

EDUKASI DAN KONSELING GIZI UNTUK MENCEGAH RISIKO MALNUTRITION PADA BALITA DI PEKON PAREREJO KECAMATAN GADINGREJO KABUPATEN PRINGSEWU

Abdullah¹, Afiska Prima Dewi², Alifiyanti Muharramah³

^{1,2,3} Universitas Aisyah Pringsewu

uapchangdullah66@gmail.com

Abstrak

Tujuan pembangunan berkelanjutan/Sustainable Development Goals (SDGs) disebutkan bahwa gizi sebagai salah satu tujuan global yang harus dicapai pada tahun 2030, yaitu Goal ke-2 mengakhiri kelaparan, meningkatkan gizi dan mendorong pertanian yang berkelanjutan. Tujuan penelitian ini adalah melaksanakan edukasi dan konseling gizi untuk mencegah risiko malnutrition pada balita. Metode penelitian pengabdian masyarakat dilakukan di Pekon Parerejo Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu selama 3 hari dimulai pada hari Senin sd Rabu, tanggal 6 – 8 Juni 2022.

Hasil penelitian ditemukan balita malnutrition yaitu; 1) Ada sebanyak 3 (3,25%) balita dengan status gizi berat badan sangat kurang, 17 (18,5%) balita dengan status gizi berat badan kurang, 4 (4,3%) balita dengan status gizi sangat pendek, 9 (9,8%) balita dengan status gizi pendek, dan 14 (15,2%) balita dengan status gizi kurang, 2) Ada peningkatan pengetahuan ibu balita setelah dilakukan edukasi gizi dan 3) Ibu balita cukup paham akan pentingnya gizi seimbang setelah menerima konseling seimbang dengan media leaflet diberikan. Kesimpulan; 1) Komitmen untuk melakukan intervensi lebih lanjut pada balita malnutrition 2) Edukasi gizi dan konseling gizi merupakan intervensi efektif yang perlu dilakukan secara berkelanjutan, 3) Adanya peningkatan pengetahuan ibu balita setelah menerima Edukasi dan konseling gizi.

Kata Kunci : Edukasi, Konseling Gizi, Malnutrition

1. PENDAHULUAN

Salah satu indikator penting dalam program pembangunan kesehatan khususnya, dan pembangunan nasional secara umum yaitu gizi. Hal ini sebagaimana tercantum dalam tujuan pembangunan berkelanjutan/ Sustainable Development Goals (SDGs) disebutkan bahwa gizi sebagai salah satu tujuan global yang harus dicapai pada tahun 2030, yaitu Goal ke-2 mengakhiri kelaparan, meningkatkan gizi dan mendorong pertanian yang berkelanjutan (Par'i, dkk, 2017).

Pada tahun 2013, badan kesehatan dunia, World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa 49% dari 10,4 juta kematian balita di negara berkembang berkaitan dengan kekurangan gizi. Tercatat sekitar 50% balita di

Asia, 30% di Afrika dan 20% di Amerika Latin menderita gizi buruk dan tercatat jumlah balita di Indonesia sebanyak 26,7 juta. Dari jumlah tersebut, 17,9% atau 4,7 juta balita menderita gizi kurang dan 5,4% atau 1,3 juta balita menderita gizi buruk (Azis & Muzakkir dalam Supriatna dan Muliawati, 2018)

Di Indonesia, berdasarkan hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018 tercatat prevalensi balita gizi buruk (3,9%), Gizi kurang (13,8%), Sangat kurus dan kurus (10,2%), sangat pendek dan pendek atau stunting (30,8%) (Kemenkes, 2018). Sedangkan Kabupaten Pringsewu memperlihatkan prevalensi balita gizi buruk (4,06%), Gizi kurang (14,15%), Sangat kurus dan kurus (7,6%), sangat pendek dan pendek (20,19%) (Kemenkes, 2019)

Berdasarkan hasil riskesdas tersebut

menunjukkan bahwa di Kabupaten Pringsewu masalah malnutrition pada balita masih tinggi. Angka prevalensi stunting dan gizi kurang Kabupaten Pringsewu lebih tinggi dibandingkan dengan nasional. Oleh karena itu perlu dilakukan langkah-langkah pencegahan dengan menganalisis faktor-faktor risiko penyebab malnutrition beserta penanganannya antara lain dengan melakukan edukasi dan konseling gizi.

Edukasi gizi menurut Claire (2010) didefinisikan sebagai suatu pendekatan edukatif yang diberikan pada seseorang untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap terhadap gizi. Semakin tinggi pengetahuan gizi diprediksikan akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku konsumsi makanan.

Academic and Dietetics (2012), mendefinisikan edukasi gizi sebagai suatu proses formal untuk melatih kemampuan klien atau meningkatkan pengetahuan klien dalam memilih makanan, melakukan aktifitas fisik, dan perilaku yang berkaitan dengan pemeliharaan atau perbaikan kesehatan. Singkatnya bahwa kegiatan yang harus dilakukan untuk memperbaiki pengetahuan, sikap dan perilaku gizi adalah edukasi gizi.

Hasil penelitian pengabdian masyarakat pada ibu balita yang tinggal menetap di wilayah kerja Puskesmas Pacerakkang bahwa dengan edukasi gizi diperoleh hasil menerapkan dengan baik meningkat menjadi 70%. Adapun hasil penelitian Kusumaningrum pada tahun 2018 menunjukkan bahwa konseling gizi seimbang memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan gizi ibu. Konseling gizi adalah kegiatan pemberian informasi atau nasehat gizi dan dietik yang erat kaitannya dengan kondisi gizi dan kesehatan seseorang, konseling gizi terlebih dahulu diawali dengan pengkajian gizi (Kemenkes RI 2012)

Konseling gizi adalah suatu proses komunikasi interpersonal/dua arah antara konselor dan klien untuk membantu klien mengenali, mengatasi dan membuat keputusan yang benar dalam mengatasi masalah gizi yang dihadapi. Penelitian Desy yang menyatakan bahwa pemberian konseling gizi dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu tentang pemberian makan pada balita gizi buruk (Sofiyana dalam Rahayu, dkk., 2018). Konseling merupakan suatu bentuk pendekatan yang digunakan dalam asuhan gizi untuk menolong individu dan keluarga memperoleh pengertian yang lebih baik tentang dirinya serta permasalahan yang dihadapi (Persatuan Ahli

Gizi Indonesia, 2014).

Tujuan penelitian ini yaitu melaksanakan edukasi dan konseling gizi untuk mencegah risiko malnutrition pada balita di Pekon Parerejo Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu.

2. BAHAN DAN METODE PENGABDIAN

Kegiatan penelitian pengabdian kepada masyarakat dilakukan di Pekon Parerejo Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu selama 3 hari dimulai pada hari Senin sd Rabu, tanggal 6 – 8 Juni 2022 di Pekon Parerejo Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu. Sasaran kegiatan adalah ibu balita, kader posyandu, tokoh masyarakat, tokoh agama, tokoh pemuda, Kepala Pekon dan pamong pekon.

Bahan dan alat yang digunakan yaitu; materi bentuk power point dan *hand out*, Leaflet, masker, foto makanan, sound, lenkboard, microtoise, timbangan dan lain-lain. Adapun mekanisme kegiatan yang dilaksanakan yaitu, 1) Analisis Situasi, 2) Musyawarah Masyarakat Pekon/Pekon (MMD/MMP), 3) Edukasi Gizi, dan 4) Konseling Gizi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelaksanaan penelitian pengabdian kepada masyarakat dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat yang beranggotakan 19 orang. Rincian anggota tim pengabdian masyarakat terdiri dari satu orang ketua tim, dua orang anggota tim, dan 13 orang mahasiswa yang terlibat didalamnya.

Hasil penelitian pengabdian masyarakat dapat disampaikan sebagai berikut;

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Jumlah penduduk Pekon Parerejo berdasarkan penelusuran dokumentasi tercatat sebanyak 24.652 jiwa, yang terdiri dari laki-laki 12.627 jiwa dan perempuan 12.25 jiwa. Luas wilayahnya sebanyak 183,3 km². Jumlah posyandu sebagai pusat sarana pelayanan kesehatan di tingkat pekon sebanyak 5 posyandu, tetapi keterlibatan posyandu pada penelitian ini hanya 3 posyandu yaitu Posyandu Mawar, Melati dan Nusa Indah. Jumlah balita yang diukur menurut posyandu dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Jumlah Balita Pekon Parerejo

Posyandu	Jumlah Balita Diukur	%
Mawar	20	21,7
Melati	20	21,7
Nusa Indah	52	56,6
Total	92	100,0

Pada Tabel 1 menunjukkan jumlah balita yang diukur dalam kegiatan penelitian pengabdian masyarakat di Pekon Parerejo yaitu posyandu Mawar dan Melati masing-masing 20 (21,7%) balita. Sedangkan posyandu Nusa Indah sebanyak 52 (56,6%) balita.

2. Analisis Situasi

Gambaran status gizi balita berdasarkan indikator berat badan menurut umur (BB/U) dikategorikan dalam empat kategori yaitu berat badan sangat kurang, berat badan kurang, berat badan normal, dan risiko berat badan lebih (Kementerian Kesehatan RI., 2020). Hasil analisis data disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Status Gizi Balita (BB/U)

Status Gizi	Mawar	Nusa Indah	Melati	Pekon
berat badan sangat kurang	0 (0%)	2 (3,8%)	1 (5%)	3 (3,25%)
berat badan kurang	3 (15%)	7 (13,5%)	7 (35%)	17 (18,5%)
berat badan normal	17 (85%)	40 (76,9%)	12 (60%)	69 (75%)
risiko berat badan lebih	0 (0%)	3 (5,8%)	0 (0%)	3 (3,25%)
Total	20 (21,7%)	52 (56,6%)	20 (21,7%)	92 (100%)

Pada Tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 92 balita yang diukur, ada sebanyak 3 (3,25%) balita dengan status gizi berat badan sangat

kurang. Balita berat badan sangat kurang ini terdapat di posyandu Nusa Indah dan Melati. Ditemukan juga ada sebanyak 17 (18,5%) balita dengan status gizi berat badan kurang.

Gambaran status gizi balita berdasarkan indikator panjang badan (PB) atau tinggi badan (TB) menurut umur (U) disederhanakan menjadi PB/U atau TB/U dan dikategorikan dalam empat kategori yaitu sangat pendek, pendek, normal, tinggi (Kementerian Kesehatan RI., 2020). Hasil analisis data disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Status Gizi Balita (PB/U atau TB/U)

Status Gizi	Mawar	Nusa Indah	Melati	Pekon
sangat pendek	0 (0%)	3 (5,8%)	1 (5%)	4 (4,3%)
pendek	4 (20%)	1 (1,9%)	4 (20%)	9 (9,8%)
normal	16 (80%)	47 (90,4%)	15 (75%)	78 (84,8%)
tinggi	0 (0%)	1 (1,9%)	0 (0%)	1 (1,1%)
Total	20 (21,7)	52 (56,6%)	20 (21,70%)	92 (100%)

Pada Tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 92 balita yang diukur, ada sebanyak 4 (4,3%) balita dengan status gizi sangat pendek. Ditemukan juga ada sebanyak 9 (9,8%) balita dengan status gizi pendek. Balita dengan status gizi pendek ini terdapat di posyandu mawar, nusa indah dan melati.

Gambaran status gizi balita berdasarkan indikator berat badan (BB) menurut tinggi badan (TB) atau berat badan (BB) menurut panjang badan (PB) disederhanakan menjadi BB/TB atau BB/PB dikategorikan menjadi enam kategori yaitu Gizi Buruk, Gizi Kurang, Gizi Baik, Gizi Lebih, Beresiko Gizi Lebih Obesitas (Kementerian Kesehatan RI., 2020). Hasil analisis data disajikan pada Tabel 4. (Kementerian Kesehatan RI., 2020)

Tabel 4. Status Gizi Balita (BB/PB atau BB/TB)

Status Gizi	Mawar	Nusa Indah	Melati	Pekon
Gizi Buruk	(0%)	0 (0%)	0 (0%)	(0%)

Gizi Kurang	7 (35%)	7 (13,5%)	8 (40%)	14 (15,2%)
Gizi Baik	13 (65%)	44 (84,6%)	12 (60%)	69 (75%)
Beresiko Gizi Lebih	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)
Gizi Lebih	0 (0%)	1 (1,9%)	0 (0%)	1 (1,1%)
Obesitas	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)
Total	20 (21,7)	52 (56,6%)	20 (21,70%)	92 (100%)

Pada Tabel 4 dapat diketahui bahwa dari 92 balita yang diukur, ada sebanyak 14 (15,2%) balita dengan status gizi kurang. Balita dengan status gizi kurang ini terdapat di posyandu mawar dan nusa indah.

Berdasarkan hasil analisis situasi di Pekon Parerejo sebagaimana diuraikan di atas, maka dapat disampaikan bahwa status gizi balita berat badan kurang, pendek dan gizi kurang pada balita masih cukup tinggi di Pekon Parerejo. Oleh karena itu perlu melakukan langkah-langkah konkrit untuk pencegahan dini dan penanganan segera sehingga permasalahan malnutrition dapat teratasi.

Pemaparan materi hasil analisis situasi status gizi disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Pemaparan Materi

Pada Gambar 1 terlihat mahasiswa sedang menyampaikan pemaparan materi hasil analisis situasi status gizi di Pekon Parerejo.

3. Musyawarah Masyarakat Pekon/ Pekon (MMD/MMP)

Musyawarah Masyarakat Pekon/Pekon (MMD/P) bertujuan untuk membantu

menyelesaikan masalah gizi yang ada di Pekon Parejo. Sasarannya adalah aparaturnya (Kepala Pekon, Sekretaris Pekon, Ketua RT, Ketua RW), tokoh masyarakat, bidan Pekon, kader posyandu, ibu hamil, ibu bayi dan balita. Metode yang digunakan yaitu pemaparan materi hasil analisis situasi status gizi dan diskusi terarah. Waktu dan tempat pelaksanaan MMD yaitu Senin, tanggal 6 Juni 2022, jam 09.00 sampai dengan selesai.

Acara pertemuan MMD dilaksanakan dengan diawali oleh pembawa acara (mahasiswa) menyampaikan susunan acara MMD sebagai berikut; 1) Pembukaan (mahasiswa), 2) Pembacaan Ayat Suci Al-Qur'an (mahasiswa), 3) Menyanyikan Lagu Indonesia Raya, 4) Sambutan Kepala Pekon Parerejo dan sekaligus membuka acara, 5) Pemaparan materi analisis situasi (mahasiswa), 6) Diskusi terarah dan tanya jawab (Sekretaris Pekon), 7) penutup

Hasil kegiatan MMD adalah kesepakatan; 1) status gizi balita di Pekon Parerejo merupakan masalah yang perlu ditangani segera, 2) melaksanakan edukasi gizi kepada ibu balita dan keluarganya terutama pada balita yang mengalami masalah gizi, 3) berkunjung dan melaksanakan konseling gizi kepada keluarga balita yang memiliki masalah gizi, 4) melakukan evaluasi hasil kegiatan.

Dokumentasi kegiatan MMD dapat terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Kegiatan Pertemuan MMD

4. Edukasi Gizi

Tujuan edukasi gizi untuk membantu mengubah sikap dan perilaku seseorang ataupun kelompok guna menambah pengetahuan tentang gizi, membentuk sikap dan perilaku hidup sehat

dengan memperhatikan pola makan sehari-hari dan faktor lain yang mempengaruhi makanan, serta meningkatkan derajat kesehatan dan gizi pada bayi dan balita. Sasaran ibu bayi dan balita dengan metode ceramah. Materi yang diberikan tentang gizi seimbang dalam bentuk media power point dan leaflet gizi seimbang. Edukasi gizi dilaksanakan di Posyandu Mawar, Nusa Indah dan Melati

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi gizi tentang gizi seimbang dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita yaitu dengan diberikan pre-test dan post-test. Hasil tes (pre-test) menunjukkan dari 20 sampel ibu bayi dan balitaterdapat 4 ibu bayi dan balita yang mendapatkan nilai kurang, 5 ibu bayi dan balita yang mendapatkan nilai cukup, dan 11 ibu bayi dan balita yang mendapatkan nilai baik.

Kegiatan edukasi gizi di Posyandu Nusa Indah Parerejo diawali dengan pengisian pretest terkait materi gizi seimbang oleh para ibu balita. Dari 14 ibu balita yang hadir, sebagian terlihat antusias untuk mengisi dan didapatkan hasil rata-rata pengetahuan ibu balita terkait gizi seimbang sebelum diberikan edukasi cukup baik.

Hasil tes (post-test) memperlihatkan dari 20 sampel ibu bayi dan balita di posyandu mawar terdapat 20 ibu bayi dan balita yang mendapatkan nilai baik. Hasil nilai pre test dan post test ini terlihat ada peningkatan pengetahuan sebesar 45%. Peningkatan pengetahuan ibu balita di posyandu melati lebih tinggi dari ibu balita di posyandu mawar dengan skor pengetahuan sebelum penyuluhan dapat diketahui bahwa hampir 85% ibu balita sudah memiliki pengetahuan yang baik terkait pemberian gizi untuk balita, dan sesudah dilakukan penyuluhan 100% ibu balita sudah memiliki pengetahuan yang baik terkait gizi seimbang untuk balita. Dalam acara penyuluhan edukasi ini, dapat diketahui rasa ingin tahu ibu balita yang tinggi sehingga dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita tersebut. Sedangkan di posyandu nusa indah dari 14 ibu balita yang hadir, didapatkan hasil rata-rata pengetahuan ibu balita terkait gizi seimbang pada balita meningkat setelah dilakukannya edukasi.

Dokumen pelaksanaan edukasi gizi dapat terlihat pada Gambar 2.



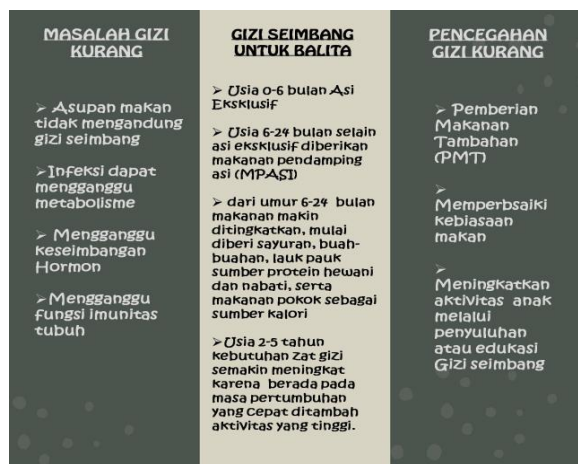
Gambar 2 Eduksi Gizi

5. Konseling Gizi

Konseling ibu balita, Sebelum dilakukannya konseling ibu balita sudah menerapkan pedoman gizi seimbang dan rutin dalam mengikuti kegiatan penyuluhan serta posyandu. Setelah dilakukannya konseling terdapat komitmen untuk menjalankan kesepakatan yang telah dibuat.

Pengetahuan ibu balita terkait pemilihan makanan untuk memperbaiki status gizi balita gizi kurang lebih baik.

Kegiatan konseling diawali dengan salam dan meminta izin untuk ketersediaan waktu dan tempat pelaksanaan konseling kepada ibu balita kemudian dilanjutkan dengan pengukuran antropometri yang meliputi tinggi badan dan juga berat badan balita. Status gizi yang didapatkan dari pengukuran antropometri pada An. Thaleetha Navisha Sharen yaitu berstatus gizi kurang. Menurut informasi dari ibu balita bahwa balita ada riwayat sakit satu bulan terakhir, tidak ada pantangan atau alergi makanan dari balita dan balita suka makan sayur dan buah. Ibu balita cukup paham akan pentingnya gizi seimbang untuk anaknya dan setelah diberikan pemahaman saat konseling ibu balita mendapatkan lebih banyak pengetahuan terkait gizi seimbang dan pencegahan gizi kurang dari leaflet yang telah diberikan. Leaflet yang digunakan sebagai media konseling gizi disajikan pada Gambar 3.



Gambar 3 Leaflet Konseling Gizi

4. KESIMPULAN DAN SARAN



Gambar 4. Foto Bersama

DAFTAR PUSTAKA

Academy of Nutrition and Dietetics. 2012. *International Dietetics & Nutrition Terminology (IDNT) Reference Manual*

Kesimpulan hasil penelitian pengabdian masyarakat yaitu; 1) Musyawarah Masyarakat Pekon (MMD) memunculkan komitmen dan kesepakatan bersama untuk melakukan intervensi lebih lanjut pada penanganan balita malnutrition pada Pekon Parerejo, 2) Kegiatan edukasi gizi dan konseling gizi untuk para ibu balita sebagai salah satu intervensi efektif pencegahan balita malnutrition di Pekon Parerejo perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan materi dan metode yang berbeda, 3) Adanya peningkatan pengetahuan ibu balita setelah menerima edukasi dan konseling gizi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Rektor Universitas Aisyah Pringsewu yang telah memberikan izin penelitian pengabdian kepada masyarakat. Terima kasih juga kami sampaikan kepada Kepala Pekon Parerejo Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu yang telah mengizinkan dan bersedia menjadi lokasi penelitian sehingga kegiatan dapat berjalan lancar. Tak lupa juga kami sampaikan kepada para mahasiswa dan kader posyandu yang ikut berpartisipasi dalam kegiatan ini. Para pihak yang berpartisipasi dalam kegiatan penelitian pengabdian masyarakat ini diabadikan melalui foto bersama seperti dapat dilihat pada Gambar 4.

- 4th Ed. Chicago: American Dietetic Association.
- Claire, E. 2010. Using Nutrition Education and Cooking Classes in Primary Schools to Encourage Healthy Eating. *The Journal of Student Wellbeing*. Vol 4 (2), hlm 43– 54
- Darmiati, Fredy Akbar K, Andi Jiwi Aco Syamsi. 2021. Konseling Pada Ibu Yang Memiliki Balita Gizi Kurang *Bina Generasi ; Jurnal Kesehatan*, edisi 12 Volume (2), hlm. 11-17
- Kartini, Thresia Dewi, Hijrah Asikin, Theresia Limbong. 2022. Implementasi Edukasi Gizi pada Ibu Balita di Puskesmas Paccerrakkang. *Jurnal Panrita Abdi*, Volume 6, Issue 1, hlm. 211-218
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).

- Kementerian Kesehatan RI. 2019. *Laporan Provinsi Lampung Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).
- Kementerian Kesehatan RI. 2020. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak
- Kusumaningrum, R., & Pudjirahaju, A. 2018. Konseling Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi Dan Sikap Ibu, Pola Makan Serta Tingkat Konsumsi Energi Dan Protein Balita Gizi Kurang. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia (JIKI)*, 4(1), hlm. 53-63
- Par'i, Holil M., Sugeng Wiyono, Titus Priyo Harjatmo, 2017. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan Kementerian Kesehatan RI
- Persatuan Ahli Gizi Indonesia. 2014. *Konseling Gizi*. Jakarta: Penebar Plus.
- Rahayu, Hesti, Iriyani K , Dina Lusiana. 2018. Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Pengetahuan dan Pola Asuh Ibu Balita Gizi Kurang. *Faletehan Health Journal*, 5 (1), hlm 32-38
- Supriatna, Nisrina Khairunnisa, dan Dyah Muliawati. 2018. Faktor Yang Mempengaruhi Gizi Kurang Balita Di Pekon Kepek dan Karangtengah Wonosari Gunungkidul Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, Vol 9 No 1, hlm. 7-14.