



## Pemberian Edukasi pada Ibu Mengenai Pencegahan Gizi Kurang pada Anak di Posyandu Kemuning

<sup>1)</sup>Fitri Angraeni, <sup>2)</sup>Thresya Febrianti\*, <sup>3)</sup>Tri Wulandari, <sup>4)</sup>Nanda Safira, <sup>5)</sup>Rusman Effendi

<sup>1-5)</sup>Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia

\*Email: thresya.febrianti@umj.ac.id\*

### Abstrak

Saat ini Indonesia dihadapi dengan *Triple burden of malnutrition* (TBM) yang mengacu pada keoksistensi kelebihan gizi, kekurangan gizi dan defisiensi mikronutrien. Masalah kekurangan gizi mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak dan bayi dan bahkan dapat bertahan dalam jangka panjang. Pada umumnya ibu-ibu di Posyandu Kemuning masih memiliki pengetahuan yang kurang terkait gizi kurang, sehingga perlu dilakukan pemberian edukasi. Tujuan pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan ibu-ibu tentang gizi kurang pada balita yang bertempat tinggal di area kerja Posyandu Kemuning, Perumahan Lembah Griya Indah Citayam. Total responden yang diikutsertakan dalam kegiatan ini adalah 40 peserta. Hasil nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* serta yang mengalami peningkatan serta uji statistik, menjadi tolak ukur adanya peningkatan pengetahuan ibu mengenai gizi kurang. Dilihat dari nilai rata-rata *pretest* yang hanya 6,13, mengalami peningkatan rata-rata *posttest* yang menghasilkan nilai 8,08. Uji statistik *paired sample test* diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 yang berarti bahwa penyuluhan dengan menggunakan media leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi kurang. Dalam hal ini diperlukan keterlibatan yang aktif oleh kader-kader posyandu untuk terus dapat mengedukasi kepada ibu balita terkait pentingnya memantau status gizi anak agar tidak terjadi status gizi kurang.

**Kata Kunci:** edukasi, gizi kurang, leaflet

### Pendahuluan

Salah satu permasalahan kesehatan yang hingga saat ini masih belum tertangani dengan baik dan tuntas serta belum terlihat penurunan kasusnya yakni terkait kekurangan gizi di masyarakat khususnya anak-anak di Indonesia. Saat ini Indonesia dihadapi dengan *Triple*

### Abstract

Indonesia is currently faced with the *triple burden of malnutrition* (TBM) which refers to the coexistence of overnutrition, undernutrition, and micronutrient deficiencies. Malnutrition affects the growth and development of children and infants and can even persist in the long term. In general, mothers at Posyandu Kemuning still have insufficient knowledge related to malnutrition, so it is necessary to provide education. The purpose of this community service is to see the effectiveness of health education on malnutrition to increase the knowledge of mothers who live in the work area of Posyandu Kemuning, Lembah Griya Indah Citayam Housing. The total respondents included in this activity were 40 participants. The results of the average value of *pretest* and *posttest* as well as those that have increased and statistical tests, become a benchmark for increasing maternal knowledge about malnutrition. Judging from the *pretest* average value of only 6.13, the *posttest* average increase resulted in a value of 8.08. The paired sample test statistical test obtained a *p-value* of 0.000 which means that counseling using leaflet media is effective in increasing maternal knowledge about undernutrition. In this case, active involvement is needed by Posyandu cadres to continue to be able to educate mothers of toddlers regarding the importance of monitoring children's nutritional status so that it does not occur.

**Keywords:** education, undernutrition, leaflet

*burden of malnutrition* (TBM) yang mengacu pada keoksistensi kelebihan gizi, kekurangan gizi dan defisiensi mikronutrien.<sup>1)</sup>Dalam laporan *The State of Food Security and Nutrition in the World* terbaru yang dirilis *Food and Agriculture Organization* (FAO) diperkirakan masih terdapat belasan juta penduduk di Indonesia yang mengalami malnutrisi (kekurangan gizi) hingga munculnya

angka rata-rata jumlah penduduk yang kurang gizi di Asia Tenggara tertinggi yakni di negara Indonesia sebanyak 17,7 juta pada tahun 2022 orang yang terkonfirmasi menderita malnutrisi.<sup>2</sup>

FAO menyebutkan bahwasanya, seseorang yang dianggap kekurangan gizi (*undernourished*) jika asupan makanan harian mereka kurang dari apa yang dianggap sebagai jumlah energi yang direkomendasikan untuk kehidupan yang sehat. Berdasarkan data yang diperoleh dari FAO pada tahun 2021, terdapat 767 juta orang di seluruh dunia mengalami kekurangan gizi, dengan sebagian besar penderitanya yaitu 425 juta berada di kawasan Asia.<sup>3</sup> Menurut data UNICEF, kekurangan gizi menyumbang lebih dari setengah dari semua kematian pada anak-anak di bawah usia lima tahun. Malnutrisi menempatkan anak-anak pada risiko yang lebih tinggi dari kematian dibandingkan dengan penyakit lain. Secara global, 22% anak di bawah usia lima tahun – yaitu, lebih dari satu dari lima – akan mengalami pertumbuhan yang terhambat pada tahun 2020. Sebaliknya, 45,4 juta anak di bawah lima di seluruh dunia telah membuang-buang pada tahun 2020, 13,6 juta di antaranya adalah wasting.<sup>4</sup> Studi di negara-negara berpendapatan rendah dan menengah menunjukkan bahwa sebagian besar bayi mengalami gangguan pertumbuhan selama 2 tahun pertama kehidupannya.<sup>5</sup>

Malnutrisi adalah kondisi *irreversible* yang tidak dapat dikembalikan ke bentuk sebelumnya sehingga memerlukan intervensi maupun penanganan yang signifikan. Dengan demikian, masalah kekurangan gizi mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak-anak bahkan dapat bertahan dalam jangka waktu yang panjang.<sup>6</sup>

Gizi kurang atau malnutrisi merupakan keadaan balita yang ditandai dengan kondisi kurus, berat badan menurut panjang badan atau tinggi badan kurang dari -2 sampai dengan -3 standar deviasi, dan atau lingkaran lengan 11,5-12,5 cm pada Anak usia 6-59 bulan.<sup>7</sup> Malnutrisi pada anak-anak akan mempengaruhi perkembangan motorik mereka, mengganggu pertumbuhan perilaku dan kognitif mereka serta merusak kemampuan sosial maupun akademik mereka. Selain itu, kekurangan gizi pada anak-anak memiliki efek jangka panjang yang signifikan yang meningkatkan kemungkinan penyakit, cacat, dan bahkan kematian di kemudian hari<sup>8</sup> Hal ini pada akhirnya dapat mengakibatkan penurunan

produktivitas dan peningkatan pada risiko penyakit tidak menular saat dewasa.<sup>5</sup>

Sejumlah faktor risiko yang mendasari masalah gizi, termasuk sebagai variabel kesehatan, pendidikan, lingkungan, dan sosial, serta pengetahuan masyarakat tentang pentingnya nilai gizi dan asupan gizi yang diterima oleh bayi dan anak-anak kecil, dapat berkontribusi pada fenomena kekurangan gizi.<sup>9</sup> Selain itu, status gizi anak-anak juga dapat dipengaruhi oleh pengetahuan ibu tentang gizi. Memahami makanan dan nutrisi, apakah mengkonsumsinya aman atau tidak menyebabkan penyakit, dan menggunakan teknik pengolahan yang tepat untuk mempertahankan nutrisi dalam makanan dikenal sebagai pengetahuan nutrisi. Sikap dan tindakan ibu saat memilih makanan yang dikonsumsi anaknya dapat dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan, yang pada akhirnya mempengaruhi status gizi anak.<sup>10</sup> Pengetahuan gizi ibu yang kurang akan berpengaruh terhadap gizi balitanya dan akan sukar memilih makanan yang bergizi untuk anak dan kelaarganya. Pengetahuan tentang gizi dan pangan yang harus dikonsumsi agar tetap sehat merupakan faktor penentu kesehatan seseorang, termasuk tingkatan pengetahuan ibu tentang gizi juga berperan dalam besaran masalah gizi pada anak di Indonesia.<sup>11</sup>

Analisis situasi yang telah dilakukan, ternyata masih banyak ibu yang memiliki balita di wilayah kerja Posyandu Kemuning Perumahan Lembah Griya Indah Citayam yang kurang memahami terkait status gizi kurang pada anak, dan masih kurangnya kesadaran ibu untuk melakukan pemantauan status gizi anak. Oleh karena itu, perlu adanya upaya dalam meningkatkan pengetahuan orang tua terkait gizi kurang ini melalui program pemberdayaan masyarakat salah satunya adalah dengan kegiatan penyuluhan atau promosi kesehatan.<sup>12</sup>

Menurut WHO (*World Health Organization*), promosi kesehatan adalah sebagai “*The Process of enabling individuals and communities to increase control over the determinants of health and thereby improve their health*” (proses mengupayakan individu dan masyarakat untuk meningkatkan kemampuan mereka mengandalkan faktor kesehatan sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatannya).<sup>13</sup> Promosi kesehatan juga didefinisikan sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kemampuan masyarakat melalui pembelajaran dari, oleh, untuk dan bersama

masyarakat, agar mereka dapat menolong diri sendiri, serta mengembangkan kegiatan yang bersumber daya masyarakat, sesuai sosial budaya setempat dan didukung kebijakan publik yang berwawasan kesehatan.<sup>14</sup>

Tujuan kegiatan ini adalah untuk mengetahui efektivitas penyuluhan mengenai gizi kurang dengan menggunakan media *leaflet* terhadap pengetahuan ibu di wilayah kerja Posyandu Kemuning Perumahan Lembah Griya Indah Citayam. Manfaat yang diharapkan diterima oleh masyarakat khususnya ibu yang memiliki balita agar memiliki kesadaran mengenai pentingnya pemahaman mengenai status gizi pada anak agar dapat memantau status gizi pada anak.

## Metode

Pemberdayaan masyarakat dengan metode ceramah dengan menggunakan leaflet yang sudah disediakan, diskusi dan tanya jawab. Peserta kegiatan penyuluhan ini adalah seluruh ibu yang memiliki balita yang datang ke Posyandu Kemuning, RW 013, Perumahan Lembah Griya Indah, Citayam, Kecamatan Bojonggede, Kabupaten Bogor sebanyak 40 responden Ibu. Lokasi ini dipilih karena banyak ibu-ibu yang memiliki balita namun pengetahuan terkait gizi seimbang masih kurang. Sehingga diharapkan setelah diberikannya penyuluhan ini ibu-ibu yang tinggal di wilayah tersebut bisa melakukan pencegahan terhadap gizi kurang dan melakukan pengelolaan bahan makanan yang baik untuk anak.

Data yang dikumpulkan adalah data identitas responden dan data mengenai pengetahuan gizi kurang yang dilakukan dengan pengisian kuesioner. Data pengetahuan gizi kurang ini diperoleh dengan memberikan kuesioner sebelum intervensi (*pre*) dan setelah dilakukannya intervensi (*post*). Kuesioner *pre-posttest* diberikan kepada ibu balita untuk diisi sendiri dengan pendampingan. Kuesioner tersebut berupa 15 soal pilihan ganda mengenai gizi kurang.

Tahapan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan sebagai berikut:

1. Persiapan, pada tahap ini kami melakukan koordinasi dengan kader Posyandu untuk mengetahui

permasalahan yang dialami oleh masyarakat. Kemudian disepakati untuk memberikan penyuluhan kepada ibu dari balita dengan media yang digunakan berupa *leaflet*. Kami meminta jadwal pelaksanaan Posyandu di wilayah Kemuning, dan menyiapkan peralatan yang dibutuhkan selama kegiatan berlangsung. Sebelum kegiatan dilaksanakan kami menyiapkan *leaflet* dan kuesioner. Ketika jadwal kegiatan posyandu tiba, setiap ibu dari balita tersebut diminta untuk ketersediannya dalam mengikuti kegiatan penyuluhan ini. Sebelum penyuluhan dimulai, setiap ibu diminta untuk mengisi lembar *pre-test*.

2. Saat kegiatan, edukasi diberikan dengan penyuluhan berisi tentang pengertian gizi kurang, penyebab gizi kurang, dampak gizi kurang dan cara pencegahan gizi kurang dengan menggunakan media *leaflet* yang sudah dibuat.
3. Tahap akhir, setelah diberikan penyuluhan setiap ibu diminta untuk mengisi lembar *post-test*.
4. Untuk melihat efektifitas kegiatan penyuluhan ini, data hasil penyuluhan dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat.

Gambar 1. Media Leaflet



### Hasil dan Pembahasan

Pada kegiatan penyuluhan telah dilaksanakan pada tanggal 8 Juli 2023 yang bertempat di Posyandu Kemuning RW 013, Perumahan Lembah Griya Indah, Citayam, Kecamatan Bojonggede, Kabupaten Bogor yang diikuti oleh 40 ibu yang memiliki anak balita. Berikut ini merupakan hasil pemberdayaan masyarakat yang telah dilakukan:

**Tabel 1** Karakteristik Responden

No	Karakteristik	n	%
1	<b>Umur Ibu</b>		
	< 20 tahun	2	5,0
	20– 25 tahun	15	37,5
	>35 tahun	23	57,5
2	<b>Pendidikan Ibu</b>		
	SD	3	7,5
	SMP	4	10,0
	SMA	26	65,0
	Perguruan Tinggi	7	17,5
3	<b>Pekerjaan Ibu</b>		
	Ibu Rumah Tangga (IRT)	18	45,0
	Karyawan Swasta	11	27,5
	Pedagang	8	20,0
	Guru	3	7,5

Hasil penelitian seperti terlihat pada tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden (57,5%) berada pada rentang umur >35 tahun. Sementara karakteristik pendidikan ibu sebagian besar dengan pendidikan SMA yaitu sebanyak 26 responden (65,0%). Ibu balita yang menjadi responden sebesar 45,0% adalah sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT).

#### Pengetahuan ibu mengenai gizi kurang sebelum diberikan penyuluhan dengan menggunakan media leaflet

**Tabel 2** Hasil *Pre-Test*

No	<i>Pre-Test</i>	n	%
1	Kurang	14	35,0
2	Baik	26	65,0
3	Total	40	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebelum diberikannya penyuluhan dengan menggunakan media leaflet sebagian besar pengetahuan ibu mengenai gizi kurang berada dalam katagori positif yaitu sebanyak 26 responden (65,0%)

#### Pengetahuan ibu mengenai gizi kurang sesudah diberikan penyuluhan dengan menggunakan media leaflet

**Tabel 3** Hasil *Post-Test*

No	<i>Post-Test</i>	n	%
1	Kurang	5	12,5
2	Baik	35	87,5
3	Total	40	100,0

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 40 ibu yang menjadi responden sesudah diberikan penyuluhan dengan menggunakan media leaflet hampir seluruhnya pengetahuan ibu mengenai gizi kurang berada dalam katagori positif yaitu sebanyak 35 responden (87,5%).

#### a. Analisis Bivariat

Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji T dependent (*Paired Sample T-Test*). Berikut ini adalah hasil analisis data yang telah dilakukan:

**Tabel 4** Hasil Uji Statistik

Penyuluhan dengan media leaflet	Mean	N	p-value
<i>Pre-Test</i>	6,13	40	0,000
<i>Post-Test</i>	8,08	40	

Tabel 4 menunjukkan bahwa hasil uji statistik *paired sample test* dieperoleh *p-value* sebesar 0,000 yang berarti bahwa penyuluhan dengan menggunakan media leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi kurang.

### Pembahasan

Berdasarkan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan didapatkan bahwa penyuluhan dengan media leaflet ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi kurang. Menurut peneliti penyuluhan kesehatan dengan menggunakan media leaflet yang diberikan kepada ibu yang memiliki balita ini dapat menambah wawasan atau informasi mengenai gizi kurang pada anak. Dilihat dari nilai rata-rata pretest yang hanya 6,13, mengalami peningkatan rata-rata *post-test* yang menghasilkan nilai 8,08.

Peningkatan hasil *pre-test* dan *post-test* dapat diperoleh setelah dilakukannya penyuluhan kesehatan menggunakan leaflet. Dalam hal ini penyuluhan yang dilakukan adalah mengenai gizi kurang pada balita. Dalam leaflet tersebut berisikan informasi mengenai pengertian gizi kurang, penyebab gizi

kurang, mengetahui tanda dan gejala gizi kurang, mengetahui cara memantau gizi kurang serta bagaimana dalam penatalaksanaan gizi kurang.

Penggunaan media *leaflet* dalam pendidikan kesehatan dapat meningkatkan penerimaan visual responden saat membaca, menurut teori yang kompatibel, yang memfasilitasi pemahaman responden tentang informasi yang disajikan. Temuan dari analisis ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh Ramadhanti, yang menunjukkan bahwa kesadaran ibu tentang pertumbuhan dan perkembangan bayi meningkat baik setelah adanya penyuluhan menggunakan media *leaflet*. Salah satu cara untuk mendapatkan pemahaman tentang subjek dengan menggunakan tulisan dan gambar adalah melalui saran menggunakan media *leaflet*. Informasi disajikan dalam bentuk *leaflet*, membuatnya lebih jelas, lebih ringkas, dan lebih mudah dibaca. Selain itu, media cetak merupakan salah satu media promosi kesehatan yang unik dan memiliki kemampuan untuk disimpan untuk jangka waktu yang lebih lama. Sehingga, seseorang yang menerima informasi tentang subjek tertentu akan lebih berpengetahuan daripada orang yang tidak menerima informasi<sup>15</sup>.

Pengetahuan dapat mempengaruhi seorang ibu dalam penatalaksanaan status gizi pada balita, semakin baik tingkat pengetahuan ibu mengenai penatalaksanaan status gizi pada balita maka masalah yang akan dihadapi dapat diatasi olehnya terutama dalam mencegah terjadinya gizi kurang. Dalam hal ini diperlukan keterlibatan yang aktif oleh kader-kader posyandu untuk terus dapat mengedukasi kepada ibu balita terkait pentingnya memantau status gizi anak agar tidak terjadi gizi kurang.

## Simpulan

Pemberdayaan masyarakat yang telah dilakukan dapat meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi kurang pada anak. Dalam hal ini diperlukan keterlibatan yang aktif oleh kader-kader posyandu untuk terus dapat mengedukasi kepada ibu adri balita terkait pentingnya memantau status gizi anak agar tidak terjadi status gizi kurang. Untuk peneliti sebelumnya diharapkan dapat lebih mengondisikan ketika pemberian penyuluhan dilakukan dan

menambahkan beberapa informasi terkait gizi kurang.

## Daftar Pustaka

1. Sunuwar DR, Singh DR, Pradhan PMS. Prevalence and factors associated with double and triple burden of malnutrition among mothers and children in Nepal: Evidence from 2016 Nepal demographic and health survey. *BMC Public Health*. 2020;20(1):1–11.
2. FAO. The State of Food Security and Nutrition in the World 2022. In *The State of Food Security and Nutrition in the World 2022*. 2022;
3. Ahdiyati. 17 Juta Warga RI Kurang Gizi, Tertinggi di Asia Tenggara. *Databoks*. 2022;
4. UNICEF. *Child Malnutrition*. 2023.
5. Lee WS, Jalaludin MY, Khoh KM, Kok JL, Nadarajaw T, Soosai AP, et al. Prevalence of undernutrition and associated factors in young children in Malaysia: A nationwide survey. *Front Pediatr*. 2022;10.
6. Dina. Jumlah Gizi Buruk Yang Semakin Meningkat Menyebabkan Terjadinya Hambatan Terhadap Tumbuh Kembang Dan Presentasi Anak Dalam Belajar. *Universitas Lambung Mangkurat*; 2021.
7. Kementerian Kesehatan RI. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 29 Tahun 2019 Tentang Penanggulangan Masalah Gizi Bagi Anak Akibat Penyakit. 2019;
8. Perdana HM, Darmawansyih D, Faradilla A. Gambaran Faktor Risiko Malnutrisi pada Anak Balita di Wilayah Kecamatan Tamalanrea Kota Makassar Tahun 2019. *UMI Med J*. 2020;5(1):50–6.
9. Amalia. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Kejadian Stunting Pada Balita G On Toddler. *Stikes Yogyakarta E-Journal*. 2021;
10. Sarika, Zahara R. Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Gizi Buruk Pada Balita di Puskesmas Kota Juang Kabupaten Bireuen Tahun 2021. *J Heal Technol Med*. 2022;8(1):120–6.
11. Nurmaliza, Herlina S. Hubungan Pengetahuan dan Pendidikan Ibu Terhadap Status Gizi Balita. *J Kesmas Asclepius*. 2019;1(2):106–15.
12. Hamzah SR, B H. Gerakan Pencegahan Stunting Melalui Edukasi pada Masyarakat di Desa Muntoi Kabupaten Bolaang Mongondow. *JPKMI (Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia)*. 2020;1(4):229–35.
13. Nurmala. *Promosi Kesehatan*. Surabaya: Airlangga University Press; 2018.

14. Suryani L. Efektivitas Metode Ceramah Dan Diskusi Kelompok Terhadap Kepatuhan Remaja Mengonsumsi Tablet Tambah Darah. *JOMIS (Journal Midwifery Sci.* 2020;4(1):46–54.
15. Ramadhanti CA, Adespin DA, Julianti HP. Perbandingan Penggunaan Metode Penyuluhan Dengan Dan Tanpa Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Tumbuh Kembang Balita. 2019;8(1):99–120.