

# Peningkatan Pengetahuan Status Gizi Balita Melalui Program Inovasi “Gerakan Ibu Pintar Atasi Kurang Gizi” (GITAR AKZI) Pada Ibu Balita di Desa Panggungrejo Kecamatan Tulungagung

Wuri Widi Astuti<sup>1</sup>, Linda Andri Mustofa<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi S1 Kebidanan STIKES Karya Husada Kediri, [wuriwidi@gmail.com](mailto:wuriwidi@gmail.com), 085749090961

<sup>2</sup>Program Studi S1 Kebidanan STIKES Karya Husada Kediri, [lindaandrimustofa22@gmail.com](mailto:lindaandrimustofa22@gmail.com), 081556496082

## Abstrak

Prevalensi balita dengan kategori status gizi kurang di Indonesia mencapai 13% dan untuk angka kematian yang diakibatkan oleh gizi buruk mencapai 54%. Terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebab terjadinya balita dengan status gizi kurang diantaranya yaitu pengetahuan gizi ibu. Program Inovasi “Gerakan Ibu Pintar Atasi Kurang Gizi” (GITAR AKZI) merupakan kegiatan pengabdian masyarakat yang sasarannya kepada ibu balita agar mendapatkan edukasi terkait gizi pada anak. Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan edukasi kepada ibu balita tentang pemenuhan nutrisi pada anak, mengajak ibu untuk rutin datang ke posyandu serta mengajarkan pada ibu tentang cara mengolah kudapan yang sehat untuk anak sehingga dapat meningkatkan status gizi anak. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pemberian edukasi/penyuluhan tentang gizi, cara pengolahan makanan dan pengecekan status gizi anak kepada 40 sasaran ibu balita. Edukasi dilaksanakan di posyandu desa panggungrejo Tulungagung pada tanggal 5-8 November 2023. Kegiatan dilaksanakan melalui 2 cara yaitu penyuluhan dengan menilai hasil pre dan post test, serta melakukan demonstrasi cara pembuatan nugget sayuran. Hasil dari kegiatan tersebut menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan dari sasaran, serta antusiasme yang tinggi ibu balita pada pembagian nugget sayur hasil demonstrasi. Pemberian edukasi dan demonstrasi pengolahan nugget sayur pada program “GITAR AKZI” perlu terus dilakukan untuk peningkatan pengetahuan ibu balita dan peningkatan status gizi pada balita.

**Kata kunci:** Program, Inovasi, Gizi,

## Abstract

*The prevalence of toddlers in the category of malnutrition status in Indonesia reaches 13% and the death rate caused by malnutrition reaches 54%. There are several factors that cause toddlers to have poor nutritional status, including the mother's nutritional knowledge. The Innovation Program "Smart Mothers' Movement to Overcome Malnutrition" (GITAR AKZI) is a community service activity whose target is for mothers of toddlers to receive education regarding nutrition in children. The aim of this activity is to provide education to mothers of toddlers about fulfilling nutritional requirements for children, inviting mothers to come to the posyandu regularly and teaching mothers about how to prepare healthy snacks for children so that they can improve their children's nutritional status. The method used in this activity is providing education/counseling about nutrition, how to process food and checking the nutritional status of children to 40 target mothers of toddlers, which was carried out at the Posyandu, Stagerejo village, Tulungagung, on 5-8 November 2023. The activity was carried out in 2 ways, namely counseling by assessing the pre and post test results as well as providing a demonstration on how to make vegetable nuggets. The results of this activity showed that there was an increase in knowledge of the target as well as the distribution of vegetable nuggets resulting from the demonstration to mothers of toddlers. Providing education in the form of counseling and demonstrations of processed vegetable nuggets in the "GITAR AKZI" program which has been carried out as an effort to increase the knowledge of mothers of toddlers and improve the nutritional status of children*

**Keywords:** Program, Innovation, Nutrition,

## PENDAHULUAN

Balita yang mempunyai status gizi kurang secara umum merupakan salah satu masalah yang menjadi pokok bahasan utama di Indonesia. Indonesia memiliki masalah kekurangan gizi yang tinggi serta obesitas yang meningkat yang disebut “Beban Ganda Masalah Gizi” (*Double Burden of Malnutrition*). Beban Ganda Masalah Gizi memiliki dampak di seluruh siklus hidup serta gangguan jangka panjang pada periode kritis pertumbuhan

dan perkembangan, yakni selama 1.000 hari pertama kehidupan (1.000 HPK) sejak kehamilan hingga anak berusia dua tahun<sup>[1]</sup>.

Status gizi balita diukur berdasarkan umur (U), berat badan (BB) dan tinggi badan (TB). Variabel BB dan TB ini disajikan dalam bentuk tiga indikator antropometri, yaitu berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U), dan berat badan menurut tinggi badan (BB/TB). Indikator BB/U memberikan indikasi

masalah gizi secara umum. Indikator ini tidak memberikan indikasi tentang masalah gizi yang sifatnya kronis maupun akut karena berat badan berkorelasi positif dengan umur dan tinggi badan. Dengan kata lain, berat badan yang rendah dapat disebabkan karena anaknya pendek (kronis) atau karena diare atau penyakit infeksi lain (akut)<sup>[2]</sup>.

Berdasarkan data WHO (2011) menyatakan prevalensi balita dengan kategori status gizi kurang di Indonesia mencapai 13% dan untuk angka kematian yang diakibatkan oleh gizi buruk mencapai 54%. Proporsi balita dengan status gizi buruk dan gizi kurang secara nasional dapat diketahui yaitu sebesar 17,7%<sup>[3]</sup>. Proporsi angka tersebut belum mencapai target RPJMN (Rencana Pembangunan Jangka Menengah) tahun 2019 yang diketahui sebesar 17% balita dengan status gizi buruk dan gizi kurang. Prevalensi balita dengan status gizi kurang Provinsi Jawa Tengah tahun 2016 yaitu terdapat 16,86% balita dengan status gizi kurang, lalu tahun 2017 meningkat menjadi 17,00% dan tahun 2018 dapat mengalami penurunan menjadi 16,80%<sup>(4)</sup>.

Menurut WHO, salah satu kelompok umur rawan gizi bagi balita adalah masalah gizi kronik (stunting). Stunting pada balita perlu menjadi perhatian khusus. *Sustainable Development Goals* (SDGs) pada tahun 2030 mengakhiri segala bentuk malnutrisi, dan tahun 2025 menurunkan prevalensi stunting (22,2%), wasting (7,5%), severe wasting (2,4%) dan overweight (5,7%) pada balita<sup>[5]</sup>.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (2018) rata-rata prevalensi balita stunting di Indonesia 2005-2017 adalah 36,4%. Indonesia menunjukkan prevalensi stunting tahun 2013 (37,2%) dan tahun 2018 (30,8%)<sup>[3]</sup>.

Ketidakcukupan zat gizi dapat mengakibatkan penurunan status gizi sehingga anak menjadi kurang gizi. Hal tersebut dapat mempengaruhi gangguan pertumbuhan fisik, kualitas kecerdasan, dan perkembangan di masa depan. Pada masa balita, zat gizi yang bersumber dari bahan makanan perlu diberikan secara tepat dengan kualitas terbaik karena gangguan zat gizi pada masa ini dapat mempengaruhi kualitas kehidupan masa selanjutnya.

Terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebab terjadinya balita dengan status gizi kurang diantaranya yaitu pengetahuan gizi ibu, perilaku ibu dalam pemberian ASI eksklusif dan sikap ibu dalam memberikan makanan pada balita. Kunci utama dalam pemenuhan kebutuhan gizi balita yaitu pengetahuan gizi ibu, pengetahuan yang baik akan mempengaruhi ibu dalam menyusun dan membuat makanan dengan variasi yang beraneka ragam dan bergizi<sup>(6)</sup>.

Ibu dengan pengetahuan gizi yang kurang beresiko empat kali lebih besar menyebabkan balita mempunyai status gizi kurang. Tingginya resiko kurang pengetahuan pada ibu dapat berdampak pada kurangnya status gizi balita sehingga menjadikan tolak ukur seorang ibu untuk dapat lebih menggali pengetahuan mengenai segala hal yang membantu balita tumbuh dengan sehat dan optimal<sup>(7)</sup>.

Oleh karena itu, pengetahuan seorang ibu tentang kecukupan nutrisi bagi anak akan mempengaruhi status pertumbuhan dan perkembangan anak dan sangat diperlukan untuk mendukung dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya. Pengetahuan ibu yang kurang, pola asuh yang salah, sanitasi dan hygiene yang buruk dan rendahnya pelayanan kesehatan.

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan edukasi kepada ibu balita tentang pemenuhan nutrisi pada anak, mengajak ibu untuk rutin datang ke posyandu serta mengajarkan pada ibu tentang cara mengolah kudapan yang sehat untuk anak sehingga dapat meningkatkan status gizi anak. Sehingga dilaksanakan kegiatan Program Inovasi “Gerakan Ibu Pintar Atasi Kurang Gizi” (GITAR AKZI) di Desa Panggungrejo Kecamatan Tulungagung

### METODE PENGABDIAN

Bentuk kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa pemberian edukasi/penyuluhan tentang Gizi, Cara pengolahan makanan dan pengecekan status gizi anak yang dikemas dengan nama GITAR AKZI (Gerakan Ibu Pintar Atasi Kurang Gizi). Kegiatan dilaksanakan di Desa Panggungrejo Kabupaten Tulungagung pada tanggal 26 Oktober sampai dengan 8 November 2023 dengan sasaran ibu balita di Posyandu Desa Panggungrejo Kabupaten Tulungagung sejumlah 40 ibu balita. Penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 5-8 November 2023 dengan materi Gizi seimbang, Variasi MPASI, Inovasi nugget dari sayuran. Luaran dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah peningkatan pengetahuan ibu balita tentang gizi dan dapat mengolah makanan dengan inovasi baru. Peserta penyuluhan dibagi menjadi 2 kelompok agar lebih efektif, dan setiap kelompok diberikan penyuluhan selama 2 hari. Penyuluhan dilaksanakan selama 45 menit. Hari pertama diisi dengan kegiatan penyuluhan dan hari kedua diisi dengan cara pengolahan makanan yang baik serta demonstrasi pembuatan nugget dari sayuran. Analisis dampak dilakukan dengan memberikan kuesioner dalam bentuk paper dengan 10 pertanyaan tertutup tentang topik yang diajarkan.

Kuesioner pretest diberikan pada tanggal 5 Nopember sebelum dilakukan penyuluhan dan kuesioner post test diberikan pada tanggal 8 Nopember atau 3 hari setelah penyuluhan. Selain mendapatkan hasil pengetahuan, sasaran juga dapat membuat inovasi makanan bergizi berupa nugget dari sayuran.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut merupakan hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan

Seluruh sasaran hadir sesuai waktu yang telah ditetapkan, peserta menyimak dengan baik seluruh informasi yang diberikan aktif mengajukan pertanyaan dan memberikan respon terhadap pertanyaan yang diberikan oleh narasumber.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Balita Sebelum Diberikan Penyuluhan

No.	Pengetahuan	f	%
1.	Baik	10	25
2.	Cukup	2	5
3.	Kurang	28	70
Jumlah		40	100

Berdasarkan tabel 1. dapat diketahui bahwa sebagian besar sasaran program “GITAR AKZI” sebelum diberikan penyuluhan mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 28 peserta (70%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Balita Sesudah Diberikan Penyuluhan

No.	Pengetahuan	f	%
1.	Baik	32	80
2.	Cukup	3	7.5
3.	Kurang	5	12.5
Jumlah		40	100

Berdasarkan tabel 2. dapat diketahui bahwa sebagian besar sasaran program “GITAR AKZI” sebelum diberikan penyuluhan mempunyai pengetahuan baik sebanyak 32 peserta (80%).

Perubahan tingkat pengetahuan peserta program “GITAR AKZI” menunjukkan bahwa pemberian edukasi berupa penyuluhan dapat berdampak terhadap pemahaman dan pengetahuan seseorang. Tampak dalam tabel bahwa pengetahuan ibu balita mengalami perubahan dari yang sebelum diberikan penyuluhan sebagian besar sasaran berpengetahuan kurang, namun setelah mendapatkan penyuluhan hampir seluruh sasaran berpengetahuan baik.

Notoatmodjo<sup>[8]</sup> menyatakan bahwa setelah mendapatkan stimulus berupa penyuluhan, dalam diri seseorang terjadi proses penerimaan pengetahuan yang berurutan. Dimulai dari *awareness* (kesadaran), di mana orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui terlebih dahulu terhadap stimulus (objek). Dalam hal ini responden menyadari dan mengetahui adanya penyuluhan gizi yang berisi materi mengenai pola makan balita. Setelah itu *interest* (merasa tertarik), yaitu orang tersebut mulai tertarik terhadap stimulus atau objek tersebut. Disini sikap subjek sudah mulai timbul. Responden merasa tertarik untuk mengikuti penyuluhan dan antusias dalam mendengarkan materi yang disampaikan dalam penyuluhan. Lalu *evaluation* (menimbang-

nimbang), dimana orang tersebut menimbang-nimbang terhadap baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya. Hal ini berarti sikap responden sudah lebih baik lagi. Responden mulai dapat membedakan pola makan yang baik dan tidak baik untuk anak balitanya. Di tahap ini responden sudah mengetahui gizi yang baik untuk balita.



Gambar 2. Pembagian Olahan Makanan Hasil Dari Inovasi Nugget Sayuran

Seluruh sasaran yang hadir, mendapatkan nugget sayur yang dibagikan untuk diberikan ke balita sebagai ganti camilan sehat. Kegiatan ini diawali dengan demonstrasi cara membuat camilan nugget dari sayuran. Ibu balita diajarkan bagaimana cara membuat nugget sayur agar dapat membuat sendiri saat di rumah.

Olahan nugget sayur berasal dari bahan yang mempunyai nilai gizi tinggi antara lain : daging ayam, wortel, bayam, tepung terigu dan bahan pelengkap lainnya tanpa tambahan MSG. Seluruh bahan dasar yang digunakan merupakan bahan yang mudah di dapatkan dan merupakan bahan makanan sehari-hari sehingga mudah untuk dicari.

Nugget sayur ini diharapkan dapat menjadi tambahan asupan gizi bagi anak dan dapat menjadi salah satu alternatif sebagai makanan

yang dapat mengatasi masalah gizi pada anak yaitu gizi kurang dan mencegah stunting.

Pada kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul GITAR AKZI ini masih belum sepenuhnya sempurna. Harapan kami untuk keperluan peningkatan Kegiatan ini, bidan dan kader posyandu perlu juga melanjutkan kegiatan ini dengan pemantauan gizi setiap bulan nya.

### SIMPULAN DAN SARAN

Pemberian Edukasi berupa penyuluhan dan demonstrasi olahan nugget sayur pada program “GITAR AKZI” yang telah dilakukan sebagai upaya peningkatan pengetahuan ibu balita dan peningkatan status gizi pada anak, telah menghasilkan perubahan tingkat pengetahuan. Ibu balita yang semula sebagian besar berpengetahuan kurang mengalami peningkatan menjadi pengetahuan baik, pada hampir seluruh subyek. Diharapkan program “GITAR AKZI” dapat terus dilanjutkan dan ditingkatkan sebagai program rutin di posyandu desa Panggungrejo. Perlu upaya untuk memunculkan inovasi dan variasi untuk kegiatan serupa.

### UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pelaksana pengabdian masyarakat mengucapkan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) STIKES Karya Husada Kediri atas izin yang telah diberikan. Tim juga mengucapkan terimakasih kepada bidan dan puskesmas wilayah Panggungrejo yang telah memfasilitasi selama kegiatan pengabdian masyarakat berlangsung.

### DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Myrnawati, Anita. Pengaruh Pengetahuan Gizi, Status Sosial Ekonomi, Gaya Hidup Dan Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak (Studi Kausal di Pos PAUD Kota Semarang Tahun 2015). *Jurnal Pendidikan Usia Dini*. 2016. 10(2):213-232.  
<https://doi.org/10.21009/JPUUD.102.02>

- [2]. WHO. *Nutrition Landscape Information System (NLIS) Country Profile Indicators. Interpretation Guide*. editor. Switzerland: WHO Press; 2019
- [3]. Arnita Sri, Dwi Yunita Rahmadhani dan Mila Triana Sari. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi. *Jurnal Akademi Baiturrahim Jambi*. 2020. 9(1). P-ISSN:2302- 8416.E-ISSN:2654-2552.
- [4]. Loya, R.R.P., & Nuryanto. Pola Asuh Pemberian Makan Pada Balita Stunting Usia 6-12 Bulan di Kabupaten Sumba Tengah Nusa Tenggara Timur. *Journal Of Nutrition Collage*. 2017. 6 (1), 83-95
- [5]. Miranty, Esya. Hubungan Kejadian Kekurangan Energi Kronik Saat Hamil Dengan Kejadian Stunting Pada Usia 6-60 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Gedangsari II Kabupaten Gunung Kidul. 2020. Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta
- [6]. Nurfitri, Melliana. Dhona Andhini & Fimaliza Rizona. Hubungan Pengetahuan *Responsive Feeding* Ibu dengan Kebijakan Stunting pada Anak Usia 12-24 Bulan. *Seminar Nasional Keperawatan*. 2021.
- [7]. Febriani & Noer Brilliantika, F., & Noer, E.R. Faktor Determinan Perilaku *Responsive Feeding* pada Balita Stunting Usia 6-36 Bulan. *Journal Of Nutrition College*. 2016. 5 (1) : 120-129.
- [8]. Notoatmodjo S. Ilmu Perilaku Kesehatan. 2010. Jakarta : Rineka Cipta, pp:18 – 87.

