

# PENDAMPINGAN IBU BALITA TENTANG PENTINGNYA GIZI SEIMBANG UNTUK PENCEGAHAN STUNTING DI WILAYAH KELURAHAN MEDOKAN AYU KOTA SURABAYA

Riezky Faisal Nugroho<sup>1)</sup>, Erika Martining Wardani<sup>2)</sup>, Erlyna Jayeng Wijayanti<sup>1)</sup>,  
Nuning Marina Pengge<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup>Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

<sup>2)</sup>Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Corresponding author : Riezky Faisal Nugroho

E-mail : riifan7@gmail.com

Diterima 06 Juli 2023, Direvisi 29 Juli 2023, Disetujui 30 Juli 2023

## ABSTRAK

*Stunting* merupakan masalah pada gagal tumbuh anak balita yang diakibatkan kekurangan gizi, sehingga tidak tumbuh seperti pada usianya, seperti tinggi badan yang lebih rendah jika dibandingkan anak pada usia sebayanya. *Stunting* pada balita disebabkan oleh kurangnya pengetahuan ibu tentang makanan dan gizinya yang tercermin dalam pemilihan makanan yang tidak benar. Pengetahuan yang baik menciptakan sikap yang baik, sehingga mempengaruhi kebiasaan yang dilakukan dalam melaksanakan pola asuh terhadap anak. Ibu yang mempunyai tingkat pengetahuan yang tinggi lebih mengetahui pola hidup sehat, seperti penerapan serta pemenuhan gizi yang cukup, sedangkan pada ibu yang mempunyai tingkat pengetahuan rendah kurang mengetahui pentingnya penerapan pola hidup sehat dan pemenuhan gizi yang cukup dalam merawat anak. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap Ibu Balita tentang Pemenuhan Gizi Balita. Metode dengan pengukuran status gizi balita, penyuluhan, konseling pada Ibu Balita, demo memasak kudapan dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada Balita. Lokasi kegiatan adalah wilayah kerja Kelurahan Medokan Ayu Kota Surabaya. Hasil dari pengabdian kepada masyarakat, yaitu: menambah pengetahuan dan sikap Ibu Balita sebesar 90 % tentang pemenuhan gizi balita.

**Kata kunci:** pendampingan;ibu balita; gizi seimbang; *stunting*.

## ABSTRACT

Stunting is a problem of failure to thrive in toddlers which is caused by malnutrition, so they don't grow like their age, such as lower height when compared to children of their age. Stunting in toddlers is caused by the mother's lack of knowledge about food and nutrition which is reflected in improper food choices. Good knowledge creates a good attitude, thus influencing the habits that are carried out in carrying out parenting patterns for children. Mothers who have a high level of knowledge know more about healthy lifestyles, such as implementing and fulfilling adequate nutrition, whereas mothers who have a low level of knowledge do not know the importance of implementing a healthy lifestyle and fulfilling adequate nutrition in caring for children. This activity aims to increase the knowledge and attitude of Mothers Toddlers about Nutrition Fulfillment Toddlers. Methods by measuring the nutritional status of toddlers, counseling, counseling for mothers of toddlers, demonstrations on cooking snacks and providing supplementary food (PMT) for toddlers. The location of the activity is the working area of Medokan Ayu Village, Surabaya City. The results of community service, namely: increase the knowledge and attitude of Mothers Toddlers by 90% about fulfilling toddler nutrition.

**Keywords:** assistance; toddler mothers; balanced nutrition; *stunting*.

## PENDAHULUAN

*Stunting* merupakan sebuah masalah pada kondisi gagal tumbuh pada anak balita yang diakibatkan kekurangan gizi, sehingga anak tidak tumbuh seperti pada usianya (Amania dkk., 2022) Kondisi ini menyebabkan anak mempunyai tinggi badan yang lebih rendah jika dibandingkan anak pada usia sebayanya. Dampak yang ditimbulkan salah

satunya yaitu menurunnya tingkat intelektual anak. Anak yang memiliki intelektual yang rendah cenderung sulit untuk memahami segala hal yang diajarkan. Hal ini akan menyebabkan rendahnya kualitas sumber daya manusia untuk generasi mendatang. Dengan begitu, suatu negara tidak mempunyai penerus bangsa yang dapat memimpin dengan baik. Sehingga, kualitas kesehatan yang baik pada

anak menjadi impian setiap orang (Julianti dan Nasirun, 2018; Nugroho dan Wardani 2022).

Di Indonesia, masalah *stunting* mendapatkan perhatian lebih dari pemerintah. Hal itu dapat dibuktikan berdasarkan hasil penghitungan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) bahwa angka kasus *stunting* pada tahun 2021 menurut data nasional dinyatakan turun dengan prosentasi 1,6 persen tiap tahun, yang awalnya pada tahun 2019 sebesar 27.7 persen menjadi 24.4 persen di tahun 2021 (Litbangkes, 2021).

Meskipun telah mengalami penurunan, namun angka ini masih tergolong tinggi dan menjadi urusan serius, sebab berdasarkan pertimbangan WHO bagi anak yang terindikasi *stunting* yakni sekurang-kurangnya dari 20 persen (Ramadani, 2021).

Kasus *stunting* pada balita dapat disebabkan oleh faktor multi dimensi dan bukan hanya berasal dari kondisi gizi buruk yang dialami ibu hamil maupun anak balita (Choliq dkk., 2020). Faktor penyebab terjadinya *stunting* dapat disebabkan oleh faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor langsung dari kejadian *stunting* adalah kurangnya asupan gizi dan adanya penyakit infeksi (Ramadhani dkk., 2021). Sedangkan, faktor tidak langsungnya berupa pelayanan kesehatan, pendidikan, sosial budaya dan sanitasi lingkungan (WHO, 2017).

Rehena dkk (2021) *stunting* pada balita disebabkan oleh kurangnya pengetahuan ibu tentang makanan dan gizinya yang tercermin dalam pemilihan makanan yang tidak benar. Pengetahuan yang baik menciptakan sikap yang baik, yang selanjutnya dapat mempengaruhi kebiasaan yang dilakukan dalam melaksanakan pola asuh terhadap anak. Ibu yang mempunyai tingkat pengetahuan yang tinggi lebih mengetahui pola hidup sehat, tercermin dari penerapan serta pemenuhan gizi yang cukup, sedangkan pada ibu yang mempunyai tingkat pengetahuan yang rendah kurang mengetahui pentingnya penerapan pola hidup sehat dan pemenuhan gizi yang cukup dalam merawat anak (Khaeriyah, 2020). Kurangnya pengetahuan banyak menjadi penyebab terjadinya faktor risiko berbagai penyakit, salah satunya ialah *stunting* (Noorhasanah dan Tauhidah, 2021).

Penerapan pola makan dengan gizi seimbang menekankan pola konsumsi pangan dalam jenis dan jumlah prinsip keanekaragaman pangan untuk mencegah masalah gizi. Komponen yang harus dipenuhi dalam penerapan pola makan gizi seimbang mencakup cukup secara kuantitas, kualitas, mengandung berbagai zat gizi dalam

kehidupan sehari-hari serta dapat menyimpan zat gizi untuk mencukupi kebutuhan tubuh (Simamora dan Kresnawati, 2021). Asupan gizi makanan yang baik terdapat pada makanan empat sehat lima sempurna yaitu seperti makanan pokok, lauk pauk, sayur mayur, buah-buahan dan susu (Efendy dan Setiawan, 2021).

Peningkatan pengetahuan dan kesadaran akan sikap dan tindakan seorang ibu dalam pemilihan makanan yang sehat bagi balita dapat dilakukan dengan program kesehatan masyarakat salah satunya dengan memberikan pendidikan kesehatan yaitu melalui penyuluhan kesehatan ataupun edukasi. Edukasi merupakan bagian dari pendidikan kesehatan (Listyarini dkk., 2020). Pendidikan kesehatan merupakan intervensi terhadap perilaku sebagai determinan kesehatan atau kesehatan masyarakat (Rehena dkk., 2021). Maka perlu pemberian informasi dan sosialisasi kepada masyarakat mengenai *stunting*, untuk mengurangi risiko bayi dengan berat badan lahir rendah dan panjang badan lahir rendah demi mengurangi risiko semakin banyaknya anak yang mengalami *stunting* (Sutriana dkk, 2020). Selain itu, pemberian pendidikan gizi juga dapat memperbaiki pengetahuan ibu (Listyarini dkk., 2020). karena pengetahuan ibu akan sangat mempengaruhi tingkat kemampuan mengelola sumber daya keluarga, guna memperoleh pangan yang cukup (Mardiana & Yunafri, 2017).

Prevalensi *stunting* di Kota Surabaya terus mengalami penurunan signifikan, dari tahun 2020 terdapat sebanyak 12.788 kasus *stunting*, menjadi 6.722 kasus *stunting* di tahun 2021 dan menurun Kembali di akhir Bulan Desember 2022 sebanyak 923 kasus *stunting*. Pada Bulan Januari 2023, kembali terjadi penurunan jumlah kasus *stunting* menjadi 889. Prevalensi *stunting* di Kelurahan Medokan Ayu tercatat sebanyak 6 bayi pada Bulan Januari 2023 (KIM Medokan Ayu, 2023).

## METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Kelurahan Medokan Ayu Kota Surabaya. Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat adalah Ibu Balita dan Balita di wilayah Kelurahan Medokan Ayu dengan jumlah sebanyak 20 Ibu Balita. Kegiatan dilaksanakan berupa pengukuran status gizi balita, penyuluhan, konseling pada Ibu Balita, demo memasak kudapan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada balita sekaligus Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada Balita.

Monitoring dan evaluasi dilakukan melalui lembar kuesioner berupa pretest dan Posttest. Untuk menilai tingkat pengetahuan

dan sikap Ibu Balita, maka sebelum diberikan penyuluhan, para Ibu Balita akan dilakukan pretest dan di akhir penyuluhan akan dilakukan posttest.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil capaian yang diperoleh dari kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat sebagai berikut:

**Tabel 1.** Hasil Rata Rata *Pre* Dan *Post Test* Pengetahuan Ibu Balita Tentang Pemenuhan Gizi Balita

No.	Tingkat Pengetahuan	Skor Rata Rata			
		Pre		Post	
		f	%	f	%
1.	Baik	2	10	18	90
2.	Cukup	5	25	2	10
3.	Kurang	13	65	0	0
Total		20	100	20	100

Berdasarkan tabel 1 diperoleh hasil bahwa mayoritas tingkat pengetahuan Ibu Balita tentang pemenuhan gizi balita saat dilakukan *PreTest* termasuk kategori kurang sebesar 65% dan mengalami peningkatan pengetahuan menjadi kategori baik sebesar 90% setelah diberikan penyuluhan dan konseling terhadap para Ibu Balita.

**Tabel 2.** Hasil Rata Rata *Pre* Dan *Post Test* Sikap Ibu Balita Tentang Pemenuhan Gizi Balita

No.	Sikap	Skor Rata Rata			
		Pre		Post	
		f	%	f	%
1.	Baik	4	20	18	90
2.	Cukup	16	80	2	10
3.	Kurang	0	0	0	0
Total		20	100	20	100

Berdasarkan tabel 2 diperoleh hasil bahwa mayoritas sikap Ibu Balita tentang pemenuhan gizi balita saat dilakukan *Pre Test* termasuk kategori cukup sebesar 80% dan mengalami peningkatan menjadi kategori baik sebesar 90% setelah diberikan penyuluhan dan konseling terhadap para Ibu Balita.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Kelurahan Medokan Ayu Kota Surabaya dilakukan sebanyak 3 (tiga) kali pertemuan yaitu pada tanggal 1 April 2023, 8 April 2023 dan 15 April 2023 yang bertempat di Balai Pertemuan RT/RW dan mengunjungi rumah Ibu Balita. Kegiatan pengabdian masyarakat mengikutsertakan Ibu Balita yang berjumlah kurang lebih 20 Ibu Balita dengan pengukuran status gizi balita, penyuluhan, konseling pada Ibu Balita dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada Balita.

Pertemuan pertama tanggal 1 April 2023, dilakukan pengukuran status gizi balita

dan penyuluhan tentang gizi seimbang pada balita. Sebelum kegiatan dimulai, didahului dengan memberikan soal multiple choice kepada peserta, sejumlah 25 soal pengetahuan dan 20 soal sikap sebagai pre-test yang mewakili setiap materi penyuluhan. Hasil pre-test yang diperoleh hasil sebesar 65% peserta masih tergolong kurang dalam hal pengetahuan dan sikap sebesar 80% yang termasuk kategori cukup tentang pemenuhan gizi balita.

Pertemuan kedua yang dilaksanakan pada tanggal 8 April 2023 dilakukan konseling gizi dan ke secara *door to door* sebanyak 20 Ibu Balita. Konseling menggunakan Daftar Bahan Penukar dan leaflet dengan topik yaitu Diet Tinggi Kalori Tinggi Protein.

Pertemuan ketiga tanggal 15 April 2023, dilakukan pengukuran status gizi balita dan demo memasak kudapan PMT, yaitu Krokot Kentang Puyuh sekaligus pemberian PMT pada balita. Pada pertemuan ini tim pengabdian masyarakat juga melakukan evaluasi pencapaian terhadap pemahaman materi dengan melakukan *Post Test*. Berdasarkan hasil evaluasi, didapatkan hasil adanya peningkatan pengetahuan dan sikap Ibu Balita masing-masing sebesar 90% yang tergolong Baik.

Peningkatan pengetahuan dan sikap ibu dalam pemilihan makanan yang sehat bagi balita dapat dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan kesehatan (Listyarini dkk., 2020). Pendidikan gizi dapat memperbaiki pengetahuan ibu, karena pengetahuan ibu akan sangat mempengaruhi tingkat kemampuan mengelola sumber daya keluarga, guna memperoleh pangan yang cukup (Listyarini dkk., 2020; Mardiana & Yunafri, 2017).

## SIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil pengamatan setelah diberikan penyuluhan dari tim pengabdian, para Ibu Balita mengalami peningkatan pengetahuan dan sikap sebesar 90 % tentang Pemenuhan Gizi Balita. Selanjutnya, secara berkesinambungan agar Ibu Balita aktif mengikuti kegiatan dari pihak Puskesmas atau Kelurahan untuk selalu meningkatkan dan update pengetahuan di bidang Kesehatan khususnya Gizi untuk Balita, guna mencapai Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Kepala Puskesmas Medokan Ayu dan Kepala Kelurahan Medokan Ayu Kota Surabaya yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dan telah memberikan

kesempatan untuk kami melakukan pengabdian masyarakat berupa kegiatan intervensi yang terkhusus pada kader posyandu di wilayah Kelurahan Medokan Ayu Kota Surabaya.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Amania, R., Hidayat, M. N., Hamidah, I., Wahyuningsih, E., & Parwanti, A. (2022). Pencegahan Stunting Melalui Parenting Education Di Desa Pakel Bareng. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Darul Ulum Dimas-Undar*, 1(1), 52-58.
- Cholih, I., Nasrullah, D., & Mundakir, M. (2020). Pencegahan Stunting Di Medokan Semampir Surabaya Melalui Modifikasi Makanan Pada Anak. *Humanism. Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 31-40.
- Efendy, M. P., & Setiawan, D. (2021). Perancangan Aplikasi Makanan Empat Sehat Lima Sempurna Untuk Mencegah Stunting. *Journal Of Information Systems And Informatics Engineering*, 5(1), 13–19.
- Julianti, R., & Nasirun, H. M. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), 11–17.
- Kelompok Informasi Masyarakat (KIM) Medokan Ayu Kota Surabaya. 2023. *Medokan Ayu Gerak Cepat Wujudkan Zero Stunting*. <https://kim.medokan-ayu.com/medokan-ayu-gerak-cepat-wujudkan-zero-stunting>
- Khaeriyah, F., Arifin, S., & Hayatie, L. (2020). Hubungan Pendidikan dan Pola Asuh Ibu dengan Kejadian Gizi Kurang dan Gizi Buruk pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Beruntung Raya Banjarmasin. *Homeostasis Jurnal Mahasiswa Pendidikan Dokter*, 3(2), 173-178.
- Listyarini, A. D., Fatmawati, Y., & Indriana, S. (2020). Edukasi Gizi Ibu Hamil Dengan Media Booklet Sebagai Upaya Tindakan Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 3(1), 73–83.
- Litbangkes, H. (2021). *Angka Stunting Turun di Tahun 2021*. [www.litbang.kemkes.go.id](http://www.litbang.kemkes.go.id). Angka Stunting Turun di Tahun 2021.
- Mardiana, S., & Yunafri, A. (2017). Hubungan Tingkat Pendidikan dan Pengetahuan tentang Status Gizi dengan Angka Kejadian Stunting di Desa Secanggih Kabupaten Langkat. *Artikel penelitian Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara*. 1(22). 74–80.
- Noorhasanah, E., & Tauhidah, N. I. (2021). Hubungan pola asuh ibu dengan kejadian stunting anak usia 12-59 bulan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 4(1), 37-42.
- Nugroho, R. F & Wardani, E. M (2022). Edukasi Gizi Pada Kader Posyandu Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Kader Di Wilayah Kerja Puskesmas Medokan Ayu Kota Surabaya. Selaparang: *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(2), 967-970.
- Ramdhani, A., Handayani, H., & Setiawan, A. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Kejadian Stunting. *Prosiding Seminar Nasional LPPM UMP*, 2,28-35.
- Ramadani, E. W. O. (2021). *Angka Stunting Balita di Indonesia Masih Tinggi*. <https://www.its.ac.id/news/2021/10/16/angka-stunting-balita-di-indonesia-masih-tinggi>
- Rehena, Z., Hukubun, M., & Nendissa, A. R. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Ibu tentang Stunting di Desa Kamal Kabupaten Seram Bagian Barat. *Moluccas Health Journal*, 2(2), 62–69. <https://doi.org/10.54639/mhj.v2i2.523>
- Simamora, S., & Kresnawati, P. (2021). Pemenuhan Pola Makan Gizi Seimbang Dalam Penanganan Stunting Pada Balita Di Wilayah Puskesmas Kecamatan Rawalumbu Bekasi. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 11(1), 34–45. <https://doi.org/10.52643/jbik.v11i1.1345>
- Sutriana, S., Usman, U., & Umar, F. (2020). Analisis faktor resiko kejadian stunting pada balita di kawasan Pesisir Kabupaten Pinrang. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 3(3).
- WHO/Unicef. (2017). *The World Bank Joint Child Malnutrition Estimates. 2017 edition*. Tim Badan WHO-Unicef-the world bank joint child malnutrition estimates.Retrieved February 13, 2023, from:[http://www.who.int/nuthrowthdb/jme\\_brochure2017.pdf?ua=1](http://www.who.int/nuthrowthdb/jme_brochure2017.pdf?ua=1).