



PENINGKATAN PEMAHAMAN ORANG TUA DALAM PENILAIAN STATUS GIZI PADA ANAK

Firnaliza Rizona*, Yeni Anna Appulembang, Fuji Rahmawati, Viona Fracellia Citra

Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya, Jl. Raya Palembang - Prabumulih Km. 32 Indralaya, Ogan Ilir, Sumatera Selatan 30662, Indonesia

*firnaliza.rizona@fk.unsri.ac.id

ABSTRAK

Ketidakseimbangan status gizi anak baik gizi kurang maupun gizi lebih menjadi masalah yang dihadapi sebagian besar negara saat ini. Salah satu upaya yang dapat dilakukan orang tua yaitu melakukan deteksi dini status gizi pada anak. Namun masih banyak orang tua yang belum memahami cara penilaian status gizi pada anak. Sasaran dari kegiatan pengabdian ini adalah orang tua dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan orang tua tentang cara penilaian status gizi pada anak. Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan memberikan ceramah dan demonstrasi untuk meningkatkan pemahaman orang tua tentang cara penilaian status gizi. Hasil kegiatan ini yaitu adanya peningkatan pemahaman orang tua tentang cara menentukan status gizi anak. Berdasarkan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini diharapkan keluarga dalam hal ini orang tua dapat memberikan peran optimal untuk mendukung anak agar dapat berperilaku sehat sehingga dapat mengurangi resiko terjadinya obesitas.

Kata kunci: anak; orang tua; pengetahuan; status nutrisi

INCREASING PARENTS' UNDERSTANDING IN ASSESSING CHILDREN'S NUTRITIONAL STATUS

ABSTRACT

The imbalance of children's nutritional status, both undernutrition and overnutrition, is a problem faced by most countries today. One of the efforts that parents can make is to conduct early detection of nutritional status in children. However, there are still many parents who do not understand how to assess nutritional status in children. The target of this service activity is parents with the aim of increasing parents' knowledge about how to assess nutritional status in children. This service activity is carried out by providing lectures and demonstrations to increase parents' understanding of how to assess nutritional status. The result of this activity is an increase in parents' understanding of how to determine the nutritional status of children. Based on this community service activity, it is hoped that families, in this case parents, can provide an optimal role to support children to behave healthily so as to reduce the risk of obesity.

Keywords: child; knowledge; nutritional status; parent

PENDAHULUAN

Indonesia menghadapi masalah gizi ganda, yaitu masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih. Gizi kurang umumnya berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan, sistem kekebalan tubuh, dan fungsi otak. Sementara gizi lebih berpotensi menyebabkan kelebihan berat badan atau obesitas (Abadi et al., 2022) Indonesia tercatat sebagai salah satu dari 17 negara yang menghadapi beban gizi ganda yaitu masalah gizi kurang dan gizi lebih (Cahyati & Islami, 2022). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 didapatkan status gizi anak 5-12 tahun menurut indeks massa tubuh/umur di Indonesia, yaitu prevalensi kurus adalah 9,3% terdiri dari 6,8% kurus dan

2,5% sangat kurus. Masalah gemuk pada anak di Indonesia juga masih tinggi dengan prevalensi 20,6% terdiri dari gemuk 11,1% dan sangat gemuk (obesitas) 9,5% (Hamzah et al., 2021)..

Status gizi anak harus mendapat perhatian khusus karena pada masa ini anak mengalami peningkatan berat badan dan tinggi badan. Gizi kurang maupun gizi lebih berpotensi mengganggu proses tumbuh kembang anak. Pencapaian status gizi yang baik sangat penting karena merupakan faktor yang mempengaruhi status kesehatan, tingkat kecerdasan, produktivitas, kemampuan imunitas tubuh serta untuk mencegah risiko berbagai penyakit kronis dan kematian dini (Novianti & Utami, 2021). Pemenuhan zat-zat gizi harus tercukupi untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan optimal. Ketidakseimbangan gizi bisa menjadi penyebab utama yang berdampak langsung terhadap baik atau buruknya status gizi anak tersebut (Aziza & Mil, 2021).

Rendahnya pemahaman orang tua dalam menilai status gizi anak merupakan permasalahan yang sering terjadi. Terkadang, orang tua tidak memiliki pengetahuan yang memadai untuk mengidentifikasi apakah anak mereka mendapatkan gizi yang cukup atau mengalami masalah gizi. Kesalahan yang umum terjadi saat menilai status gizi anak meliputi kesalahan dalam mengatur alat pengukur tinggi badan dan kurangnya pengetahuan tentang standar pengukuran berat badan (Mulyasari et al., 2023). Akibat dari kurangnya pemahaman ini berpengaruh negatif terhadap kesehatan anak. Ketidapkahaman penilaian status gizi bisa berdampak pada pola makan anak. Orang tua yang tidak tahu bagaimana menyusun makanan sehat mungkin cenderung memberikan makanan yang kurang bergizi atau bahkan mengandung terlalu banyak gula dan lemak (Sulistyorini, 2023).

Pentingnya orang tua mengetahui cara penilaian status gizi anak tidak bisa diabaikan. Hal ini merupakan dasar yang sangat penting dalam memberikan perawatan yang tepat dan seimbang bagi anak. Dengan pemahaman yang baik tentang status gizi anak, orang tua dapat memastikan bahwa anak-anak mereka mendapatkan asupan gizi yang cukup untuk mendukung pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan yang optimal. Penilaian status gizi pada anak dilakukan sebagai upaya untuk mengawasi status gizi sehingga dapat mencegah timbulnya masalah gizi dan risiko terkena penyakit yang berpotensi mempengaruhi kesehatan anak di masa dewasa nanti (Mughtar et al., 2022)

Anak usia sekolah memiliki permasalahan gizi berkaitan erat dengan penurunan pencapaian dan prestasi belajar di sekolah. Oleh sebab tersebut penting untuk melakukan monitoring status gizi anak secara berkala. Terlebih lagi, pemahaman dalam menilai status gizi ini juga memungkinkan orang tua untuk mendeteksi dini masalah gizi, seperti masalah gizi kurang atau masalah gizi lebih sehingga apabila terjadi penyimpangan dapat dilakukan tindakan perbaikan sesegera mungkin (Rahadiyanti et al., 2022)

Berdasarkan data dinas kesehatan Kota Palembang beberapa tahun terakhir bahwa angka kejadian obesitas mengalami peningkatan (Profil Kesehatan Kota Palembang, 2019). Data menunjukkan bahwa anak usia sekolah terus mengalami peningkatan pada kasus obesitas mau pun gizi buruk. Hasil studi lapangan sebelum dilakukan kegiatan pengabdian ini didapatkan informasi bahwa orang tua tidak memahami secara rinci tentang cara menilai status gizi pada anak. Salah satu metode edukasi yang dapat digunakan untuk meningkatkan pemahaman orang tua dalam menentukan status gizi anak adalah dengan ceramah dan demonstrasi. Ceramah dan demonstrasi merupakan kombinasi metode yang dapat dilakukan untuk memaksimalkan penyampaian informasi terutama

tentang pemahaman orang tua tentang menilai status gizi anak. Target sasaran dalam kegiatan ini adalah orang tua siswa sekolah dasar di Kecamatan Ilir Barat I Kota Palembang. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan orang tua tentang cara menilai status gizi anak.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di sekolah dasar tepatnya di wilayah Kelurahan Bukit Baru Palembang pada bulan Juli-Agustus 2023. Kegiatan pelayanan terhadap masyarakat ini memiliki sasaran yaitu orang tua siswa. Adapun kegiatan berupa ceramah dan demonstrasi langsung mengenai cara penilaian status gizi anak. Sasaran kegiatan pengabdian berjumlah 30 orang tua. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar kuesioner yang berisi pernyataan pengetahuan orang tua tentang penilaian status gizi. Isi kuesioner berisi pengetahuan tentang menentukan usia anak, mengukur tinggi badan dan berat badan, menentukan nilai IMT, menentukan nilai Z-Score dan menginterpretasikan status gizi anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data pengetahuan orang tua tentang penilaian status gizi anak dalam upaya deteksi dini ketidak seimbangan gizi pada anak diolah dengan menggunakan program komputer. Analisis data pada kegiatan ini merupakan analisis deskriptif. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan pada total 30 orang tua ini menunjukkan hasil sebaran pengetahuan yang ditunjukkan pada Diagram 1. dan Diagram 2, berikut.

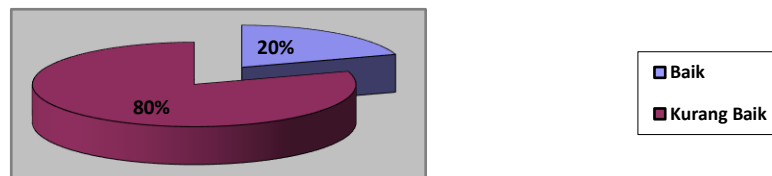


Diagram 1. Pengetahuan Orang Tua Sebelum Kegiatan

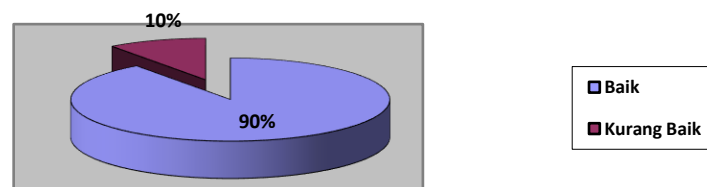


Diagram 2. Pengetahuan Orang Tua Setelah Kegiatan

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner tentang pengetahuan orang tua tentang penilaian status gizi anak sebelum dan setelah kegiatan didapatkan bahwa sebaran data sebelum dilakukan kegiatan ceramah dan demonstrasi oleh para orang tua mengalami peningkatan pada kategori baik yaitu dari 20% menjadi 90% setelah dilakukan proses diskusi. Berdasarkan hasil dari kuesioner sebelum dilakukan ceramah dan demonstrasi didapatkan bahwa hanya minoritas orang tua yang mengetahui cara menentukan usia anak secara tepat. Sebagian orang tua juga tidak memperhatikan ketepatan cara mengukur tinggi badan dan berat badan anak, bahkan beberapa orang tua tidak pernah mengukur tinggi badan berat badan anaknya. Sebaliknya setelah dilakukan kegiatan Pendidikan Kesehatan berupa ceramah dan demonstrasi, hasil kuesioner menunjukkan bahwa mayoritas orang tua memiliki peningkatan pemahaman tentang menentukan usia anak dan ketepatan saat mengukur tinggi badan dan berat badan anak termasuk menentukan nilai IMT. Orang tua juga makin memahami tentang penentuan nilai Z-Score dan interpretasinya.

Penilaian status gizi pada anak memiliki peran penting yang sangat besar dalam menjaga kesehatan dan perkembangan anak. Status gizi dapat menggambarkan status kesehatan dari seseorang yang dihasilkan oleh keseimbangan antara pemasukan zat gizi dan kebutuhan tubuh untuk menerima zat gizi tersebut. Melalui penilaian status gizi, orang tua dapat mendeteksi masalah gizi kurang atau gizi lebih yang dapat memiliki dampak serius pada kesehatan dan pertumbuhan anak. Selain itu, penilaian status gizi juga membantu dalam pencegahan masalah jangka panjang seperti gangguan pertumbuhan dan obesitas serta mendukung perkembangan anak-anak hingga mencapai potensi optimal (Wondal et al., 2023). Masalah status gizi pada anak juga dipengaruhi oleh peran orang tua dalam pemberian makan anak. Kebanyakan orang tua lebih memilih makanan cepat saji atau instan dengan alasan kerana mudah dan praktis tanpa mempertimbangkan apakah makanan tersebut mengandung gizi-gizi yang mencukupi atau tidak, dan seringkali tidak mengimbanginya dengan makanan sehat yang mengandung banyak gizi (Munawaroh et al., 2022). Asupan zat gizi yang tidak seimbang dapat mempengaruhi proses metabolisme tubuh dan akan tergambar pada status gizi. Status gizi memberikan dampak yang berbeda terhadap risiko penyakit. Gizi kurang bisa meningkatkan risiko penyakit infeksi, sedangkan gizi lebih dan obesitas berisiko terhadap penyakit degeneratif (Mughtar et al., 2022).

Salah satu cara yang efektif untuk meningkatkan pemahaman orang tua dalam penilaian status gizi pada anak ialah melalui metode ceramah dan demonstrasi. Kombinasi metode ceramah dan demonstrasi dapat menghasilkan perubahan perilaku yang diharapkan dengan melibatkan partisipasi aktif dari individu atau kelompok yang menjadi target. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan Kader Kelompok Kerja Kesehatan dalam melakukan penapisan gizi melalui pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dan demonstrasi dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) (Afiatna et al., 2023). Penelitian lain yang membahas pengaruh penyuluhan gizi terhadap perubahan tingkat pengetahuan ibu dalam pemberian Makanan Pendamping ASI anak 6 - 24 bulan menggunakan metode ceramah dan demonstrasi didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) (Ade, 2020).

Status gizi merupakan kondisi kesehatan yang dipengaruhi oleh hubungan antara makanan, tubuh manusia, serta lingkungan di sekitarnya. Pertumbuhan seorang anak tidak hanya mencakup perubahan fisik dan ukuran tubuhnya, tetapi juga mencerminkan keseimbangan antara asupan makanan dan kebutuhan gizi sehingga pertumbuhan anak dapat dianggap sebagai indikator yang baik untuk menilai perkembangan status gizi mereka. Penilaian status gizi merupakan interpretasi dari data yang diperoleh melalui berbagai teknik untuk mengidentifikasi seseorang yang berisiko

mengalami gizi kurang atau gizi lebih. Penilaian status gizi melalui metode antropometri pada dasarnya melibatkan pengukuran berbagai dimensi tubuh dan komposisi tubuh pada berbagai tingkat usia dan tingkat gizi. Parameter yang diukur meliputi berat badan dan tinggi badan (Lembong et al., 2018).

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui ceramah dan demonstrasi ini dapat meningkatkan pengetahuan orang tua dalam meningkatkan pengetahuan tentang cara penilaian status gizi pada anak

DAFTAR PUSTAKA

- Abadi, E., Ananda, S. H., & Ihsan, H. (2022). Penilaian Status Gizi Mandiri pada Balita di Kelurahan Mokoau Kota Kendari. *Karya Kesehatan Journal of Community Engagement*, 03(01), 28–33.
- Aziza, N. A., & Mil, S. (2021). Pengaruh Pendapatan Orang Tua terhadap Status Gizi Anak Usia 4-5 Tahun pada Masa Pandemi COVID-19. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 6(3), 109–120. <https://doi.org/10.14421/jga.2021.63-01>
- Ade, A. (2020). Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Perilaku Ibu Dalam Pemberian MP-ASI. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia (JIGZI)*, 1(1), 38–46. <https://doi.org/10.57084/jigzi.v1i1.325>
- Lembong, E., Utama, G. L., & Ardiansah, I. (2018). Penilaian Status Gizi Balita dan Ibu Hamil RW 01 Desa Cileles Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(8), 670–673.
- Cahyati, N., & Islami, C. C. (2022). Pemahaman Ibu Mengenai Stunting Dan Dampak Terhadap Tumbuh Kembang Anak Usia Dini. *BUHUTS AL-ATHFAL: Jurnal Pendidikan Dan Anak Usia Dini*, 2(2), 175–191. <https://doi.org/10.24952/alathfal.v2i2.5835>
- Hamzah, Hasrul, & Hafid, A. (2021). Pengaruh Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 5(2), 70–75.
- Lembong, E., Utama, G. L., & Ardiansah, I. (2018). Penilaian Status Gizi Balita dan Ibu Hamil RW 01 Desa Cileles Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(8), 670–673.
- Muchtar, F., Rejeki, S., & Hastian, H. (2022). Pengukuran dan penilaian status gizi anak usia sekolah menggunakan indeks massa tubuh menurut umur. *Abdi Masyarakat*, 4(2), 2–6. <https://doi.org/10.58258/abdi.v4i2.4098>
- Mulyasari, I., Maryanto, S., & Afiatna, P. (2023). *Jurnal Pengabdian Ilmu Kesehatan Pelatihan Pemantauan Status Gizi Anak Sekolah Pada Guru MI / SD Islam Di Ungaran Barat School Aged Children Nutritional Status Monitoring Course for Islamic Elementary School Teacher in West Ungaran*. 3(1), 101–107.
- Munawaroh, H., Nada, N. K., Hasjiandito, A., Faisal, V. I. A., Heldanita, H., Anjarsari, I., &

- Fauziddin, M. (2022). Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Sentra Cendekia*, 3(2), 47–60. <https://doi.org/10.31331/sencenivet.v3i2.2149>
- Novianti, A., & Utami, T. P. (2021). Penilaian Status Gizi dan Pengetahuan Gizi Seimbang Anak Usia Sekolah Sebagai Bentuk Aktivasi Kegiatan UKS. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 399–404. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v4i1.908>
- Rahadiyanti, A., Salma Dina, S., Putri, S., Tampubolon, O., Yeshi Veicinlun, S., Mattarahmawati, S. A., Jannah, S. R., & Ningsih, S. (2022). Peningkatan Pengetahuan Ibu dan Guru Terkait Gizi Seimbang Anak Usia 5-8 Tahun di Sekolah Al-Hunafa Kota Bandung. *Jurnal Proactive*, 1(1), 8–14. <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/proactive/article/view/12250>
- Sulistyorini, S. (2023). Peningkatan Pengetahuan tentang Nutrisi yang Tepat pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal ABDIMAS-HIP Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 42–46. <https://doi.org/10.37402/abdimahip.vol4.iss1.228>
- Wondal, R., Mahmud, N., Purba, N., Budiarti, E., Arfa, U., & Oktaviani, W. (2023). Deskripsi Status Gizi Balita, Serta Partisipasi Orang Tua pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 345–357. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.3491>