

## **PENDAMPINGAN IBU BALITA DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN GIZI UNTUK PENCEGAHAN STUNTING**

**A.A Putri Melastini<sup>1</sup> Sumiati<sup>2</sup>, Irma Nurma Linda<sup>3</sup>,  
Putu Eva Yuni Dyantari<sup>4</sup>, Titin Novayanti Dey<sup>5</sup>, Yuni Kurniawati<sup>6</sup>, Ni Putu Citra Laksmi<sup>7</sup>,  
Luh Yenny Armayanti<sup>8</sup>**

<sup>12345678</sup>Jurusan Kebidanan FK Undiksha

Email: putrimelastini@undiksha.ac.id

### **ABSTRACT**

According to the Ministry of Health's profile, the toddler period is defined as the period following birth until before the age of 59 months, which includes newborns aged 0-28 days, babies aged 0-11 months, and toddlers aged 12-59 months. This community service was carried out in Banjar Village, and the acquired data indicated that there were 405 babies and toddlers in Banjar Village, which was representative of all hamlets. In March 2024, data showed that stunting cases in Banjar Traditional Village included 13 children. **Objectives:** Increasing toddler mother companions' knowledge and awareness of nutritional demands, as well as their skills in meeting nutritional needs to prevent stunting. **Method:** This service was carried out in three stages, including the preparation stage, implementation stage, and final stage. **Conclusion:** This service went well, as evidenced by the results of the pre-test and post test, which showed an increase in post-test scores with 36 people receiving good scores, and the mother's skills in meeting nutritional needs were correct.

**Keywords:** toddlers, nutrition, stunting prevention.

### **ABSTRAK**

Dalam profil Kemenkes masa bayi balita masa setelah dilahirkan sampai sebelum berumur 59 bulan yang terdiri bayi baru lahir 0-28 hari, bayi 0-11 bulan dan anak balita usia 12 - 59 bulan. pengabdian dilakukan di desa banjar diperoleh data bahwa jumlah seluruh bayi dan balita di Desa Adat Banjar sebanyak 405 orang yang di mana data ini dari keseluruhan dusun. Pada bulan maret di peroleh data stunting di Desa Adat Banjar sebanyak 13 orang.

**Tujuan** Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman pada pendamping ibu yang memiliki balita dalam pemenuhan kebutuhan gizi untuk mencegah stunting dan meningkatkan keterampilan pendamping ibu yang memiliki balita dalam pemenuhan kebutuhan gizi untuk mencegah stunting.

**Metode:** Dalam pengabdian ini dilakukan dengan tiga tahapan yaitu: tahap persiapan, tahap pelaksanaan, tahap akhir

**Kesimpulan:** Kegiatan pengabdian ini berjalan baik dan dari hasil yang *post test* yang diperoleh sebanyak 36 orang mendapatkan nilai baik dan keterampilan ibu dalam pemenuhan kebutuhan gizi sudah benar.

**Kata kunci:** Balita, Gizi, Pencegahan Stunting

## **PENDAHULUAN**

Stunting merupakan kondisi di mana tinggi atau panjang badan yang kurang jika dibandingkan dengan usia. Dilihat pada usia anak balita akibat kekurangan gizi kronis terutama dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Kekurangan gizi sering terjadi sejak usia bayi dalam kandungan ketika masa awal setelah anak lahir dan baru akan terlihat setelah anak memiliki usia yaitu 2 tahun (Kemenkes, 2018). Penyebab stunting diakibatkan oleh banyak faktor, yaitu baik faktor yang langsung maupun tidak langsung. Jika dilihat dari faktor langsung penyebab stunting yaitu disebabkan oleh asupan makanan, berat badan lahir maupun dari penyakit. Melihat dari faktor tidak langsung diantaranya yaitu faktor budaya, pendidikan, ekonomi, pekerjaan, dan fasilitas pelayanan kesehatan (Nadimin, 2018). Menurut hasil dari Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022 yang dimana angka stunting sangat dapat mengalami penurunan jika dapat menerapkan beberapa intervensi spesifik, yang di mana dapat dilakukan terutama pada masa kehamilan dan berlanjut ke umur 6-23 bulan. Pada anak umur 6-23 bulan yang dapat dilakukan yaitu dilakukan pemantauan pertumbuhan usia balita, pemberian asi eksklusif, makanan pendamping ASI yang memiliki kandungan kaya protein hewani. Penatalaksanaan dengan masalah gizi diantaranya (gizi kurang, stunting weight faltering, gizi buruk, berat badan yang terlalu rendah) dan perluasan pemberian imunisasi (Kemenkes 2023).

Dalam profil kemenkes masa pada bayi balita adalah keadaan dimana setelah dilahirkan hingga sebelum berumur 4 tahun 11 bulan yang terdiri dari bayi baru lahir umur 0-28 hari, bayi umur 0-11 bulan dan anak balita umur 12 - 59 bulan.

Tercapainya kesehatan yang baik dan meningkatkan kesehatan di masa yang mendatang gizi memiliki peran penting dalam mewujudkan generasi di kemudian hari. Gizi yang optimal akan memberikan dampak pada

tumbuh kembang yang optimal, terhindar dari berbagai penyakit dan memiliki kecerdasan yang berdaya saing (Nardina et al., 2021).

Asupan makanan yang kurang memadai dapat disebabkan oleh berbagai hal salah satunya kurangnya pemberian edukasi tentang gizi. Pemberian makanan pendamping ASI tidak seimbang dari kandungannya akan berdampak banyak hal akan kesehatan dan pertumbuhan dan perkembangan. Seorang Ibu memiliki peran utama penting sebagai pengasuh anak. Selalu memastikan bahwa seorang anak mendapatkan asupan gizi yang cukup dan seimbang untuk pertumbuhan optimal (Kemenkes, 2018). Dari hasil studi pendahuluan diperoleh data bahwa jumlah seluruh bayi dan balita di Desa Adat Banjar sebanyak 405 orang yang dimana data ini dari keseluruhan dusun. Pada bulan maret diperoleh data stunting di Desa Adat Banjar sebanyak 13 orang yang dimana sebanyak 7 orang BB/U kurang TB/U pendek dan 1 orang memiliki BB/U sangat kurang, TB/U sangat pendek 3 orang memiliki BB/U berat badan normal TB/U pendek, 1 orang BB/U sangat pendek TB/U pendek dan 1 orang BB/U kurang TB/U sangat pendek. Melihat kasus yang terjadi sangat perlu dilakukan peningkatan derajat kesehatan pada bayi dan balita di daerah desa banjar melalui” Penampingan ibu balita dalam pemenuhan kebutuhan gizi untuk pencegahan stunting

Tujuan dilakukan pengabdian ini meningkatkan pengetahuan dan pemahaman pada pendamping ibu yang memiliki balita dalam pemenuhan kebutuhan gizi untuk mencegah stunting dan meningkatkan keterampilan pendamping ibu yang yang memiliki balita dalam pemenuhan kebutuhan gizi untuk mencegah stunting.

## **METODE**

Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan oleh tim dengan memberikan informasi pemberian nutrisi untuk mencegah stunting dan mendemonstrasikan makan memiliki nutrisi

yang baik. Tahapan-tahapan dalam pengabdian yaitu

1. Tahapan Persiapan

Tahap ini awali dengan pertemuan tim pengabdian dengan Kepala Desa banjar. Menjelaskan dan meminta ijin dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini setelah mendapatkan ijin. Tim bertemu dengan bidan desa banjar untuk mendapatkan data balita. Melakukan konfirmasi kegiatan tanggal pelaksanaan kegiatan selain itu menjelaskan metode kegiatan pengabdian dan sasaran dalam kegiatan pengabdian ini. Setelah bertemu dengan bidan desa, tim melakukan peninjauan posyandu.



Gambar 1. Tahapan Persiapan

2. Tahapan Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan berbarengan dengan kegiatan posyandu. Kegiatan ini dibagi menjadi 2 kegiatan yaitu pemberian informasi penyuluhan pemberian gizi balita dan pendampingan dalam menyiapkan makan bergizi untuk balita sesuai usia menggunakan panduan buku KIA 2020.



Gambar 2. Tahapan Pelaksanaan

3. Tahap Akhir

Tahap akhir pelaksanaan pengabdian ini adalah dengan pembuatan laporan akhir kegiatan dan laporan akan diserahkan kepada lembaga Universitas Pendidikan Ganesha selaku pemberi dana agar mengetahui bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat sudah terlaksana.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian yang telah dilaksanakan di daerah banjar berjalan dengan sangat baik dan lancar sampai selesainya kegiatan ini. Pengabdian yang telah berlangsung dan di hadiri oleh pendamping ibu balita, kader, PMKB, bidan desa dan perwakilan dari kantor desa. Kegiatan pengabdian ini dibuka dengan salah satu dari anggota yang menjadi MC dan dilanjutkan dengan pameri yang dijelaskan sekilas tentang pemenuhan gizi pada balita untuk pencegahan stunting. Pemaparan materi berlangsung selama 20 menit dan ada sesi tanya jawab. Setelah penyuluhan selesai pendampingan dalam menyiapkan makan bergizi untuk balita sesuai usia menggunakan panduan buku KIA 2020 Karakteristik responden dalam pengabdian pendamping balita.

Tabel 1 Karakteristik balita Desa Banjar

No	Karakteristik Pendamping balita	Jumlah	Persentase
----	---------------------------------	--------	------------

1	Pendidikan		
	Tidak sekolah	2	5
	SD	5	12,5
	SMP	10	25
	SMA/SMK	18	45
	D1	3	7,5
2	DIV	2	5
	Pekerjaan		
	IRT	33	82,5
	PNS	2	5
	Wiraswasta	3	7,5
3	Swasta	3	5
	Penghasilan		
	<2 Juta	39	97,5
	2-3 Juta	1	2,5
4	Paritas		
	1-2	34	85
	> 2	16	15

Sumber Data Primer 2024

Sebelum pemaparan materi kuesioner telah dibagikan kepada reponden untuk mengetahui pengetahuan awal dan di akhir pemaparan materi

Tabel 2. Hasil *Pre test*

Hail pengetahuan dengan pretest	Jumlah	Persentase
Baik	6	15
Cukup	16	4
Kurang	18	45
Total	40	100

Sumber Data Primer 2024

dilakukan kembali pembagian *post test* untuk mengukur sejauh mana sudah memahami materi yang telah didapatkan yaitu:

Tabel 3. Hasil *Post Test*

Hail pengetahuan dengan <i>post test</i>	Jumlah	Persentase
Baik	36	90
Cukup	4	10
Kurang	0	0
Total	40	100

Sumber Data Primer 2024

Tabel 4. Keterampilan ibu dalam mempersiapkan makan pendamping sesuai dengan usia

Ibu telah mempraktekan	Jumlah	Persentase
Dilakukan sudah benar	40	100%
dilakukan tapi masih salah	0	0
Tidak dilakukan	0	0
Total	40	100%

Sumber Data Primer 2024

Dari kegiatan pengabdian ini diperoleh hasil yang baik dengan melihat hasil *post test* peserta dengan nilai yang kurang sebanyak 18 orang dengan persentase (45,0 %) dan setelah penyuluhan kenaikan hasil *post test* responden dengan kategori yang baik sebanyak 36 orang dengan persentase (90,0%). Keterampilan ibu dalam mempersiapkan makan pendamping sesuai usia balita untuk mencegah stunting dikategorikan sudah benar secara keseluruhan responden(100%). Hasil ini sejalan dengan Faqiharus dkk, (2022) terdapat hasil yang berbeda pada pengetahuan ibu balita sebelum dan sesudah edukasi dan pendampingan gizi balita cegah stunting. Gizi seimbang adalah susunan asupan sehari-hari yang jenis dan jumlah zat gizinya sesuai dengan kebutuhan tubuh. Pemenuhan asupan gizi ini juga harus memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, kebiasaan hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal guna mencegah masalah gizi (Kemenkes, 2022).

Asupan makanan yang kurang memadai dapat disebabkan oleh berbagai hal salah satunya kurangnya pemberian edukasi tentang gizi. Pemberian makanan pendamping ASI tidak seimbang dari jumlah nilai gizi akan berdampak banyak hal akan kesehatan dan pertumbuhan dan perkembangan. Seorang Ibu memiliki peran utama penting sebagai pengasuh anak. Selalu memastikan bahwa seorang anak mendapatkan asupan gizi yang cukup dan seimbang untuk pertumbuhan optimal (Kemenkes, 2018).

Karakteristik responden sebagian besar memiliki pendidikan dan sebanyak 2 orang yang tidak sekolah (5,0%) dari 100%. Pengetahuan dari seseorang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya dikarenakan tingkat pendidikan. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka pengetahuan yang dimilikinya semakin baik, dan sebaliknya (Marjan, 2018). Menurut penelitian Damayanti Mesi dan Sofyan Octariana (2021) Responden berpendidikan menengah mayoritas memiliki pengetahuan yang cukup yaitu sebanyak 13 responden (43%). Responden berpendidikan menengah (SMA/ sederajat) mayoritas memiliki pengetahuan yang cukup yaitu sebanyak 13 responden (43%) (Damayanti Mesi dan Sofan Octariana, 2021). Pengetahuan pengalaman dan keyakinan pada seseorang dapat mempengaruhi keyakinan yang baik dalam pemenuhan gizi pada balita (Fasola dkk, 2018).

Responden pekerjaan yang dimana sebagian besar menjadi IRT sebanyak (33%) dan 8 orang lainnya memiliki pekerjaan swasta dan wiraswasta dan PNS. Karakteristik responden dengan penghasilan yang sebagian besar memiliki penghasilan di bawah 2 juta (97,5%) sebanyak 38 orang.

Pendapatan yang dimiliki oleh seseorang dapat dipergunakan dalam pemenuhan keberlangsungan hidupnya dan pemenuhan kebutuhannya sehari-hari (Hidayati, 2022). Menurut Aspatria dan boeky (2019) pendapatan menjadi salah satu yang mempengaruhi ketahanan pangan.

Sebagian besar dari responden memiliki paritas 1-2 orang sebanyak 36 responden memiliki pengalaman dalam mengasuh balita. Seorang ibu atau pendamping balita diharapkan mampu menciptakan pola makan yang berkualitas untuk anak balita. Dengan demikian seorang anak memiliki pola makan yang baik serta memilih makanan yang sehat melalui teladan orang tua dan keterlibatannya dalam aktivitas makan dan penyediaan makanan (Pritasari Damayanti dkk, 2017).

## **SIMPULAN**

Dari kegiatan pengabdian ini diperoleh hasil yang baik dengan melihat nilai evaluasi *pre test* peserta dengan nilai yang kurang sebanyak 18 orang dengan persentase (45,0 %) dan diakhir setelah penyuluhan kenaikan hasil *post test* responden dengan kategori yang baik sebanyak 36 orang dengan persentase (90,0%). Keterampilan ibu dalam mempersiapkan makan pendamping sesuai usia balita untuk mencegah stunting dikategorikan sudah benar secara keseluruhan responden (100%).

## **DAFTAR RUJUKAN**

Departemen Kesehatan RI. 2018. Riset Kesehatan Dasar Tahun 2017. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan RI.

Ernawati Naya dkk (2022) Ilmu Gizi dan Diet. 1st edn. Edited by Sirait Matias. Medan: Yayasan Kita Menulis.  
Kemenkes, (2018). Cegah Stunting dengan Perbaikan Pola Makan, Pola Asuh dan Sanitasi.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Pusat Data dan Informasi. Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

Kemenkes (2022) Pilar Utama Dalam Prinsip Gizi Seimbang terbit juli 2020. Diakses tanggal 18/04/2024  
Kemenkes (2023) Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022

Kemenkes (2023) Sumber Zat gizi Penting Bagi Anak Balita Menunjang Pertumbuhan Normal. Artikel terbit oktober 2023 di akses 18/04/2024  
Kemenkes (2023) Makanan Pendamping ASI (MPASI)

Langi K dll (2023) Bunga Rampai Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi, Jawa Tengah: PT Media Pustaka Indo

Nadimin, N., (2018). Pola Makan, Keadaan Kesehatan Dan Suapan Zat Gizi Anak Balita Stunting Di Moncong Loe Kabupaten Maros Sulawesi Selatan. *medkes* 13, 48. <https://doi.org/10.32382/medkes.v13i1.94>

Nardina, E. A. et al. (2021) *Tumbuh Kembang Anak*, Yayasan Kita Menulis. Medan: Yayasan Kita Menulis.

Nefy, N., Lipoeto, N. I., & Edison, E. (2019). Implementasi Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan Di Kabupaten Pasaman 2017 [Implementation of The First 1000 Days of Life Movement in Pasaman Regancy 2017]. *Media Gizi Indonesia*, 14(2), 186. <https://doi.org/10.20473/mgi.v14i2.186-196>

Nurul Abidah, S., & Novianti, H. (2020). Pengaruh Edukasi Stimulasi Tumbuh Kembang terhadap Kemampuan Deteksi Dini Tumbuh Kembang Anak Usia 0-5 Tahun oleh Orangtua. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(2), 89–93. <https://doi.org/10.33860/jik.v14i2.132>

Pritasari, P., Damayanti, D. and Lestari, N. T. (2017) 'Gizi dalam daur kehidupan'. Jakarta, Indonesia: Kementerian Kesehatan Republik Indone

Suryani L, Neherta M dan Rahmadevita (2023) Pencegahan Primer Infeksi Saluran Kemih anak toddler.; Jawa Barat CV Adanu Abimata,

Faqihatus S.Has Dwi, Cahyadi Nur, Rahma Amalia, Mulyani Endah, Zuhrodiah Fauzia, Srirahayu A., (2022) Modifikasi Edukasi dan Pendamping Gizi Ibu Balita Cegah Stunting Melakukan Kegiatan "Healthy Food Cooking Class" as et al., *Media Gizi Indonesia (National Nutrition Journal)*. 2022.SP(1): 186–192 <https://doi.org/10.20473/mgi.v17i1SP.186-192>. [View of MODIFIKASI EDUKASI DAN PENDAMPINGAN GIZI IBU BALITA CEGAH STUNTING MELALUI KEGIATAN "HEALTHY FOOD COOKING CLASS" \(unair.ac.id\)](https://doi.org/10.20473/mgi.v17i1SP.186-192)

Marjan, L., 2018. Hubungan Tingkat Pendidikan Terhadap Tingkat Pengetahuan Orangtua Dalam Swamedikasi Demam Pada Anak Menggunakan Obat Parasetamol. Skripsi. Malang: Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Damayanti Mesi dan Sofyan Octariana (2021) Hubungan Tingkat Pendidikan Terhadap Tingkat Pengetahuan Masyarakat di Dusun Sumberan Sedayu Bantul Tentang Pencegahan Covid-19 Bulan Januari 2021. *Majalah Farmaseutik* Vol. 18 No. 2 : 220-226. ISSN-p : 1410-590x

Pratiwi Rinda Dian, Martini Ni Ketut dan Nyandra Made (2020) Peran Ibu dalam Pemberian Makanan Bergizi pada Balita Status Gizi Baik yang Kesulitan Makan, *Jurnal Kesehatan* 14 (2) 2021, 119-125

Fasola O, Abosede O, Fasola F (2018). Knowledge, Attitude and Practice of Good Nutrition Among Women of Childbearing Age in Somolu Local Government, Lagos State. *J Public Health Africa*. 2018;9(793):42–6

Shaluhayah Z, Kusumawati Aditya, Indraswari Ratih, Widjanarko Bagoes, Husodo Tirto (2020) Pengetahuan Sikap dan Praktik ibu dalam Pemberian Makanan Sehat keluarga di Kota Semarang. *Jurnal Gizi Indoneisa* Vol 08. No 2 Juni 2020. [Pengetahuan, sikap dan praktik ibu dalam pemberian makanan sehat keluarga di Kota Semarang \(researchgate.net\)](https://doi.org/10.20473/mgi.v8i2.2020.186-192)

Hidayati Dwi Indah Nur (2022) Hubungan Pendapatan Keluarga dan Ketahanan Pangan dengan Status Gizi Balita pada Era Pandemi Covid-19 di Kabupaten Pasuruan edia Gizi Kesmas p-ISSN 2301-7392, e-ISSN 27