya berasal dari keluarga dengan jumlah anak hanya 1 orang. Berdasarkan survei pendahuluan tersebut terlihat bahwa status gizi balita sangat terkait dengan jarak kelahiran dan jumlah anak (paritas).

### **METODE PELAKSANAAN**

Informasi mengenai beberapa permasalahan yang dihadapi mitra untuk meningkatkan pemahaman tentang gizi pada balita sebagai salah satu upaya meningkatkan pemahaman ibu-ibu yang memiliki balita tentang pemenuhan gizi yang sesuai untuk balita agar tidak terjadi status gizi kurang dan gizi lebih.

Program kemitraan masyarakat (PKM) sebagai bagian dari masyarakat yang kebetulan berkecimpung dalam dunia pendidikan, merasa terpanggil untuk ikut membantu memberikan solusi terhadap permasalahan yang dihadapi. Melalui kegiatan PKM ini dan berdasarkan analisis kebutuhan yang telah dilaksanakan, tim program kemitraan masyarakat (PKM) dapat menawarkan solusi terhadap permasalahan tersebut dengan pendekatan Ipteks, yaitu melalui kegiatan pokok :

- a. Penerapan penyampaian informasi melalui proses edukasi
- b. Pembuatan leaflet, poster atau media yang mempermudah penyampai edukasi

Manfaat yang diperoleh dari kedua mitra untuk pelaksanaan kegiatan PKM antara lain:

1. Mitra mampu memahami tentang status gizi pada balita.
2. Mitra mampu untuk memberikan makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi balitanya.

### **HASIL KEGIATAN**

Adapun hasil kegiatan adalah sebagai berikut :

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat. Yang merupakan salah satu tempat praktik mahasiswa Profesi Bidan USM-Indonesia, Kegiatan ini dilaksanakan dengan melibatkan mahasiswa S1 Kebidanan.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan oleh 3 orang dosen dari program studi S1 Kebidanan USM-Indonesia, Friska Sitorus, Dewi R Bancin dan Surya Anita serta melibatkan mahasiswa S1 kebidanan.

Kegiatan ini dilaksanakan di tempat terbuka dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan karena masih dalam masa pandemi Covid-19, dalam proses memberikan edukasi harus menguasai ilmu komunikasi dan menguasai pemahaman yang lengkap dan jelas tentang pesan yang akan disampaikan serta pemakaian media dan alat peraga yang sesuai dan tepat agar tujuan penyuluhan dapat di capai secara optimal dan efektif. tujuan penyuluhan adalah :

1. Tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga, dan masyarakat dalam membina dan memelihara perilaku sehat dan lingkungan sehat, serta berperan aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.
2. Terbentuknya perilaku sehat pada individu , keluarga, kelompok, dan masyarakat sesuai dengan konsep hidup sehat.
3. Mengubah perilaku seseorang dan/atau masyarakat dalam bidang kesehatan.

(Maryam, 2015)

Terlaksananya kegiatan edukasi ini selama 2 hari diharapkan mitra dapat memahami informasi tentang pentingnya status gizi pada balita sehingga tidak terjadi gizi kurang dan gizi lebih.

Penanganan masalah gizi sangat terkait dengan strategi sebuah bangsa dalam menciptakan sumber daya manusia yang sehat, cerdas, dan produktif. Upaya peningkatan sumber daya manusia yang berkualitas dimulai dengan cara penanganan pertumbuhan anak sebagai bagian dari keluarga dengan asupan gizi dan perawatan yang baik. Dengan lingkungan keluarga yang sehat, maka hadirnya infeksi menular ataupun penyakit masyarakat lainnya dapat dihindari. Di tingkat masyarakat seperti faktor lingkungan yang higienis, asupan makanan, pola asuh terhadap anak, dan pelayanan kesehatan seperti imunisasi sangat menentukan dalam membentuk anak yang tahan gizi buruk. Masalah gizi sebenarnya bukan masalah yang hanya disebabkan oleh kemiskinan saja. Juga karena aspek sosial-budaya (kepercayaan, pendidikan, dan pekerjaan) yang ada di masyarakat, sehingga menyebabkan tindakan yang tidak menunjang tercapainya gizi yang memadai untuk balita.

## **SIMPULAN**

Adapun hasil kesimpulan dalam pelaksanaan program kemitraan masyarakat, yaitu:

Berdasarkan hasil kegiatan edukasi yang diberikan tentang gizi pada balita kepada 30 orang ibu-ibu yang memiliki balita di Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat maka dapat diambil kesimpulan bahwa ibu-ibu yang memiliki balita remaja sudah mengikuti kegiatan selama 3 hari pada tanggal 6 – 8 Juni 2022 dan telah memahami tentang gizi pada balita.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adriani, M., & Wijatmadi, B. (2016). *Pengantar Gizi Masyarakat* (Keempat). Kencana.
- Alifariki, L. O. (2020). *Gizi Anak dan Stunting* (H. J. Siagian & Mariany (eds.); Pertama). Leutika Prio.
- Angkut, C. (2019). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Kurang pada Balita di Posyandu Desa Galudra Kecamatan Pondok Salam Kabupaten Purwakarta. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(1), 1–6. <https://doi.org/10.33024/jkm.v5i1.877>
- Ariani, A. P. (2017). *Ilmu Gizi*. Nuha Medika.
- Arisman, M. (2015). *Buku Ajar Ilmu Gizi Dalam Daur Kehidupan*. EGC.
- Azriful. (2018). Determinan Kejadian Stunting Pada Balita. *Al-Sihah: Public Health Science Journal*, VI(I), 192–203.
- Badriah, D. L. (2016). *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi* (Kedua). PT. Refika Aditama.
- Dinkes Sumut, 2019. (2019). Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2018. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9). <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Endra, F. (2017). *Pengantar Metodologi Penelitian (Statistika Praktis)* (Pertama). Zifatama Jawara.
- Felicia, L. (2021). Gizi Buruk. *Artikel Kesehatan*. <https://www.sehatq.com/penyakit/gizi-buruk>
- FKM UI. (2015). *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Raja Grafindo Persada.
- Gunawan, S. M. (2021). UNICEF: 10,4 Juta Anak Diperkirakan Derita Malnutrisi Akut Pada 2021. *Artikel*. <https://dunia.rmol.id>

- Hapsari, D. (2015). *Waspada Gizi Buruk Pada Balita*. Tugu Publisher.
- Harjatmo, T. P., Par'i, H. M., & Wiyono, S. (2017). *Bahan Ajar Gizi : Penilaian Status Gizi (Pertama)*. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan, Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
- Hidayah, N. (2021). Jarak Kelahiran Terhadap Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Fajar Tahun 2016. *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 6(1), 11–15. <http://publikasi.ildikti10.id/index.php/endurance/article/view/131>
- Karundeng, L. R., Ismanto, A. Y., & Kundre, R. (2015). Hubungan Jarak Kelahiran dan Jumlah Anak Dengan Status Gizi Balita Di Puskesmas Kao Halmahera Utara. *EJournal Keperawatan (e-Kep)*, 3(1), 1–9.
- Kasad, & Keumalahayati. (2020). Hubungan Jarak Kelahiran dan Jumlah Balita dengan Status Gizi Balita di Puskesmas Sapta Jaya, Aceh Tamiang. *Jurnal SAGO : Gizi Dan Kesehatan*.
- Kemendes RI. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kemkes. (2020). Gizi saat Remaja tentukan Kualitas Keturunan. *Artikel*. <https://www.kemkes.go.id/article/view>
- Kurniati, P. T., & Sunarti. (2020). *Stunting dan Pencegahannya* (Andriyanto (ed.); Pertama). Lakeisha.
- Marimbi, H. (2015). *Tumbuh Kembang, Status Gizi Dan Imunisasi Dasar Pada Balita*. Nuha Medika.
- Nurdiana, Andriani, D., & Syahradesi, Y. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Balita Di Puskesmas Ngkeran Kecamatan Lawe Alas Kabupaten Aceh Tenggara. *Jurnal Ners Nurul Hasanah*, 8(3).
- Par'i, H. M. (2016). *Penilaian Status Gizi Dilengkapi Proses Asuhan Gizi Terstandar*. EGC.
- Permenkes RI Nomor 2. (2020). *Standar Antropometri Anak*. 21(1), 1–9.
- Proverawati, A., & Asfuh, S. (2015). *Buku Ajar Gizi Untuk Kebidanan*. Nuha Medika.
- Putri, R. F., Sulastri, D., & Lestari, Y. (2015). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Anak Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(1), 254–261. <https://doi.org/10.25077/jka.v4i1.231>
- Raraningrum, V. (2021). Hubungan Jarak Kelahiran dengan Status Gizi Balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 08(1), 12–26.

- Septikasari, M. (2018). *Status Gizi Anak dan Faktor yang Mempengaruhi* (S. Amalia (ed.); Pertama). UNY Press.
- Setiaputri, K. A. (2019). Kelebihan Gizi Pada Anak Bisa Berbahaya, Ini yang Harus Dipahami Ortu. *Artikel Kesehatan*. <https://hellosehat.com/parenting/>
- Setyawati, & Hartini. (2018). *Buku Ajar Dasar Ilmu Gizi Kesehatan Masyarakat*. Deepublish.
- Trismanjaya, V. H., & Rohana, T. S. (2019). *Analisis Data Statistik Parametrik Aplikasi SPSS dan Statcal (Sebuah Pengantar Untuk Kesehatan)*. Yayasan Kita Penulis.
- Utama, H. N. (2021). Hubungan Jumlah Anak Dengan Status Gizi Anak Usia Dibawah Lima Tahun Di Puskesmas Piyungan. *Jurnal Kesehatan*. <https://dspace.uii.ac.id/handle/123456789/31871>
- WHO. (2020). Malnutrition. *Newsroom*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
- Yunianti, E. (2019). Jarak Kelahiran Mempengaruhi Status Gizi Balita di Posyandu

#### Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

