

Edukasi Keluarga Dalam Gizi Seimbang Pada Anak Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo, Kota Pekanbaru

Rena Afri Ningsih¹, Dini Aminarti¹, Dewi Sartika¹, Raisha Wardhani¹, Rizka Annisa¹, Rosdiana¹, Salmi¹, Sahida Nur Alaika¹, Sandra Saputri¹, Shela Tri Agraini¹

¹Program Studi Kebidanan, Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru



ARTICLE INFO

Received: January 07, 2025
Accepted: January 24, 2025
Published: January 25, 2025

*) Corresponding author (E-mail):
afrirenaa@gmail.com

Keywords:

Balanced nutrition;
Stunting;
Toddler

Kata Kunci:

Balita;
Gizi seimbang;
Stunting

07



This is an open access article
under the CC BY license
(<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

ABSTRACT

Early childhood is one of the age groups that is vulnerable to nutritional problems. Mothers' awareness of maintaining balanced nutrition in toddlers is critical to ensure adequate food and nutrient intake to support their growth and development. This community service activity aims to accelerate the reduction in the prevalence of stunting in children by increasing mothers' knowledge about the risks of stunting and providing nutritional counseling to families about balanced nutrition in children in the Sidomulyo Inpatient Health Center work area. The activity methods used are lectures and interactive discussions using leaflets. The strategic targets given are mothers and toddlers in the Sidomulyo RI Health Center environment. This activity was carried out on November 19, 2024 at 10.00 - 11.00 WIB. The results of this activity can be seen from the enthusiasm of the community and the positive response and the results that show an increase in parental awareness of the importance of balanced nutrition, as well as positive changes in children's eating patterns.

ABSTRAK

Anak usia dini merupakan salah satu kelompok usia yang rentan terhadap masalah gizi. Kesadaran ibu untuk menjaga gizi seimbang pada balita sangatlah penting untuk memastikan asupan makanan dan zat gizi yang cukup untuk mendukung tumbuh kembangnya. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk mempercepat penurunan prevalensi stunting pada anak dengan meningkatkan pengetahuan ibu tentang risiko stunting dan memberikan penyuluhan gizi kepada keluarga tentang gizi seimbang pada anak di Wilayah kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo. Metode kegiatan yang dilakukan adalah ceramah dan diskusi interaktif dengan menggunakan leaflet. Sasaran strategis yang diberikan adalah ibu dan balita di lingkungan Puskesmas Sidomulyo RI. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 19 November 2024 pukul 10.00 - 11.00 WIB. Hasil dari kegiatan ini terlihat dari antusiasme masyarakat dan respon positif serta hasil yang menunjukkan adanya peningkatan kesadaran orang tua tentang pentingnya gizi seimbang, serta adanya perubahan positif pada pola makan anak.

Cara mensitasi artikel:

Afri Ningsih, R., Aminarti, D., Sartika, D., Wardhani, R., Annisa, R., Rosdiana, Salmi, Alaika, S. N., Saputri, S., Agraini, S. T. (2025). Edukasi Keluarga Dalam Gizi Seimbang Pada Anak Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo Kota Pekanbaru. *Jurnal Cendekia Mengabdikan Berinovasi Dan Berkarya*, 3(1), 30-33. <https://doi.org/10.56630/jenaka.v3i1.801>

PENDAHULUAN

Stunting, atau keterlambatan pertumbuhan, merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat masalah gizi kronis yang terjadi sejak dalam kandungan hingga usia 24 bulan. Tanda-tandanya meliputi penurunan laju pertumbuhan, khususnya pada balita (Laily dan Indarjo, 2023). Beberapa faktor penyebab stunting antara lain kurangnya asupan gizi yang memadai sejak dalam kandungan hingga lahir, keterbatasan akses layanan kesehatan, serta sanitasi dan air bersih yang kurang memadai. Dampak stunting sangat

luas, meliputi gangguan perkembangan kognitif, mental, dan motorik, serta meningkatkan kerentanan terhadap penyakit (Nirmalasari, 2020).

Secara global, masalah kekurangan gizi masih menjadi perhatian. Menurut laporan UNICEF tahun 2021, sekitar 767,9 juta orang di dunia mengalami kekurangan gizi. Pada tahun 2020, sekitar 45,4 juta anak balita di dunia mengalami kekurangan gizi akut (*wasted*). Di Indonesia, masalah ini juga masih signifikan, dengan satu dari lima anak menderita kekurangan gizi. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 mencatat prevalensi stunting nasional sebesar 21,5%, menunjukkan penurunan dalam dekade terakhir (2013-2023). Namun, angka ini masih belum mencapai target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024, yaitu 14% pada tahun 2024. Stunting di Indonesia terutama dialami bayi usia 24 hingga 35 bulan, dengan sekitar satu dari lima bayi mengalami kondisi ini. Meskipun demikian, terdapat variasi antar provinsi, di mana 15 dari 38 provinsi memiliki prevalensi stunting di bawah rata-rata nasional. Tiga provinsi dengan angka prevalensi tertinggi adalah Papua Tengah (39,4%), Papua Nugini Timur (37,9%), dan Papua Pegunungan (37,3%) (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Di Riau, status gizi balita menunjukkan perbaikan pada tahun 2022. Prevalensi stunting menurun dari 22,3% pada tahun 2021 menjadi 17% pada tahun 2022. Penurunan juga terjadi pada prevalensi *wasting* (dari 9,2% menjadi 8,3%) dan *underweight* (dari 19,3% menjadi 16,4%). Meskipun terjadi penurunan, Riau belum mencapai target nasional, terutama untuk *wasting* (7,5%) dan *underweight*. Cakupan penimbangan balita (D/S) tertinggi pada tahun 2022 dicapai oleh Kabupaten Kampar (80%), satu-satunya kabupaten yang mencapai target. Sebaliknya, cakupan D/S terendah tercatat di Kabupaten Indragiri Hilir (37,2%) (Dinas Kesehatan Provinsi Riau, 2022).

Namun, berbeda dengan tren penurunan di Riau secara umum, Kota Pekanbaru justru mengalami peningkatan prevalensi stunting, dari 11,4% pada tahun 2021 menjadi 16,8% pada tahun 2022. Peningkatan juga terjadi pada prevalensi gizi kurang (dari 5,9% menjadi 8,6%) dan gizi buruk (dari 11,2% menjadi 16,8%) (berdasarkan hasil SSGI 2022). Hal ini menunjukkan perlunya upaya percepatan untuk mencapai target nasional 2024 dan target *Sustainable Development Goals* (SDGs) 2030. Stunting, sebagai salah satu dampak jangka panjang gizi buruk, mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, dan kurangnya stimulasi psikososial, terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Dampak jangka panjang stunting meliputi penurunan kecerdasan, peningkatan risiko penyakit tidak menular, dan terhambatnya pertumbuhan di masa dewasa (Elvita, 2024).

Di wilayah kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Pekanbaru, pada September 2024 tercatat 8 balita dengan masalah gizi buruk (data per 2 Januari 2025 dari Kepala Puskesmas). Program pemberian susu tambahan telah dilaksanakan sebagai upaya penanggulangan. Edukasi tentang gizi seimbang juga penting untuk mendukung kesehatan, imunitas, dan fungsi otak (Akbar & Aidha, 2020).

Meskipun data menunjukkan penurunan kasus stunting sejak Agustus 2024 di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo, upaya berkelanjutan tetap diperlukan. Oleh karena itu, kami, mahasiswa Program Studi Kebidanan dan peneliti dari Fakultas Informasi Kesehatan Institut Kesehatan Payung Negeri, akan menyusun materi penyuluhan edukasi tentang stunting bagi orang tua. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang risiko stunting dan prinsip gizi seimbang, memberikan pengalaman praktis kepada mahasiswa, mengembangkan kemampuan motivasi dan penyuluhan gizi, serta mempercepat penurunan prevalensi stunting melalui pendampingan keluarga dengan balita gizi buruk.

METODE

Metode penyuluhan ini adalah penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah dan diskusi interaktif. Sasaran strategisnya adalah anak-anak dan ibu-ibu di Puskesmas Sidomulyo Pekanbaru. Kegiatan dilaksanakan pada hari Selasa, 19 November 2024 pukul 10.00-11.00 WIB. Penyuluhan kesehatan disampaikan dengan format ceramah dan leaflet.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosial berupa “Edukasi Keluarga tentang Gizi Seimbang Anak” telah dimulai pada tanggal 19 November 2024. Rangkaian kegiatan ini diawali dengan tahap persiapan yang meliputi beberapa hal penting. Pertama, dilakukan pendaftaran izin umum untuk kegiatan pengabdian masyarakat sebagai landasan legalitas pelaksanaan. Selanjutnya, tim pelaksana mempersiapkan materi edukasi dengan membuat leaflet informatif tentang gizi seimbang yang ditujukan khusus untuk anak-anak. Langkah krusial lainnya adalah koordinasi yang intensif dengan Petugas Gizi Puskesmas Kota Pekanbaru. Koordinasi ini bertujuan untuk memastikan partisipasi ibu hamil dan ibu balita dalam kegiatan, sehingga target sasaran edukasi dapat tercapai. Setelah tahap persiapan rampung, kegiatan memasuki tahap pelaksanaan. Pada tahap ini, tercatat sebanyak 16 orang yang berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Rangkaian kegiatan ini diawali dengan sesi pendahuluan.

Kegiatan edukasi ini diawali dengan sesi pengenalan dan penjelasan interaktif mengenai pencegahan stunting, yang ditujukan bagi ibu hamil dan ibu yang memiliki balita. Metode tatap muka dalam pertemuan singkat dipilih untuk memaksimalkan intensitas komunikasi dan interaksi antara edukator dan peserta. Leaflet berjudul “Gizi Seimbang” digunakan sebagai media promosi dan penguatan materi.

Pentingnya edukasi ini didukung oleh berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa stunting merupakan masalah global yang mempengaruhi jutaan anak di bawah usia lima tahun, termasuk di Indonesia dengan prevalensi yang masih tinggi (Dewi dan Wardani, 2024; Susilowati *et al.*, 2023). Edukasi yang efektif dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu balita mengenai pencegahan stunting, yang meliputi pemahaman tentang gizi seimbang, pola makan sehat, dan pentingnya sanitasi yang baik (Heryani, 2023)

Program edukasi ini juga menekankan pentingnya peran ibu dalam mencegah stunting melalui pengelolaan nutrisi yang tepat selama kehamilan dan masa menyusui (Kusuma dan Pangesti, 2023). Itu, keterlibatan keluarga, termasuk suami dan anggota keluarga lainnya, sangat penting dalam mendukung ibu untuk menerapkan pola makan dan gaya hidup sehat (Priharwanti *et al.*, 2023).

Hasil dari kegiatan edukasi ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman peserta mengenai stunting dan cara pencegahannya, sehingga dapat mengurangi risiko stunting pada anak-anak (Lasmiatun dan Muslikhatun, 2024). Dengan demikian, kegiatan edukasi ini tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga memotivasi perubahan perilaku yang positif dalam upaya pencegahan stunting (Siregar *et al.* 2021).

KESIMPULAN

Kegiatan ini mendapat respon dan antusiasme yang tinggi dari masyarakat. Hal ini terbukti dari banyaknya pertanyaan yang diajukan setelah penyampaian materi dan beberapa peserta yang membagikan informasi yang didapat ke media sosial.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Sidomulyo, kota Pekanbaru atas kontribusi dan dukungannya dalam menyediakan tempat untuk penyuluhan pola makan seimbang bagi keluarga. Terima kasih juga kami sampaikan kepada para pembimbing dan Institut Kesehatan Payung Negeri atas fasilitas dan dukungan yang diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, D.M., & Aidha, Z. (2020). Perilaku Penerapan Gizi Seimbang Masyarakat Kota Binjai Pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020. *Jurnal Menara Medika*, 3(1), 15-21.
- Dewi, R., & Wardani, E. (2024). Stunting Prevention Through Empowering Pregnant Women And Mothers Of Toddlers. *Journal of Indonesian Public Health Service*. <https://doi.org/10.60050/jjphs.v1i2.48>
- Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau. (2022). Prevalensi Stunting di Kepulauan Riau Terendah Nomor 4 se-Indonesia. Diakses pada 20 Januari 2025

- Elvita, N. (2024). Peningkatan kompetensi mahasiswa gizi UIN Suska Riau melalui pendampingan balita stunting di wilayah kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Pekanbaru. Dalam *Prosiding Seminar Nasional Integrasi Pertanian dan Peternakan*, 2(1), 87-95.
- Heryani, N. (2023). The Cadre Empowerment and Education for Pregnant Women and Toddler Mothers in Efforts to Prevent Stunting in Sukamaju, Jambi Luar Kota, Muaro Jambi. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v6i4.4022>
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Factsheets: Stunting di Indonesia dan Determinannya*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kusuma, I., & Pangesti, W. (2023). Coaching Method For Pregnant Women To Prevent Stunting Risk In Banyumas. *JURNAL KESEHATAN REPRODUKSI*. <https://doi.org/10.58185/jkr.v13i2.48>
- Laily, L. A., & Indarjo, S. (2023). Literature Review: Dampak Stunting terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 7(3), 354-364.
- Lasmiatun, K., & Muslikhatun, S. (2024). Fostering a prosperous family, healthy, and free of stunting in central java: empirical study in tingkir salatiga. *Ijma (Indonesian Journal of Management and Accounting)*. [https://doi.org/10.21927/ijma.2024.5\(1\).135-143](https://doi.org/10.21927/ijma.2024.5(1).135-143)
- Nirmalasari, N. O. (2020). Stunting pada anak: Penyebab dan faktor risiko stunting di Indonesia. *Qawwam*, 14(1), 19-28.
- Priharwanti, A., Maheswara, A., & Nugraheni, D. (2023). Pregnant Women Kesti: Assistance Program "Pregnant Women Know Stunting" as an Effort to Prevent Stunting and Accidents in Bandengan, Pekalongan City. *Indonesian Journal of Society Development*. <https://doi.org/10.55927/ijds.v2i2.3717>
- Siregar, P., Nurhayati, E., & Silalahi, K. (2021). Efektifitas Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pencegahan Stunting Di Klinik Mariana. *Jurnal Keperawatan Priority*. <https://doi.org/10.34012/jukep.v4i1.1363>
- Susilowati, M., Rasyid, M., Anisah, D., Salamah, L., Firanti, B., Agustianti, M., Oktavia, A., Azahrah, A., Hakim, F., Ahzami, F., & Firmansyah, D. (2023). Stunting prevention education for pregnant women and parents of toddlers in Barisan Village, Losari District. *Community Empowerment*. <https://doi.org/10.31603/ce.10325>
- UNICEF. (2021). *The State of Food Security and Nutrition in the World 2021*. Rome: FAO.