

## PENYULUHAN GIZI PADA IBU DAN ANAK UNTUK MENCEGAH STUNTING DI DUSUN KEDUNGPRING, MADIUN

Endang Sri Maruti<sup>1\*</sup>, Yurika Ayu Anggraeni<sup>2</sup>, Sekar Kumala Budi<sup>3</sup>, Reni Prastiwi<sup>4</sup>, Intan Kirana Putri<sup>5</sup>, Muhammad Ibrahim Hoyindra<sup>6</sup>, Janara Septiawan Ekolaksono<sup>7</sup>, Wahyu Ambar Ningrum<sup>8</sup>

<sup>1,2</sup>PGSD, FKIP, Universitas PGRI Madiun, Madiun, Indonesia

<sup>3</sup>Akuntansi, FEB, Universitas PGRI Madiun, Madiun, Indonesia

<sup>4</sup>Manajemen, FEB, Universitas PGRI Madiun, Madiun, Indonesia

<sup>5</sup>Pendidikan Ekonomi, FKIP, Universitas PGRI Madiun, Madiun, Indonesia

<sup>6</sup>Pendidikan Fisika, FKIP, Universitas PGRI Madiun, Madiun, Indonesia

<sup>7</sup>Teknik Informatika, FT, Universitas PGRI Madiun, Madiun, Indonesia

<sup>8</sup>Sistem Informasi, FT, Universitas PGRI Madiun, Madiun, Indonesia

\*Korespondensi: [endang@unipma.ac.id](mailto:endang@unipma.ac.id)

Diterima: 01-02-2023 Disetujui: 10-04-2023

**ABSTRAK.** Berdasarkan hasil observasi dan dialog dengan tokoh-tokoh yang bersangkutan, terdapat beberapa permasalahan yang ada di lokasi, antara lain masalah edukasi dalam hal kesehatan masyarakat, khususnya kesehatan ibu dan anak. Tujuan program pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan edukasi kepada masyarakat khususnya ibu dan anak dalam hal kesehatan terutama untuk mencegah stunting. Program penyuluhan dilaksanakan setiap Kamis Minggu Kedua Bulan Januari 2023 selama 2 bulan, dari Januari sampai Februari 2023. Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dengan metode ceramah, tanya jawab dan alat peraga. Hasil pelaksanaan program menunjukkan bahwa pelaksanaan sudah terlaksana sepenuhnya (100%). Dengan hasil pemantauan menunjukkan adanya peningkatan tentang gizi seimbang untuk balita pada ibu-ibu di Posyandu Anggrek 4 Dusun Kedungpring Desa Sukorejo Kecamatan Saradan Kabupaten Madiun dengan persentase 75%.

**Kata kunci:** balita, gizi seimbang, posyandu, stunting

**ABSTRACT.** Based on the results of observations and dialogue with the figures concerned, there are several problems that exist in the location, including the problem of education in terms of public health, especially maternal and child health. The purpose of this community service program is to provide education to the public, especially mothers and children, in terms of health, especially to prevent stunting. The extension program is held every second Thursday of January 2023 for 2 months, from January to February 2023. The method of implementing community service is carried out using the lecture method, questions and answers and teaching aids. The results of program implementation show that implementation has been fully implemented (100%). With monitoring results showing an increase in balanced nutrition for toddlers in mothers at Posyandu Anggrek 4, Kedungpring Hamlet, Sukorejo Village, Saradan District, Madiun Regency, with a percentage of 75%.

**Keywords:** toddlers, balanced nutrition, posyandu, stunting

### PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata merupakan proses pembelajaran bagi mahasiswa S1 Universitas PGRI Madiun yang dikembangkan melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam

berbagai segi kehidupan bermasyarakat. Pelaksanaan KKN-T ditujukan untuk menumbuhkan kembangkan empati dan kepedulian civitas akademika terhadap (1) berbagai permasalahan yang riil dihadapi masyarakat dan (2) pembangunan berkelanjutan yang

diperlukan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan mewujudkan kesejahteraan masyarakat yang sesuai dengan masyarakat islam yang sebenar-benarnya.

Selain itu, kegiatan KKN-T diharapkan melahirkan pribadi yang tangguh, unggul, berkepribadian mulia, serta dapat menjadi pribadi yang luar biasa ketika sudah terjun dimasyarakat, berjiwa kepemimpinan,. Untuk itu, Universitas PGRI Madiun telah mengembangkan kegiatan KKN-T, KKN-T tidak hanya berisi kegiatan kerja civitas akademika Universitas PGRI Madiun untuk masyarakat tetapi berisi rangkaian kegiatan integratif interdisipliner yang dikemas secara strategis untuk penyelesaian permasalahan secara tuntas dan dilaksanakan bersama masyarakat dengan memerankan masyarakat sebagai pelaku penting dan utama serta melibatkan para pemangku kepentingan lain yang terkait.

Dalam hal ini, mahasiswa diperankan sebagai problem solver, motivator, fasilitator, dan dinamisator dalam proses penyelesaian masalah dan pembangunan/pengembangan masyarakat. Melalui pembaruan konsep tersebut, kehadiran mahasiswa sebagai intelektual muda diharapkan mampu mengembangkan diri sebagai agen atau pemimpin perubahan yang secara cerdas dan tepat menyelesaikan masalah yang dihadapi masyarakatnya.

Berdasarkan hasil observasi dan dialog dengan tokoh-tokoh yang bersangkutan, terdapat beberapa permasalahan yang ada di lokasi, antara lain masalah edukasi dalam hal kesehatan masyarakat, khususnya kesehatan ibu dan anak.

Masa balita adalah periode perkembangan fisik dan mental yang pesat (Kodyat, 2014). Pada masa ini otak balita ibu telah siap menghadapi berbagai stimuli seperti belajar berjalan dan berbicara dengan lancar. Masa balita juga merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat, sehingga memerlukan zat-zat gizi yang tinggi setiap kilogram berat badannya (Fajriani et al., 2020). Anak balita ini justru merupakan kelompok umur paling sering menderita akibat

kekurangan gizi (KKP). Di Indonesia anak kelompok balita menunjukkan prevalensi paling tinggi untuk penyakit KKP dan defisiensi Vitamin A serta anemia defisiensi Fe.5 (Akbar & Aidha, 2020). Kelompok umur ini sulit dijangkau oleh berbagai upaya kegiatan perbaikan gizi dan kesehatan lainnya, karena tidak datang sendiri ke tempat berkumpul yang ditentukan tanpa diantar, padahal yang mengantar sedang libur semua.

Perlunya perhatian lebih dalam tumbuh kembang di usia balita didasarkan fakta bahwa kurang gizi yang terjadi pada masa emas ini, bersifat irreversible (tidak dapat pulih) (Dameria et al., 2022). Ada usia balita juga membutuhkan gizi seimbang yaitu makanan yang mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh sesuai umur. Makanan seimbang pada usia ini perlu diterapkan karena akan mempengaruhi kualitas pada usia dewasa sampai lanjut sehingga pengabdian kepada masyarakat diharapkan dapat meningkatkan status kesehatan balita. Masa balita juga merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat sehingga memerlukan zat-zat gizi yang tinggi setiap kilogram berat badannya (Akbar & Aidha, 2020; Naziyah et al., 2020).

Gizi seimbang bagi balita merupakan susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, aktivitas fisik, kebersihan, dan berat badan ideal (Moesijanti Soekarti, 2013). Pemberian gizi seimbang pada balita dengan pedoman gizi seimbang (PGS) sehingga memberikan gizi yang optimal bagi balita. Pedoman Gizi Seimbang diterapkan untuk seluruh usia termasuk bayi dengan memasukkan ASI sebagai penyusunnya. Prinsip Gizi Seimbang adalah aneka ragam makanan sesuai kebutuhan, kebersihan, aktivitas fisik, memantau berat badan ideal. Jika menemui anak yang sulit makan maka dapat dengan cara memotivasi makanan pada anak yaitu membuat suasana makan anak menyenangkan, jangan memaksa atau mengomeli anak ketika anak makan,

berikan kebebasan anak dalam memilih menu makanan dengan tetap mempertahankan gizi yang seimbang sesuai Pedoman Gizi Seimbang (PGS).

Berdasarkan permasalahan di atas, tujuan program pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan edukasi kepada masyarakat khususnya ibu dan anak dalam hal kesehatan terutama untuk mencegah stunting.

## METODE

Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dengan metode ceramah, tanya jawab dan alat peraga. Metode ceramah ini digunakan sebagai pengantar untuk memberikan penekanan penjelasan gizi seimbang. Metode tanya jawab, metode ini digunakan baik pada saat dilangsungkannya penyuluhan atau pada saat diakhiri penyuluhan yang memungkinkan ibu-ibu dari balita di Posyandu Anggrek 4 Dusun Kedungpring Desa Sukorejo Kecamatan Saradan Kabupaten Madiun. mengemukakan hal-hal yang belum dimengerti. Program penyuluhan dilaksanakan setiap Kamis Minggu Kedua Bulan Januari 2023 selama 2 bulan, dari Januari sampai Februari 2023.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini ada dua tahap, yakni tahap penyuluhan dan pemantauan untuk melihat hasil/dampak.

### 1. Pelaksanaan Penyuluhan

Penyuluhan kesehatan tentang Gizi Seimbang pada Balita di Posyandu Anggrek 4 Dusun Kedungpring Desa Sukorejo Kecamatan Saradan Kabupaten Madiun dilaksanakan pada Kamis Minggu Kedua Bulan Januari 2023 selama 2 bulan, dari Januari sampai Februari 2023. Penyuluhan juga bekerjasama dengan pihak puskesmas setempat.

Penyuluhan diawali dengan kegiatan pembukaan.



Gambar 1. Pembukaan Kegiatan

Kegiatan dilanjutkan dengan pengarahan terkait gizi seimbang.

Makanan seimbang pada usia ini perlu diterapkan karena akan mempengaruhi kualitas pada usia dewasa sampai lanjut sehingga pengabdian kepada masyarakat diharapkan dapat meningkatkan status kesehatan balita. Masa balita juga merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat sehingga memerlukan zat-zat gizi yang tinggi setiap kilogram berat badannya.



Gambar 2. Pengukuran berat dan tinggi badan

Gizi seimbang bagi balita merupakan susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, aktivitas fisik, kebersihan, dan berat badan ideal. Pemberian gizi seimbang padbalita dengan pedoman gizi seimbang (PGS) sehingga memberikan gizi yang optimal bagi balita. Pedoman Gizi Seimbang diterapkan untuk

seluruh usia termasuk bayi dengan memasukkan ASI sebagai penyusunnya.



Gambar 3. Pemaparan materi terkait gizi seimbang

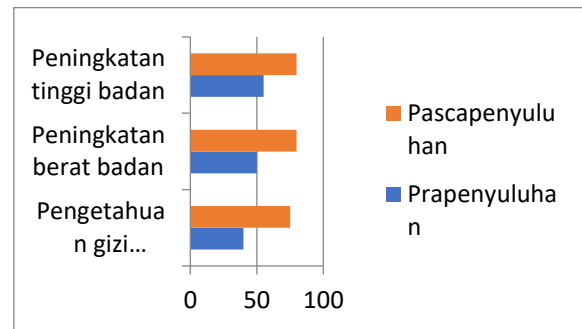
Prinsip Gizi Seimbang adalah aneka ragam makanan sesuai kebutuhan, kebersihan, aktivitas fisik, memantau berat badan ideal. Jika menemui anak yang sulit makan maka dapat dengan cara memotivasi makanan pada anak yaitu membuat suasana makan anak menyenangkan, jangan memaksa atau mengomeli anak ketika anak makan, berikan kebebasan anak dalam memilih menu makanan dengan tetap mempertahankan gizi yang seimbang sesuai Pedoman Gizi Seimbang (PGS).

## 2. Pelaksanaan Pemantauan

Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Kelompok KKN-T 40 Universitas PGRI Madiun tentang penyuluhan kesehatan tentang Gizi Seimbang pada Balita di Posyandu Anggrek 4 Dusun Kedungpring Desa Sukorejo Kecamatan Saradan Kabupaten Madiun kemudian dimonitoring dan dievaluasi pada 1 bulan setelah penyuluhan dengan kunjungan rumah pada keluarga yang mempunyai bayi/balita bekerjasama dengan pihak puskesmas.

Adapun hasil pemantauan yang didapat menunjukkan bahwa pelaksanaan sudah dapat terlaksana sepenuhnya (100%). Dari hasil pelaksanaan pembinaan dan penyuluhan selama 1 hari yang diikuti oleh 40 orang telah mendapatkan respon yang baik oleh ibu-ibu

Balita di Posyandu Anggrek 4 Dusun Kedungpring Desa Sukorejo Kecamatan Saradan Kabupaten Madiun. Ibu menjadi lebih mengetahui tentang Gizi Seimbang pada Balita. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, didapatkan data berikut.



Berdasarkan tabel tersebut, sebelum dilakukan penyuluhan tentang Gizi Seimbang pada Balita di ibu-ibu Balita di Posyandu Anggrek 4 Dusun Kedungpring Desa Sukorejo Kecamatan Saradan Kabupaten Madiun, ibu belum mengerti tentang Gizi Seimbang pada Balita, tetapi setelah dilakukan penyuluhan Gizi Seimbang pada Balita, ibu balita menjadi lebih tahu tentang Gizi Seimbang pada Balita dengan nilai rata-rata pengetahuan tentang Gizi Seimbang pada Balita pada ibu-ibu Balita di Posyandu Anggrek 4 Dusun Kedungpring Desa Sukorejo kecamatan Saradan Kabupaten Madiun dengan persentase 75%.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil program pengabdian masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa ibu-ibu Balita di Posyandu Anggrek 4 Dusun Kedungpring Desa Sukorejo Kecamatan Saradan Kabupaten Madiun. Ibu menjadi lebih mengetahui tentang Gizi Seimbang pada Balita. Adapun faktor yang mendorong partisipasi para ibu balita untuk memanfaatkan pelayanan Posyandu, di antaranya (1) adanya dukungan keluarga dalam bentuk mengingatkan para ibu bayi balita untuk datang ke Posyandu; (2) Dukungan tokoh masyarakat tidak terlihat.

Dukungan pihak kelurahan hanya memberikan himbauan kepada kader untuk melaksanakan Posyandu; dan (3) Sarana dan prasarana di Posyandu Kenanga 8 masih terbatas. Hal tersebut ditandai dengan tidak adanya meja dan kursi untuk pelaksanaan Posyandu, pelaksanaan masih dilakukan di teras rumah warga. Keterbatasan untuk pelayanan ibu hamil juga ditandai dengan tidak adanya tensi meter dan pita LILA. Pelaksanaan Posyandu di Posyandu Kenanga 8 dilakukan rutin setiap bulannya. Namun, dalam pelaksanaan Posyandu belum sesuai dengan sistem 5 meja. Seperti tidak adanya kegiatan pendaftaran, pengisian KMS dan SIP dilakukan oleh tenaga kesehatan, kegiatan penyuluhan tidak dilakukan oleh kader melainkan oleh pihak Puskesmas.

#### UCAPAN TERIMAKASI

Terimakasih kami ucapkan kepada LPPM Universitas PGRI Madiun yang telah mendorong terlaksananya program ini. Serta kepada pihak mitra, yakni ibu-ibu di Dusun Kedungpring Desa Sukorejo, Kecamatan Saradan, Kabupaten Madiun.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, D. M., & Aidha, Z. (2020). Perilaku penerapan gizi seimbang masyarakat kota binjai pada masa pandemi covid-19 tahun 2020. *Menara Medika*, 3(1).
- Dameria, D., Hartono, H., Marlinang, M., Ellya, E., Buenita, B., & Tariani, G. (2022). Penyuluhan Tentang Cegah Stunting Kepada Petugas Gizi Di Kabupaten Samosir, Toba, Humbang Hasundutan, Dan Tapanuli Utara. *JPKM: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1).
- Fajriani, F., Aritonang, E. Y., & Nasution, Z. (2020). Hubungan pengetahuan, sikap dan tindakan gizi seimbang keluarga dengan status gizi anak balita usia 2-5 tahun. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(01), 1–11.
- Kodyat, B. A. (2014). Pedoman Gizi Seimbang 2014. *Permenkes RI*, (41).
- Moesijanti Soekarti, S. (2013). *Gizi seimbang*

*dalam daur kehidupan*. Gramedia Pustaka Utama.

- Naziyah, N., Choirunnisa, R., & Khoirunnisa, D. (2020). Penyuluhan Gizi Sehat dan Pengukuran Antropometri pada Bayi dan Balita di Posyandu Caraka Nanda III Kelurahan Pondok betung Tangerang Selatan. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 3(1), 20–26.