



PROMOSI GIZI SEIMBANG UNTUK OPTIMASI TUMBUH KEMBANG BALITA PADA MASA PANDEMI *COVID-19* DI KECAMATAN BOYOLANGU

Aldila Wanda Nugraha¹

¹ Pendidikan IPA, Universitas Bhinneka PGRI

Jl. Mayor Sujadi Timur No. 7 Tulungagung

¹Email: aldilanugraha89@gmail.com

ABSTRAK

Promosi gizi merupakan kegiatan pertukaran informasi dan edukasi yang dapat meningkatkan pemahaman ibu tentang gizi anak, menanamkan sikap positif ibu terhadap gizi seimbang, dan meningkatkan kebiasaan makan keluarga khususnya balita. Acara ini dilakukan dengan memberikan materi tentang pentingnya gizi seimbang di masa pandemi COVID-19, disertai dengan brosur dan demonstrasi. Kegiatan konsultasi diawali dengan pre-test untuk mengetahui pengetahuan dan sikap awal ibu terhadap gizi seimbang, dan kegiatan untuk menilai status gizi dengan mengukur berat badan dan panjang badan. Kegiatan penyuluhan materi dipromosikan oleh pengabdian, dan akan mengakhiri kegiatan dengan pengujian *post-test*. Tujuan dari *post-test* adalah untuk mengetahui apakah pengetahuan dan sikap ibu yang memiliki anak balita mengalami peningkatan setelah dilakukan kegiatan penyuluhan. Kegiatan promosi dilaksanakan pada setiap acara posyandu di Balai Desa Beji dan Balai Desa Tanjungsari.

Kata Kunci: balita, gizi seimbang, *golden age*, pandemi, tumbuh kembang

ABSTRACT

Nutrition promotion is an information exchange and educational activity that can increase mothers' understanding of children's nutrition, inculcate mothers' positive attitudes towards balanced nutrition, and improve the eating habits of families, especially young children. This event was carried out by providing materials on the importance of balanced nutrition in the golden ages of the COVID19 pandemic, along with brochures and demonstrations. The consultation activity starts with the pre-test to determine the mother's preliminary knowledge and attitudes towards balanced nutrition, and the activity to assess the nutritional status by measuring weight and length. The material delivery activity is promoted by a servant, and the servant will end the testing activities with post-test. The purposes of post-test is to understand whether the knowledge and attitude of mothers with young children have improved after the consultation activities. During the interval between the posyandu activities of the Beji Village Hall and the Tanjungsari Village Hall, there will be a promotion activity for each village hall. Keyword: toddler, balanced nutrition, golden age, pandemic, growth and development

PENDAHULUAN

Pada masa kanak-kanak 0 sampai 5 tahun, pertumbuhan dan perkembangan meningkat dengan sangat pesat dan mengejutkan (Chamidah, 2009). Masa ini disebut masa keemasan dan masa/periode kritis. Masa emas merupakan periode yang sangat krusial untuk memperhatikan tumbuh kembang balita agar dapat mendeteksi kelainan seawal mungkin (Siti, 2015). Perlu juga diperhatikan pemberian asupan gizi yang cukup untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, karena apabila asupan gizi tidak dapat sesuai dengan kebutuhan, maka masa emas akan menjadi masa kritis yang mengganggu proses tumbuh kembang anak (Uce, 2017). Makan makanan bergizi sangat penting untuk pertumbuhan sel otak dan perkembangan fisik pada anak usia dini. Jika seorang anak kekurangan gizi, maka akan berdampak pada gangguan pertumbuhan, kerentanan terhadap infeksi, peradangan/inflamasi kulit, tidak terjangkau, dan produktivitas rendah. Dibandingkan dengan anak yang gizinya baik, pada akhirnya akan menghambat perkembangan kognisi, gerak, bahasa, dan keterampilan anak (Chamidah, 2009). Karena gizi merupakan faktor esensial dalam pola tumbuh kembang anak pada periode usia emas, maka orang tua harus memperhatikan kebutuhan dan jumlah gizi seimbang.

Rendahnya pengetahuan ibu tentang gizi akan mengakibatkan penurunan kemampuan dalam menerapkan informasi dalam kehidupan sehari-hari, yang merupakan salah satu penyebab terjadinya gangguan gizi (Hantari, 2017). Tujuan promosi gizi adalah: a) membentuk sikap positif terhadap gizi; b) meningkatkan pengetahuan gizi; c) merangsang motivasi untuk belajar lebih banyak tentang isu-isu terkait gizi; d) perubahan perilaku yang lebih baik untuk mengoptimalkan masa emas anak (Mardalena, 2013).

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, sejak tahun 2013, proporsi balita gizi buruk di Indonesia mengalami penurunan dari 19,6% menjadi 17,7% (malnutrisi 3,9 dan gizi buruk 13,8%) (Kemenkes RI, 2018), (Nirmala dan Ratnawati, 2018). Namun penurunan tersebut belum mencapai target RPJMN yaitu 17%. Kasus gizi buruk tertinggi pada tahun 2018 tercatat di Kota Padang, dengan angka prevalensi 16,34%. Kadar BGM (balita bawah garis merah) di Puskesmas/balai kesehatan Beji dan Boyolangu Kabupaten Tulungagung perlu diwaspadai agar balita penderita BGM tidak mengalami gizi buruk.

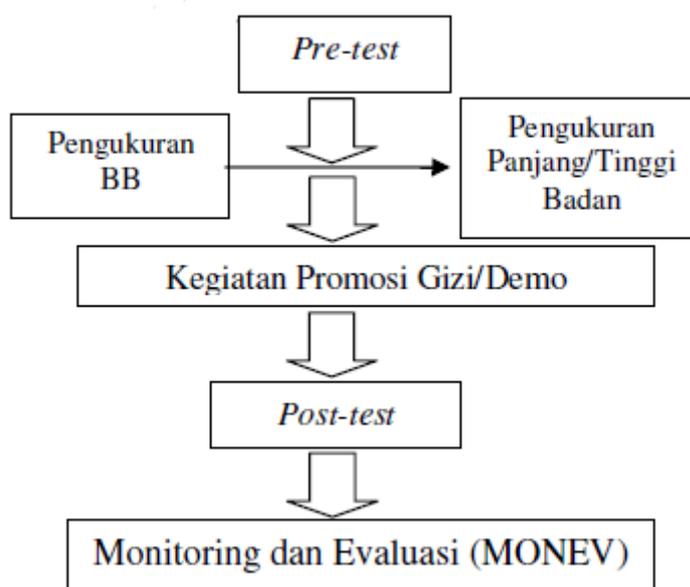
Penelitian yang dilakukan oleh Milda dan Ratnawati di wilayah kerja Puskesmas/balai kesehatan Gapura Kabupaten Sumenep Jawa Timur pada tahun 2018 menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu dengan status gizi balita (Febri *et.al.*, 2019). Hal tersebut kemudian didukung oleh penelitian Hantari tahun 2017 yang menunjukkan bahwa



rendahnya pengetahuan gizi ibu akan berakibat penurunan kemampuan/abilitas dalam menyerap informasi di kehidupan sehari-hari yang menjadi salah satu faktor terjadinya gangguan gizi anak (Hantari, 2017). Hasil penelitian Azrimaidaliza (2019) menemukan bahwa separuh dari ibu (54,2%) kurang memiliki pengetahuan tentang gizi buruk, sehingga perlu peningkatan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama yang di bawah usia 5 tahun.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan abdimas ini dilakukan bersama dengan rencana kegiatan Posyandu di balai desa, berupa kegiatan Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) dan dibagi menjadi beberapa tahapan sebagai berikut:



Gambar 1. Tahapan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berlangsung di balai desa Beji dan balai desa Tanjungsari. Kami berharap sebagian besar ibu dengan balitanya dapat memahami pentingnya gizi seimbang dan kemudian menyebarkan informasi ini kepada masyarakat dan keluarga lainnya, dan menerapkannya dalam keseharian hidup untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan melalui

penyusunan materi sosialisasi, diantaranya: (1) esensi masa keemasan, (2) pemahaman gizi seimbang, (3) informasi formal tentang gizi seimbang, dan (4) gizi seimbang anak usia 2-4 tahun. tua. Sarana pendukung kegiatan penyuluhan berupa brosur yang berisi materi gizi dan sarana penunjang lainnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Puskesmas/balai kesehatan Beji terletak di kabupaten Boyolangu. Area kerja memiliki luas 34,27 kilometer persegi, medannya datar dan terjal, serta merupakan area pertanian dan pemukiman. Sejak tahun 2012, wilayah kerja Puskesmas/balai kesehatan Beji terbagi menjadi 4 desa yaitu Desa Tanjung Sari, Desa Kepuh, Desa Beji dan Desa Serut. Tenaga kesehatan di Puskesmas/balai kesehatan Beji berjumlah 41 orang, yaitu 27 staf, 3 PTT dan 11 relawan. Sarana dan prasarana yang ada di Puskesmas/balai kesehatan Beji meliputi 1 puskesmas/balai kesehatan sentra, 1 puskesmas/balai kesehatan pendukung, 1 poliklinik, 1 ruang gawat darurat, 1 klinik pengobatan, 2 motor dan 1 mobil. Puskesmas/balai kesehatan Boyolangu pada awalnya merupakan Puskesmas/balai kesehatan pembantu Kabupaten, namun pada akhir tahun 2001 berganti nama menjadi Puskesmas/balai kesehatan Boyolangu. Puskesmas/balai kesehatan Boyolangu terletak di Desa Boyolangu, Kecamatan Boyolangu, Kabupaten Tulungagung. Puskesmas/balai kesehatan Boyolangu memiliki 51 PNS, 5 PTT dan 5 relawan.

Pada tanggal 1 Maret 2021 (Senin) dan 15 Maret 2021 (Senin), kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di balai desa Beji dan berikutnya di balai desa Tanjungsari. Adapun kegiatan yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Pekerjaan persiapan sebelum kegiatan, antara lain
 - a. Pengurusan izin kegiatan ke Dinas terkait.
 - b. Membuat brosur yang berisi materi yang disajikan ke sasaran/ibu balita.
 - c. Siapkan kuesioner pre-test dan post-test pada suhu untuk mengetahui pemahaman ibu tentang urgensi gizi seimbang bagi tumbuh kembang anak.
 - d. Membuat spanduk acara.
 - e. Berkoordinasi dengan tenaga kesehatan khususnya pengelola program gizi balai desa Beji dan balai desa Tanjungsari, serta melibatkan ibu dan balita yang berpartisipasi dalam kegiatan posyandu.
2. Pelaksanaan kegiatan abdimas adalah sebagai berikut;
 - a. Acara tersebut diikuti oleh 52 orang, 27 orang dari Beji, dan 25 orang dari Tanjungsari.



- b. Kegiatan diawali paparan tujuan kegiatan abdimas yang akan dilakukan kepada ibu-ibu peserta posyandu. Hal ini disampaikan oleh juru bicara/petugas penyuluhan dibantu oleh bidan dan penanggung jawab program gizi.
- c. Kegiatan pre-test akan dilakukan sebelum penyampaian materi pengabdian, anggota posyandu akan menjawab berbagai pertanyaan (kuesioner) terkait materi yang akan dibagikan sebelum penyampaian materi dilakukan.
- d. Pembicara menggunakan metode ceramah dari booklet untuk menyampaikan materi. Brosur dibagikan kepada anggota posyandu selama masa konsultasi dan dikumpulkan kembali pada saat acara *post-test*. Setelah materi disampaikan, anggota posyandu diberi kesempatan untuk bertanya. Anggota posyandu yang mengikuti acara ini cukup antusias dengan materi yang diberikan. Hal ini terlihat dari pertanyaan-pertanyaan yang diajukan.
- e. Pengukuran status gizi balita dengan mengukur/menimbang berat badan dan panjang badan atau tinggi badan. Gunakan timbangan digital untuk menimbang dan gunakan alat ukur panjang badan untuk mengukur panjang badan anak di bawah 2 tahun atau yang belum bisa berdiri tegak. Karakteristik usia dan jenis kelamin balita yang mengikuti kegiatan posyandu dan abdimas dijelaskan pada tabel 1:

Karakteristik balita	Jumlah	
	f	%
Jenis kelamin		
Laki-laki	19	36,5
Perempuan	33	63,5
Umur		
0-11	9	17,31
12-23	7	13,46
24-35	22	42,31
36-47	5	9,62
48-59	9	17,31

Tabel 1. Karakteristik balita

Dapat dilihat dari Tabel 1 bahwa mayoritas balita yang mengikuti kegiatan posyandu dan abdimas adalah perempuan/putri yaitu 33 (63,5%) dan laki-laki/putra (36,5%). Menurut kelompok umur, sebagian besar ibu yang mengikuti kegiatan abdimas ini berumur antara 24-35 bulan yaitu sebanyak 22 (42,3%).

Umur balita (bulan)	Rata-rata	SD	Min	Max	Median
---------------------	-----------	----	-----	-----	--------

27,8	13,3	4	57	27,5
------	------	---	----	------

Tabel 2. Umur balita

Dapat dilihat dari Tabel 2 bahwa rata-rata usia balita yang mengikuti kegiatan posyandu dan abdimas adalah 27,8 bulan.

- f. Kegiatan post-test dilakukan setelah penyampaian materi/sesi tanya jawab selesai. Pada kegiatan post-test ini, objek pengabdian diminta untuk menjawab angket tentang pentingnya gizi seimbang. Pertanyaan-pertanyaan dalam angket post-test sama dengan pertanyaan-pertanyaan dalam angket pre-test. Tingkat pengetahuan gizi ibu dan anak balita yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat dapat dipahami dengan mengajukan pertanyaan, hingga 10 pertanyaan tentang pola hidup sehat dan gizi seimbang. Pengetahuan gizi ibu dibagi menjadi dua kategori yaitu pengetahuan baik dan pengetahuan sangat sedikit. Jika ibu dapat menjawab sampai dengan 7 soal dengan benar maka pengetahuannya baik, dan jika ibu menjawab pertanyaan dengan benar maka pengetahuannya kurang. 7 pertanyaan. Pengetahuan gizi ibu yang baik diharapkan dapat meningkatkan penerapan pola pengasuhan khususnya pemberian makan dan menyusui yang memenuhi gizi seimbang, sehingga dapat memenuhi kebutuhan anak untuk menunjang tumbuh kembang anak. Berbagai teori dan riset menunjukkan bahwa pemahaman ibu yang buruk merupakan salah satu indikator penyebab terjadinya masalah gizi dan kesehatan pada balita. Gambaran berat badan dan tinggi badan anak peserta kegiatan pengabdian masyarakat dapat dilihat pada tabel 3 di bawah ini:

Pengukuran	Rata-rata	SD	Min	Max
BB	12,2	10,54	6	16
TB	86	10,45	66	105

Tabel 3. Hasil pengukuran BB dan TB

Berdasarkan Tabel 3, rerata berat badan (BB) anak peserta kegiatan abdimas adalah 12,2 kg dan rerata tinggi badan atau panjang badan anak adalah 86 cm. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan melalui kerjasama dengan 2 desa dan masyarakat merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat khususnya kepedulian ibu terhadap gizi seimbang, pengetahuan yang mendorong pertumbuhan dan perkembangan, dan perkembangan anak usia dini. Melalui kegiatan advokasi gizi, pemahaman masyarakat tentang pola hidup sehat dan gizi seimbang diharapkan lebih efektif, sehingga meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku ibu dalam menerapkan pola hidup sehat dan gizi seimbang pada balita.



Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan sesuai rencana berupa sosialisasi materi gizi seimbang, dua kali di 2 lokasi, dengan cakupan meluas dan tujuan yang komprehensif. Kegiatan ini diharapkan tidak hanya terfokus pada ibu-ibu balita yang berkunjung ke posyandu dan mengikuti penyuluhan, tetapi juga dapat disampaikan ibu-ibu balita kepada keluarganya, dan ibu-ibu yang tinggal di dekat rumah ibu balita sasaran agar dapat dimanfaatkan dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa keterbatasan yang ditemukan dalam kegiatan pelayanan antara lain: mencari waktu yang tepat untuk acara, karena kegiatan tersebut memerlukan koordinasi dengan pihak perangkat desa. Kemudian di satu sisi, terdapat beberapa kegiatan sehingga perlu dikondisikan agar mereka bisa mengikuti kegiatan dengan tenang dan serius. Selain itu, tidak semua ibu balita sasaran bersedia mengikuti kegiatan sampai selesai. Secara umum kegiatan pengabdian ini berjalan dengan lancar dan dapat mencapai tujuan yang ditargetkan pengabdian.

Capaian tujuan kegiatan dapat dilihat dari peningkatan persentase pengetahuan ibu tentang nutrisi seimbang setelah memberikan saran. Jika penyuluhan dibuat kontinu, hasil yang lebih baik tentu dapat tercapai. Ke depannya, aktivitas kegiatan ini dapat dilakukan secara teratur dan tidak hanya dilakukan di 2 tempat, tetapi juga di balai desa lainnya. Harapannya di masa depan kegiatan ini dapat berjalan lebih baik dengan suasana yang lebih mendukung, lingkungan yang lebih baik, sehingga pengabdian dapat memberikan kontribusi yang baik dalam upaya mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi. Tabel 4 dalam bentuk jenis luaran yang diharapkan setelahnya kegiatan ini.

No	Jenis Luaran	Indikator Capaian
1.	Publikasi ilmiah di jurnal	Ada
2.	Publikasi Pada Media Massa (cetak/elektronik)	Belum Ada
3.	Peningkatan pengetahuan dan informasi pada mitra di bidang kesehatan	Ada

Tabel 4. Jenis luaran hasil pengabdian

KESIMPULAN

1. Kegiatan abdimas berjalan lancar sesuai dengan target yang ditetapkan.
2. Kegiatan ini meliputi beberapa tahapan/langkah, yaitu *pre-test*, sosialisasi materi yang berkaitan dengan gizi seimbang, *post-test*, dan mengukur berat dan panjang/tinggi badan.
3. Peserta pengabdian ini sangat antusias dengan kegiatan yang dilakukan, terbukti dengan kehadiran mereka dan menyimak dengan seksama materi yang diberikan. Para ibu dari beberapa anak dan balita juga mengajukan pertanyaan terkait beberapa materi dan keluhan dalam metode pengasuhan dan pemberian asupan gizi dalam keseharian di rumah tangga.

REKOMENDASI

Diperlukan adanya kegiatan lanjutan atau keberlanjutan untuk lebih memperkuat pemahaman dan informasi tentang gizi seimbang yang mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga akan berdampak baik pada tumbuh kembang anak dan balita. Adanya tambahan materi mengenai sayur-mayur, produk nabati dan hewani yang relatif mudah didapat dengan harga relatif terjangkau namun memiliki kandungan nutrisi tinggi yang dibutuhkan bagi perkembangan otak dan peningkatan kemampuan kognitif dan psikomotor anak dan balita.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada para perangkat desa Beji dan Tanjungsari atas bantuan dan dukungan sehingga kegiatan abdimas ini dapat berjalan dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Chamidah, A.N. (2009). Pentingnya Stimulasi Dini Bagi Tumbuh Kembang Otak Anak. Unit Pelayanan Kesehatan UNY.
- Febri, I. P., Buntoro, G. A., & Ariyadi, D. (2019). Pendampingan Usaha Ternak Lele Menuju Kemandirian Finansial Melalui Penerapan Sistem Akuntansi. *Jurnal Dharma Bhakti Ekuitas*, 3(2), 6-10.
- Hantari, A.R.F. (2017). Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Nutrisi Usia Prasekolah pada Ibu dengan Anak Status Gizi Kurang. Muhammadiyah Surakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018. Hasil utama Riskesdas 2018. (2018). 1–220.
- Mardalena, I. (2013). Dasar-dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan. Pustaka Baru Press. 2017. 147-157 hal. Riskesdas 2013. RISKESDAS, 2013. Lap Nas 2013. 2013;1–384 Riskesdas. RISKESDAS, 2013. Lap.
- Nirmala Sari, M.R., Ratnawati, L.Y. (2018). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Pola Pemberian Makan dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas/balai kesehatan Gapura Kabupaten Sumenep. *Amerta Nutr*; 2(2):182.



- Rosen, S. H. (1995). *Public Finance, 4th Edition*. New York: McGraw Hill.
- Siti, M. (2015). *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini Jilid I*. Perdana Publishing.
- Tiebout, C. (2017). A Pure Theory of Local Government Expenditures, *Journal of Political Economy*, 1(2), 416-424.
- Uce, L. (2017). The Golden Age : Masa Efektif Merancang Kualitas Anak. *Hist Mech Mach Sci*.
- Wibowo, T. (2004). “Potret Fiskal Daerah Sebelum dan Pada Era Desentralisasi”, Badan Pengkajian Fiskal, Departemen Keuangan, Republik Indonesia. (<http://www.fiskal.depkeu.go.id/kajian/thn2004/Wibowo.pdf>).