

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Gizi Balita di Kelurahan Batin Tikal Kecamatan Tamansari Kota Pangkalpinang Kep. Bangka Belitung

Zone Asia Alva Berty¹, Vistra Veftisia²

¹ Program Profesi Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo,
zoneberty080193@gmail.com

² Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo,
vistravef@gmail.com

Email Korespondensi: zoneberty080193@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2025-06-23

Accepted, 2023-06-28

Published, 2025-07-04

Keywords: Health
Education, Nutrition,
Toddlers, Influence,
Community

Kata Kunci: Pendidikan
Kesehatan, Gizi, Balita,
Pengaruh, Komunitas

Abstract

Community is a group of people who have at least one characteristic in common such as geography, occupation, ethnicity, interests and others. Toddler nutritional status is the nutritional condition of children under the age of five years which is assessed based on anthropometric indices (weight for age, height for age, and weight for height). Good nutritional status is very important for the growth and development of children, because poor nutritional status can cause various health problems such as stunting and malnutrition. The participants in this counseling activity were 11 mothers of toddlers. The activity was carried out by providing an explanation of the purpose of the activity, distributing pre-tests to target mothers of toddlers, providing health counseling on "nutrition in toddlers", providing opportunities for targets to ask questions, distributing post-tests to target mothers of toddlers. From this activity, it was found that there was an increase in adolescent knowledge after being given health education on nutrition in toddlers. Suggestions related to children's nutritional status include routine monitoring of growth and development, providing nutritional education to parents, and ensuring the fulfillment of balanced nutrition through diverse and nutritious foods. In addition, it is important to carry out early detection of nutritional problems such as stunting, wasting, or obesity, and provide appropriate interventions if problems are found.

Abstrak

Komunitas adalah kumpulan orang yang memiliki karakteristik minimal satu karakteristik yang sama seperti geografis, pekerjaan, etnik, minat dan lain-lainnya. Status gizi balita adalah keadaan gizi anak di bawah usia lima tahun yang dinilai berdasarkan indeks antropometri (berat badan menurut umur, tinggi badan menurut umur, dan berat badan menurut tinggi badan). Status gizi yang baik sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan

anak, karena status gizi yang buruk dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan seperti stunting dan gizi buruk. Peserta kegiatan penyuluhan ini adalah ibu balita yang berjumlah 11 orang. Kegiatan dilakukan dengan tahapan memberikan penjelasan tentang tujuan dilakukannya kegiatan, membagikan pre-test kepada sasaran ibu balita, memberikan penyuluhan kesehatan tentang “gizi pada balita”, memberikan kesempatan sasaran untuk bertanya, membagikan post-test kepada sasaran ibu balita. Dari kegiatan tersebut didapatkan ada peningkatan pengetahuan pada ibu balita setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang gizi pada balita. Saran terkait status gizi anak mencakup pemantauan pertumbuhan dan perkembangan secara rutin, memberikan edukasi gizi kepada orang tua, serta memastikan pemenuhan gizi seimbang melalui makanan yang beragam dan bergizi. Selain itu, penting untuk melakukan deteksi dini masalah gizi seperti stunting, wasting, atau obesitas, serta memberikan intervensi yang tepat jika ditemukan masalah.

Pendahuluan

Gizi merupakan proses dimana suatu organisme menggunakan makanan yang biasa dikonsumsi untuk menghasilkan energi melalui proses pencernaan, penyerapan, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan ekskresi zat-zat yang tidak ini akan digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal organ. (Juairia J., 2022). Kebutuhan zat gizi pada balita semakin meningkat dibandingkan sebelumnya, seiring dengan banyaknya perkembangan yang dilakukan dan ditemukan hal-hal baru pada masa ini. Zat gizi memiliki banyak peranan yang sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan tubuh dimana gizi diperoleh dari makanan yang berbeda-beda, sehingga dalam pemberian makanan pada anak pada fase tumbuh kembang harus mendapatkan perhatian yang besar baik terhadap nilai gizi maupun tingkat variabilitasnya.

Tahap balita merupakan masa pelatihan dan perkembangan manusia. Usia ini merupakan usia yang rentan karena balita sangat sensitif terhadap gangguan pertumbuhan dan bahaya-bahaya yang menyertainya. Tahun-tahun masa balita atau usia dikenal juga sebagai masa emas (*golden age*), dimana kemampuan dasar indera, berpikir, berbicara, perkembangan intelektual yang mendalam dan juga perkembangan moral awal akan terbentuk. Tujuan penelitian ini dilakukan yaitu agar mengetahui bahwa peran gizi terhadap perkembangan dan pertumbuhan pada masa balita. (Vyanti, 2022)

Secara umum masalah gizi masih mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Gizi buruk merupakan penyebab kematian tertinggi anak di negara berkembang. Sekitar 870 juta orang dari 7,1 miliar penduduk dunia atau 1 dari delapan orang penduduk dunia menderita gizi buruk dan sebagian besar tinggal di negara berkembang (Habir D., 2021)

Anak-anak merupakan penderita gizi buruk terbesar di seluruh dunia dan lebih dari 70% kasus gizi buruk pada anak terdapat di Asia, 26% di Afrika dan 4% di Amerika Latin (Alpin A., 2021). Gizi buruk merupakan salah satu penyebab kematian pada anak. Terdapat 10,9 juta kasus kematian anak dengan kasus gizi buruk. Jumlah balita dengan gizi buruk dan gizi kurang di Indonesia yaitu 17,7% di tahun 2018. Hal ini masih diatas target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) yaitu 17% (Kemenkes RI, 2018).

Angka kejadian gizi buruk paling tinggi di Indonesia yaitu di Provinsi Nusa Tenggara Timur. Sedangkan Provinsi Sumatera Barat merupakan urutan ke 10 gizi buruk pada balita di Indonesia merupakan cakupan tertinggi kasus gizi buruk pada balita

(Kemenkes RI, 2018). Status gizi balita secara umum dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor langsung terdiri dari asupan makanan, penyakit infeksi dan faktor tidak langsung terdiri dari pengetahuan, status ekonomi, dan peran petugas kesehatan (Alpin A., 2021).

Penelitian Alpin et al., menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan status gizi balita, ada hubungan peran kader dengan status gizi dan ada hubungan status ekonomi dengan status gizi balita. (Alpin A., 2021) Hal yang sama juga dilakukan oleh Habir et al., bahwa ada hubungan asupan makanan dengan status gizi, ada hubungan penyakit infeksi dengan status gizi dan tidak ada hubungan pengetahuan dengan status gizi. (Habir, 2021)

Metode

Metode yang digunakan dalam pelayanan komunitas :

(1) Deskriptif yaitu Metode yang menggambarkan keadaan wilayah, suasana dan kegiatan yang dilakukan oleh masyarakat serta masalah yang terjadi di RT 007 Kelurahan Batin Tikal Kecamatan Tamansari Kota Pangkalpinang Kepulauan Bangka Belitung, dengan memberikan solusi yang tepat dalam mengatasi permasalahan tersebut.

(2) Partisipasi aktif yaitu anggota kelompok dalam masyarakat di RT 007 Kelurahan Batin Tikal Kecamatan Tamansari Kota Pangkalpinang Kepulauan Bangka Belitung kelompok ibu Balita, dan ikut serta dalam pelaksanaan manajemen kebidanan dalam masyarakat yang telah disusun dan direncanakan sesuai dengan kesepakatan bersama yang melibatkan tokoh masyarakat dan mahasiswa.

(3) Wawancara yaitu dengan tanya jawab langsung terhadap sasaran. Wawancara yang dilakukan pertama kali adalah dengan tokoh masyarakat yaitu pak RT dan bidan desa untuk mendapatkan data yang akan digunakan dalam pengkajian mahasiswa. Setelah didapatkan data tentang keadaan wilayah di RT 007 Batin Tikal, maka dilakukan pengkajian tiap KK dengan melakukan wawancara memberikan pertanyaan terhadap sasaran yaitu kelompok ibu balita dan kader.

(4) Study literature yaitu mempelajari data yang sudah ada didapat dari wawancara terhadap pak RT, Bidan desa dan kader. Data yang dipelajari berupa data jumlah penduduk berdasarkan jumlah kk baik perempuan ataupun laki-laki. Data tersebut dibandingkan dengan data yang didapat sesuai pengkajian yang dilakukan mahasiswa.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan komunitas ini diikuti oleh sasaran ibu yang memiliki balita yang merupakan masyarakat di RT 007 Kelurahan Batin Tikal Kecamatan Tamansari Kota Pangkalpinang Provinsi Bangka Belitung. Kegiatan dimulai dari pengkajian, analisa data, perumusan masalah, menentukan prioritas masalah, perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Kegiatan ini berlangsung dengan baik sesuai dengan jadwal yang sudah diterapkan. Hasil kegiatan komunitas adalah sebagai berikut:

Kegiatan Penyuluhan Ibu Balita

Pelaksanaan kegiatan komunikasi, informasi dan edukasi sebagai upaya dalam Meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang gizi pada balita yang dilaksanakan pada 17 Mei WIB-selesai. kegiatan ini dilaksanakan dengan tahapan sebagai berikut yaitu: persamaan persepsi dengan kelompok sasaran, kemudian membagikan pretest, penyampaian materi penyuluhan dibantu dengan media leaflet dan PPT yang ditayangkan, diskusi dan tanya jawab, membagikan posttest. Diberikan pretest dan posttest kepada ibu yang memiliki balita bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan.

Berikut karakteristik pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang status gizi.

Tabel 1 Hasil Pretest Pengetahuan ibu Tentang status gizi pada balita Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik		
Cukup	3	27,78
Kurang	8	72,72
Jumlah	11	100

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang gizi pada balita sebelum diberikan pendidikan kesehatan diperoleh sebagian besar ibu balita 72,72% memiliki pengetahuan kurang dan 26,7% memiliki pengetahuan cukup.

Tabel 2 Hasil Pengetahuan ibu Tentang status gizi pada balita Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	9	81,81
Cukup	2	18,19
Kurang		
Jumlah	11	100

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang gizi pada balita sesudah diberikan pendidikan kesehatan diperoleh sebagian besar ibu balita 81,81% memiliki pengetahuan baik dan 18,19% memiliki pengetahuan cukup.

Tabel 3 Efektifitas Pendidikan Kesehatan Tentang status gizi pada balita Terhadap Pengetahuan ibu Hasil Efektifitas

Pengukuran	Mean	Standar Deviasi	P Value	N
Pretest	19,0909	4,57066	0,007	11
Posttest	28,7273	6,98700		

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan bahwa efektifitas pendidikan kesehatan tentang gizi pada balita terhadap pengetahuan ibu diperoleh hasil uji *Paired Sample T Test* yaitu $p=0,007$ berarti pendidikan kesehatan tentang gizi pada balita efektif meningkatkan pengetahuan ibu balita.

Hasil yang telah didapatkan dari 11 responden menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang gizi pada balita sebelum diberikan pendidikan kesehatan diperoleh sebagian besar ibu balita 72,72% memiliki pengetahuan kurang dan 26,7% memiliki pengetahuan cukup. Sedangkan menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang gizi pada balita sesudah diberikan pendidikan kesehatan diperoleh sebagian besar ibu balita 81,81% memiliki pengetahuan baik dan 18,19% memiliki pengetahuan cukup.

Nilai rata-rata tingkat pengetahuan ibu tentang gizi pada balita sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 19,0909 dan setelah diberikan pendidikan kesehatan adalah 28,7273. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan nilai rata-rata tingkat pengetahuan tentang gizi pada balita setelah diberikan pendidikan kesehatan sebesar 9,6364 dengan nilai $p=0,007$ berarti pendidikan kesehatan tentang gizi pada balita efektif meningkatkan pengetahuan ibu.

Pada saat penyuluhan, ibu-ibu dianjurkan untuk menerapkan pesan gizi seimbang dalam menyiapkan makanan dan mengatur pola makan untuk keluarga. Pesan gizi seimbang meliputi syukuri dan nikmati anekaragam makanan, banyak sayuran dan cukup buah-buahan, biasakan mengkonsumsi lauk pauk yang mengandung protein tinggi, biasakan mengkonsumsi anekaragam makanan pokok, batasi konsumsi pangan manis, asin, dan berlemak, biasakan sarapan, biasakan minum air putih yang cukup dan aman, biasakan

membaca label pada kemasan pangan, cuci tangan pakai sabun dengan air bersih yang mengalir, serta lakukan aktifitas fisik yang cukup untuk mempertahankan berat badan normal (KEMENKES RI, 2014)

Pedoman Gizi Seimbang (PGS) bertujuan untuk menyediakan pedoman makan dan berperilaku sehat bagi seluruh lapisan masyarakat berdasarkan prinsip konsumsi anekaragam pangan, perilaku hidup bersih, aktivitas fisik dan mempertahankan berat badan normal. Prinsip gizi seimbang terdiri dari 4 (empat) pilar yang pada dasarnya merupakan rangkaian upaya untuk menyeimbangkan antara zat gizi yang keluar dan zat gizi yang masuk dengan memonitor berat badan yang ideal secara teratur. Empat pilar itu meliputi mengkonsumsi pangan beranekaragam, membiasakan perilaku hidup bersih, melakukan aktivitas fisik, dan mempertahankan dan memantau berat badan normal (KEMENKES RI, 2014).

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mufidah ditemukan hasil status gizi baik sebanyak 74,4%. Artinya pada penelitian ini menunjukkan masih ada status gizi balita yang kurang. Hampir sebagian status gizi kurang yang terjadi pada balita baik yang peneliti lakukan maupun yang dilakukan oleh peneliti lain. Status gizi merupakan ekspresi dari keadaan kesimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau perwujudan dari nutrisi dalam bentuk tertentu (Hasrul H., 2020).

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan Alpin et al., di Wilayah Kerja Puskesmas Tawanga Kabupaten Konawe Provinsi Sulawesi Tenggara bahwa ditemukan hasil ada hubungan asupan makan dengan status gizi balita. (Alpin A., 2021) Asupan makanan yang baik pada penelitian ini terlihat bahwa ibu balita sudah memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi balita dan budaya kebiasaan makan yang diterapkan terhadap anak. Kebiasaan makan dipengaruhi oleh faktor sosial dan budaya di daerah setempat dalam pemberian variasi makanan pada anak. Hal ini sejalan dengan penelitian Andayani & Ausrianti bahwa terdapat 34,5% anak remaja dengan kebiasaan makan yang kurang baik. Sehingga diperlukan pengetahuan ibu agar dapat menyediakan asupan makanan untuk balita sesuai dengan anjuran tenaga kesehatan. Selain itu asupan makan yang baik dapat dilihat dari peran petugas kesehatan yang mendukung dalam hal tentang status gizi balita (Alpin A., 2021).

Salah satu penyebab kurangnya gizi balita dikarenakan petugas kesehatan kurang dalam kunjungan rumah, sehingga balita yang mengalami gizi kurang tidak terdeteksi. Maka dari itu petugas kesehatan perlu melakukan kunjungan ke rumah balita yang mengalami gizi kurang untuk mengawasi dan membantu keluarga atau ibu dalam mempraktekkan perawatan dan pengasuhan yang baik dan benar. Dari hasil penelitian dapat dilihat dari jawaban kuesioner bahwa petugas kesehatan kurang memberikan penyuluhan kesehatan tentang kerumah ibu. Petugas tidak mengisi perkembangan tumbuh kembang balita di dalam KMS agar memudahkan ibu membaca dan tidak berperannya petugas dalam semua kebutuhan bagi kesehatan balita.

Hasil tanya jawab status gizi dalam praktik komunitas dapat memberikan gambaran mengenai pemahaman masyarakat tentang gizi, pola makan, dan masalah gizi yang mungkin ada. Analisis hasil tanya jawab ini penting untuk merancang intervensi gizi yang tepat sasaran, seperti penyuluhan, pelatihan, atau program gizi berbasis bukti, guna meningkatkan status gizi masyarakat. Berikut adalah beberapa poin penting dalam pembahasan hasil tanya jawab status gizi:

Yang pertama adalah Pemahaman tentang Gizi Seimbang apakah mereka mengetahui pentingnya mengonsumsi berbagai jenis makanan, peran zat gizi makro dan mikro, serta hubungan antara gizi dan kesehatan. Didapatkan hasilnya dapat menunjukkan kesenjangan pengetahuan karena masyarakat mungkin kurang memahami pentingnya konsumsi protein, vitamin, atau mineral, atau kurang menyadari dampak kurang gizi terhadap kesehatan jangka panjang.

Pembahasan yang kedua tentang pola makan dan kebiasaan makan melalui pertanyaan tentang jenis makanan yang dikonsumsi, frekuensi makan, ukuran porsi, dan kebiasaan ngemil, dapat diketahui apakah pola makan tersebut sudah sesuai dengan prinsip gizi seimbang dengan Hasilnya dapat mengidentifikasi masalah pola makan yaitu konsumsi makanan tinggi lemak, gula, dan garam yang berlebihan, kurangnya konsumsi sayur dan buah, atau pola makan yang tidak teratur.



Gambar 1. Pendidikan Kesehatan tentang Status Gizi Balita

Simpulan dan Saran

Pelaksanaan praktik kebidanan komunitas yang berlangsung pada Tanggal 21-27 April 2025, pukul 16.00 WIB-Selesai. Tempat pelaksanaan di RT 007, Kelurahan Batin Tikal Kecamatan Tamansari Kota Pangkalpinang Provinsi Bangka Belitung. Responden 11 balita, 1 balita sehat, 10 termasuk balita stunting, serta dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu yang memiliki balita setelah dilakukan post test. Dengan hasil yaitu $p=0,007$ berarti pendidikan kesehatan tentang status gizi pada balita efektif meningkatkan pengetahuan ibu yang memiliki balita. Saran bagi pihak puskesmas atau tnga kesehatan yang lain dapat mencakup pemantauan pertumbuhan dan perkembangan secara rutin, memberikan edukasi gizi kepada orang tua, serta memastikan pemenuhan gizi seimbang melalui makanan yang beragam dan bergizi. Selain itu, penting untuk melakukan deteksi dini masalah gizi seperti stunting, wasting, atau obesitas, serta memberikan intervensi yang tepat jika ditemukan masalah

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Ida Sofiyanti, S.SiT., M.Keb selaku ketua program studi Profesi Kebidanan. Vistra Veftisia, S.SiT.,M.PH Selaku Dosen Pembimbing Praktik Komunitas yang sudah sabar membimbing, mendukung dan memberikan arah dari mulai kegiatan sampai penyusunan artikel.

Daftar Pustaka

- Alpin A., Salma, W. O., & Tosepu, R. 2021. *Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Gizi Buruk Pada Balita Dimasa Pandemi Covid-19 Di Wilayah Kerja Puskesmas Tawanga Kabupaten Konawe Provinsi Sulawesi Tenggara*. s.l. : Jurnal Ilmiah Obsgin Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan P-ISSN : 1979-3340 eISSN : 2685-7987, 13(3), 1–10., 2021. , 2021. <https://stikes-nhm.ejournal.id/JOB/article/view/409> ..
- Habir D., Tosepu, R., & Asriati. 2021. *Analisis Perbedaan Kesehatan Dasar dan Hygiene Perorangan pada Balita terhadap Status Gizi*. s.l. : Jurnal Ilmiah Obsgin, 13(4), 11–18, 2021, 2021.
- Hasrul H., Hamzah, H., & Aslinda, H. 2020. *Influence of Foster Pattern About the Status of Child Nutrition*. s.l. : Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 9(2),792–797. , 2020. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.403>..

Prosiding
Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan
Universitas Ngudi Waluyo

- Juairia J ., Malinda, W., Hayati, Z., Ramadhanty, N., & Putri, Y. F. 2022. *Kesehatan diri dan lingkungan: pentingnya gizi bagi perkembangan anak*. s.l. : Jurnal Multidisipliner Bharasumba, 1(03), 269-278., 2022, 2022.
- KEMENKES RI. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta : KEMENTERIAN KESEHATAN RI, 2014.
- Kemenkes RI. 2018. *Profil Kesehatan Indonesia. Hasil Utama RISKESDAS 2018*. s.l. : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018.
- Vyanti, A., Yani, A., Pratiwi, B. Y., Rahmawati, C., & Putri, Y. F. 2022. *Kesehatan diri dan lingkungan: pentingnya gizi bagi perkembangan anak*. s.l. : Jurnal Multidisipliner Bharasumba, 1(02 April), 93-99. : s.n., 2022, 2022.