



## **PENDAMPINGAN POS GIZI BALITA MATAHARI SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN KEJADIAN MASALAH GIZI PADA ANAK**

**Mustikawati\*, Fujianti, Maharani**

Program Studi DIII Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pamentas, Jl. Pertanian Raya No.1 10, Lb. Bulus, Cilandak, Jakarta 12440, Indonesia

\*[alextika711@gmail.com](mailto:alextika711@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Status gizi adalah kondisi Kesehatan yang menggambarkan seberapa baik asupan gizi dan pemanfaatan zat gizi dalam tubuh. Masalah gizi akan timbul jika antara asupan zat gizi yang dikonsumsi dengan kebutuhan gizi tidak sesuai. Jenis masalah gizi yang biasa timbul antara lain gizi kurang dan gizi buruk. Melihat masalah yang ada perlu pemantauan tentang program posyandu balita. Tujuan kegiatan ini untuk melakukan pendampingan Pos Gizi Balita Matahari Kelurahan Pondok Ranji, Tangerang Selatan. Peserta dalam kegiatan ini terdiri dari orangtua dan balita serta kader Kesehatan yang berjumlah seluruhnya 34 orang. Metode yang digunakan pada pengabdian masyarakat adalah penyuluhan kesehatan tentang Tumbuh kembang Balita dan Gizi yang seimbang untuk balita, penimbangan BB, penilaian tumbang dengan format DDST, melakukan terapi bermain dan peragaan menu seimbang diakhiri dengan makan bersama. Kegiatan ini dilakukan selama 2x pertemuan (2 bulan). Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan selama 2x pendampingan terdapat 12 balita yang hadir dari 20 orang balita yang diundang. Telah terlaksana kegiatan pendampingan Pos Gizi Balita dengan kegiatan penyuluhan, pemeriksaan tumbuh kembang anak, pemberian makanan dan bermain Bersama. Kader Kesehatan menyatakan dapat memahami Langkah dari kegiatan pos gizi balita dan pemeriksaan tumbuh kembang. Melihat hasil yang ada maka disimpulkan kegiatan pendampingan pos gizi balita matahari sebagai upaya pencegahan kejadian masalah gizi pada anak berjalan dengan lancar.

Kata kunci: balita; gizi; pendampingan pos gizi; tumbuh kembang

## ***SUPERVISION OF THE NUTRITION POSTS OF TODDLERS IN MATAHARI AS AN EFFORTS TO PREVENT NUTRITIONAL PROBLEMS IN CHILDREN***

### **ABSTRACT**

*Nutritional status is a health condition that describes how good the nutritional intake and utilization of nutrients in the body are. Nutritional problems will arise if the intake of nutrients consumed does not match nutritional needs. Types of nutritional problems that usually arise include malnutrition and severe malnutrition. Seeing the existing problems, it is necessary to monitor the toddler posyandu program. The purpose of this activity is to provide assistance to the Matahari Toddler Nutrition Post in Pondok Ranji Village, South Tangerang. Participants in this activity consisted of parents and toddlers and health cadres totaling 34 people. The methods used in community service are health counseling on Toddler Growth and Development and Balanced Nutrition for toddlers, weighing BB, assessing falls with the DDST format, conducting play therapy and demonstrating a balanced menu ending with eating together. This activity was carried out for 2 meetings (2 months). The results of the community service activities showed that during the 2 mentoring sessions, 12 toddlers were present out of 20 toddlers who were invited. The Toddler Nutrition Post mentoring activity has been carried out with counseling activities, examining child growth and development, providing food and playing together. Health cadres stated that they could understand the steps of the toddler nutrition post activity and examining growth and development.*

*Looking at the existing results, it can be concluded that the activities of mentoring the Matahari toddler nutrition post as an effort to prevent the occurrence of nutritional problems in children went smoothly.*

*Keywords: growth and development; toddlers; nutrition; nutrition post mentoring*

## **PENDAHULUAN**

Status gizi merupakan satu dari tiga faktor utama yang menentukan kualitas sumber daya manusia (SDM) (Salamung et al., 2021). Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai reaksi dari konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi (Antimas et al., 2017). Masalah gizi akan timbul jika antara asupan zat gizi yang dikonsumsi dengan kebutuhan gizi tidak sesuai (Permatasari & Eprilianto, 2023). Masalah gizi yang biasa timbul antara lain gizi kurang dan gizi buruk. Gizi kurang terjadi jika asupan zat gizi lebih rendah dibanding yang dibutuhkan, sedangkan gizi buruk terjadi jika asupan zat gizi semakin rendah (Kholifah et al., 2020). Periode dua tahun pertama kehidupan merupakan masa kritis dan penentu dari pertumbuhan dan perkembangan selanjutnya, karena pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat baik pertumbuhan dan perkembangannya (Noviansyah, 2022). Gangguan gizi yang terjadi pada periode ini bersifat permanen, tidak dapat dipulihkan walaupun kebutuhan gizi pada masa selanjutnya terpenuhi. Sehingga untuk membentuk generasi yang berkualitas sangat penting untuk menjaga asupan gizi pada 1000 hari pertama kehidupan (dari sejak janin sampai anak berusia 2 tahun pertama) (Latifah et al., 2016).

Penyebab masalah gizi antara lain rendahnya akses terhadap makanan dari segi jumlah dan kualitas gizi serta pola asuh yang kurang baik terutama pada praktik pemberian makan bayi dan anak (Muzaffar et al., 2024). Salah satu solusi yang dapat dilakukan adalah dengan mengembangkan pemberdayaan masyarakat melalui pendekatan Pos Gizi Masyarakat (Pos Giat) yang membantu perubahan perilaku ibu/pengasuh balita ke arah yang lebih baik dalam melakukan praktik-praktik kesehatan dan gizi pada balita. Pendekatan ini menitikberatkan pada upaya melibatkan berbagai lapisan yang ada di masyarakat dengan upaya memaksimalkan sumber daya dan strategi dalam menanggulangi masalah (Ludya et al., 2023). Program Pos Gizi Masyarakat ini bertujuan untuk memberikan dan meningkatkan pengetahuan, sikap, tindakan, dan pola asuh ibu balita terhadap balitanya. Dengan adanya peningkatan pengetahuan, sikap, tindakan, dan pola asuh ibu balita terhadap balitanya diharapkan ibu balita dapat mengaplikasikannya dalam kesehariannya dan berat badan balita gizi kurang dapat meningkat sesuai dengan standar pertumbuhannya dan perkembangannya.

Hasil studi pedahulua ditemukan banyaknya data di wilayah kelurahan Pondok Ranji balita dengan BB dibawah garis merah atau berada di garis merah. Kurang pengetahuan ibu tentang pertumbuhan dan perkembangan balita. Kurang kesadaran ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi balita. Kurang kesadaran ibu untuk disiplin dalam melakukan penimbangan pada balita Kelurahan pondok Ranji merupakan salah satu kelurahan yang ada di wilayah Ciputat Timur. Mempunyai 15 RW dengan 12 Posyandu. Memiliki jumlah bayi-balita kurang lebih 2000 jiwa yang tersebar di beberapa RW. Fasilitas kesehatan, perumahan dan pendidikan yang berada di kelurahan Pondok Ranji cukup banyak dan dengan jarak yang mudah di jangkau oleh masyarakat. Terdapat data masih ada 15% bayi-balita yaitu sejumlah 45 orang di wilayah kelurahan Pondok Ranji dengan BB di bawah garis merah dan di duga menderita kasus stunting. Data bayi-balita yang memiliki suspect Stunting terbanyak di wilayah RW 03. Masyarakat yang berada di wilayah RW 03 Kelurahan Pondok Ranji, sebagian besar berpenghasilan menengah ke bawah, dengan status pekerjaan terbanyak menjadi wiraswasta dan pegawai pemerintah, dengan

prenghasilan kurang lebih 5 juta. Hasil wawancara Pos Gizi Balita di bentuk di wilayah RW 03 karena bayak bayi-balita dengan BB tidak normal atau di bawah garis merah dan diduga kasus stunting. Masyarakat yang mempunyai bayi-balita kurang menyadari pentingnya penimbangan bayi –balita setiap bulan dan selalu di motivasi oleh kadaer untuk menghadiri penimbangan dan penyuluhan kesehatan yang sering diadakan posyandu. Melihat latar belakang yang ada maka tujuan kegiatan pengabdian ini untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pertumbuhan dan perkembangan balita, meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemenuhan gizi pada balita, meningkatkan kesadaran ibu untuk aktif dalam penimbangan balita, menurunkan jumlah balita dengan BB di bawah garis merah, mengetahui pertumbuhan dan perkembangan balita melalui pendampingan Pos Gizi Balita.

## **METODE**

Pelaksanaan kegiatan pendampingan Pos Gizi Balita dilaksanakan dalam 2 kali pertemuan. Pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 08 Februari 2023 dan pertemuan kedua dilaksanakan pada tanggal 08 Maret 2023 pada pukul 09.00 – 11.00 Wib. Kegiatan pendampingan dilaksanakan di Pos Gizi Balita Matahari Kelurahan Pondok ranji, Ciputat Timur Tangsel yang dilaksanakan rutin setiap bulan pada hari Rabu minggu kedua. Kegiatan pendampingan yang dilakukan dalam abdimas ini adalah Edukasi Kesehatan pada ibu Balita, pengukuran antropometri, penilaian tumbuh kembang, terapi bermain pada anak dan simulasi makan bersama dengan gizi seimbang. Jumlah peserta terdiri dari 12 balita, 12 orangtua dan 10 kader Kesehatan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pelaksanaan program pengabdian masyarakat terbagi menjadi tiga tahap, yaitu tahap persiapan, tahap atau pelaksanaan, dan tahap monitoring dan evaluasi. Berikut adalah rincian tiap tahapan yang dilaksanakan:

### **Tahap Persiapan**

Penyusunan jadwal pendampingan pos gizi Balita, Persiapan sarana dan prasarana kegiatan. Koordinasi lapangan dengan bagian gizi Puskesmas Pondok Ranji dan ketua Pos Gizi Balita Matahari.

### **Tahap Pelaksanaan**

Tabel 1  
Tahap Pelaksanaan

No	Kegiatan	Penanggung Jawab	Pelaksana	Waktu
1	Pendaftaran	Maharani	Tim pengabmas	5 menit
2	Penimbangan BB dan TB	Maharani	Tim Pengabmas+ Kader	20 menit
3	Stimulasi Tumbang	Fujianti	Tim Pengabmas	30 menit
4	Pendidikankesehatan tentang Tumbang Bayi-balita	Fujianti	Ns.Mustikawati,M.Kes	30 menit
5	Diskusi	Fujianti	Ns.Mustikawati,M.Kes	15 menit
6	Makan bersama + Penutup	Maharani	Tim Pengabmas + Kader Kesehatan	20 menit

Pelaksanaan kegiatan pendampingan Pos Gizi Balita dilaksanakan dalam 2 kali pertemuan. Pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 08 Februari 2023 dan pertemuan kedua dilaksanakan pada tanggal 08 Maret 2023 pada pukul 09.00 – 11.00 Wib. Dalam kegiatannya Pos Gizi Balita diawali dengan melakukan pendaftaran kemudian melakukan penimbangan BB dan TB. Setelah itu Balita dilakukan pemeriksaan stimulasi tumbang dengan menggunakan

format DDST berdasarkan usia. Balita di panggil 1 – 1 sesuai dengan nomor pendaftaran. Setelah kegiatan stimulasi tumbang, dilanjutkan dengan edukasi tentang tumbuh kembang Bayi dan Balita. Setelah itu diadakan forum diskusi. Terakhir kegiatan diadakan makan bersama untuk balita dengan menu tumis sayur buncis jagung dicampur telur, ayam cincang dan bola-bola tahu serta buah melon. Menu balita ini diinfokan ke ibu balita tentang cara membuatnya agar di rumah dapat di prakekan kembali.

Berikut dokumentasi hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan :



Gambar 1 Pendaftaran



Gambar 2 penimbangan berat



Gambar 3 Pemantauan Tumbuh Kembang



Gambar 4 Edukasi dan bermain bersama



Gambar 4 Makan Bersama

### Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan sejalan dengan monitoring, sehingga jika ada kendala akan segera diselesaikan. Evaluasi yang dilakukan setiap pada setiap tahap kegiatan didapatkan hasil Balita yang hadir RW 03 sejumlah 6 orang, RW 04 sejumlah 3 orang, RW 01 sejumlah 2 orang, dan RW 02 sejumlah 1 orang. Balita yang berusia 1-2 tahun berjumlah 6 orang, 3-4 tahun berjumlah 6 orang. Hasil penimbangan ada 7 orang balita yang masih ada di bawah garis merah, untuk 5 orang balita sudah diatas garis merah. Berdasarkan hasil ini terlihat ada 12 peserta yang hadir dari 20 undangan yang diberikan. Kegiatan stimulasi tumbang dilakukan untuk semua balita yang

hadir dengan hasil semua Balita tidak ada delay perkembangan, hanya berat badan saja yang tidak sesuai dengan usianya. Untuk evaluasi saat dilaksanakan edukasi tentang menu seimbang untuk bayi dan balita, sebagian besar orang tua aktif bertanya dan merespon pertanyaan dari nara sumber dengan baik. Kegiatan edukasi dilakukan dengan metode ceramah dan Tanya jawab dengan menggunakan lembar balik.

Pada sesi makan bersama, balita juga dapat menikmati makan bersama dengan ibunya. Namun masih ada balita yang tidak menghabiskan makannya, bahkan ada yang hanya makan beberapa sendok saja. Pada kegiatan ini pelaksana pengabdian juga mengajarkan pada kader dalam proses pemeriksaan tumbuh kembang pada balita. Kader Kesehatan tampak antusias terlibat dalam setiap proses kegiatan. Hasil wawancara dengan kader didapatkan cukup memahami Langkah dari pemantauan tumbuh kembang anak. Secara umum kegiatan pendampingan yang dilaksanakan pada tanggal 08 Maret berjalan dengan lancar dan orang tua balita 90% sangat antusias dengan kegiatan Pos Gizi Balita. Kader memahami tentang tugas dari kader balita. Melihat hasil dari kegiatan yang dilakukan terlihat kegiatan pendampingan Pos Gizi Balita Matahari Kelurahan Pondok Ranji, Tangerang Selatan sangat efektif dan bermanfaat.

## **SIMPULAN**

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Kelurahan Pondok Ranji, Tangerang Selatan bersama STIKes Pamentas berjalan lancar. Hasil menunjukkan selama 2x pendampingan terdapat 12 balita yang hadir dari 20 orang balita yang diundang. Telah terlaksana kegiatan pendampingan Pos Gizi Balita dengan kegiatan penyuluhan, pemeriksaan tumbuh kembang anak, pemberian makanan dan bermain Bersama. Hasil evaluasi tumbuh kembang menunjukkan terdapat balita dengan berat badan di bawah garis merah sebanyak 7 anak. Seluruh balita yang hadir tidak ada yang delay dalam perkembangannya dan semua perkembangan sesuai dengan usianya. Ibu Balita diharapkan mampu memberikan makanan yang sehat dengan komponen yang sempurna seperti yang sudah diperagakan dalam pendampingan selama 2x pertemuan. Sebanyak 90-95% orang tua balita antusias dan memahami penyuluhan yang disampaikan. Kader Kesehatan menyatakan dapat memahami program pos gizi balita dan pemeriksaan tumbuh kembang.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Antimas, N. A., Lestari, H., & Afa, J. R. (2017). Survei faktor risiko penyakit tidak menular pada mahasiswa universitas halu oleo tahun 2017. *Jimkesmas Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 2(6), 1–13. <https://media.neliti.com/media/publications/185720-ID-none.pdf>
- Kholifah, S. H., Budiwanto, S., & Katmawanti, S. (2020). Hubungan antara Sosioekonomi , Obesitas dan Riwayat Diabetes Melitus ( DM ) dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Puskesmas Janti Kecamatan Sukun Kota Malang. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1(2), 157–165.
- Latifah, N., Fajrini, F., Romdhona, N., Herdiansyah, D., Ernyasih, & Suherman. (2016). Systematic Literature Review: Stunting pada Balita di Indonesia dan Faktor yang Mempengaruhinya. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 20(1), 55–73.
- Ludya, M., Herlambang, Y., & Yunidar, D. (2023). Produk alat ukur tinggi dan berat badan pendeteksi stunting dengan fitur hiburan untuk anak usia 2-5 tahun. *Productum: Jurnal Desain Produk (Pengetahuan Dan Perancangan Produk)*, 6(1), 51–62.

- Muzaffar, Saipullah, & Maisarah. (2024). Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Keluarga Dengan Pemberian Imunisasi Dasar Lengkap Pada Bayi. *Jurnal Promotif Prefentif*, 7(2), 260–265.
- Noviansyah. (2022). Strategi Percepatan Pencegahan Stunting Dengan Pendekatan Keagamaan Guna Mewujudkan Generasi Berkualitas (Studi pada Wilayah Kantor Kementerian Agama Kabupaten Pringsewu). UIN Raden Intan Lampung.
- Permatasari, M. A., & Eprilianto, D. F. (2023). Analisis Partisipasi Masyarakat Dalam Mencapai Zero Stunting Di Kelurahan Bulak Banteng Kecamatan Kenjeran Kota Surabaya. *Publika*, 11(4), 2637–2650.
- Salamung, N., Pertiwi, M. R., Ifansyah, M. N., Riskika, S., Maurida, N., Suhariyati, Rasiman, N. B., Primasari, N. A., Rumbo, H., & Maria, D. (2021). *Keperawatan Keluarga (Family Nursing )* (Risnawati (ed.)). Duta Media Publishing.