

Penyuluhan Gizi Sehat dan Pengukuran Antropometri pada Bayi dan Balita di Posyandu Caraka Nanda III Kelurahan Pondok betung Tangerang Selatan

Naziyah¹, Risza Choirunnisa², Dessy Khoirunnisa³

¹ Prodi Keperawatan , Universitas Nasional, Jakarta

² Prodi Kebidanan, Universitas Nasional, Jakarta

³ Mahasiswa Keperawatan, Universitas Nasional, Jakarta

Email: naziyah.ozzy@gmail.com; risza.choirunnisa@gmail.com;
desykhoirunnisa21@gmail.com

ABSTRAK

Kekurangan gizi diperkirakan menjadi penyebab 3,1 juta kematian anak setiap tahun atau sekitar 45% dari total kematian anak. Pemberian makanan bagi bayi dan balita merupakan kunci untuk memperbaiki kelangsungan hidup anak dan mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang sehat pada anak. masih banyak bayi dan anak yang tidak mendapatkan nutrisi optimal. Contohnya, hanya sekitar 36% bayi usia 0-6 bulan di seluruh dunia yang mendapat ASI eksklusif pada tahun 2007-2014. Defisit satu indeks antropometri atau lebih merupakan indikasi adanya ‘kekurangan gizi’ dimasyarakat. Namun keadaan defisit tersebut tidak dapat dikatakan hanya karena kekurangan konsumsi energi atau zat gizi saja, banyak factor yang terkait sebagai penyebab. Rendahnya ukuran antropometri merupakan indikasi kekurangan gizi pada saat ini dan dimasa lampau ditingkat seluler yang disebabkan karena rendahnya konsumsi makanan dan atau serangan infeksi yang berulang-ulang, dan atau karena adanya gangguan absorpsi zat-zat gizi. Tujuan penyuluhan gizi sehat dan pengukuran antropometri pada bayi dan balita di posyandu caraka nanda III pondok betung tangerang selatan. Sehingga dapat melihat analisa nilai Tinggi badan (TB), Berat badan (BB), Lingkar lengan atas (LILA) kualitas lemak dan IMT/U. Kegiatan ini telah dilaksanakan pada hari kamis tanggal 10 Februari 2018. Adapun kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan kepada ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita tentang gizi sehat serta pengukuran antropometri pada bayi dan balita dengan metode penyuluhan menggunakan leaflet. Terdapat pengaruh signifikan pada pengetahuan ibu sebelum dan sesudah penyuluhan gizi sehat pada bayi dan balita dan Dari semua bayi dan balita usia 3 bulan sampai 4 tahun sebanyak 15 bayi dan 22 balita di posyandu caraka nanda III, yang memiliki IMT masuk obesitas sebanyak 11% dan IMT Kurang sebanyak 38%. Dengan demikian, pemberian edukasi dapat memberikan peningkatan pengetahuan tentang gizi sheta pada bayi dan balita dan dapat mengetahui status gizi dengan dilakukannya pengukuran antropometri pada bayi dan balita.

Kata kunci: Gizi Sehat, pengukuran antropometri, balita.

ABSTRACT

Malnutrition is estimated to cause 3.1 million child deaths each year or around 45% of total child deaths. Feeding infants and toddlers is the key to improving children's survival and supporting healthy growth and development in children. there are still many babies and children who do not get optimal nutrition. For example, only about 36% of infants aged 0-6 months worldwide received exclusive breastfeeding in 2007-2014. A deficit of one or more anthropometric indices is an indication of 'malnutrition' in the community. But the state of the deficit can not be said only because of lack of energy consumption or nutrients alone, many factors are related as a cause. The low size of anthropometry is an indication of nutritional deficiencies at this time and in the past at the cellular level due to low consumption of food and / or repeated attacks of infection, and / or due to impaired absorption of nutrients. The purpose of counseling healthy nutrition and anthropometric measurements in infants and toddlers in Posyandu Caraka Nanda III Pondok Betung, South Tangerang. So you can see the analysis of the value of Height (TB), Weight (BB), Upper Arm Circumference (LILA) fat quality and BMI / U. This activity was carried out on Thursday 10 February 2018. The activities carried out in the form of counseling to mothers mothers who have babies and toddlers about healthy nutrition and anthropometric measurements in infants and toddlers with counseling methods using leaflets. There is a significant influence on the knowledge of mothers before and after counseling of healthy nutrition in infants and toddlers and of all infants and toddlers aged 3 months to 4 years as many as 15 babies and 22 toddlers in Posyandu Caraka Nanda III, who have a BMI entered obesity by 11% and BMI Less than 38%. Thus, providing education can provide increased knowledge about the nutrition of sheta in infants and toddlers and can find out the nutritional status by doing anthropometric measurements in infants and toddlers.

Keywords: *healthy nutrition, anthropometric measurements, toddlers*

1. PENDAHULUAN

Gizi merupakan salah satu permasalahan besar yang dihadapi Indonesia dari tahun ke tahun. Masalah gizi buruk masih menimpa banyak anak Indonesia di berbagai pelosok. Kecukupan gizi anak Indonesia yang tidak terpenuhi, disebabkan oleh kurangnya edukasi para orangtua. Namun, di awal tahun 2016 ini, status gizi anak Indonesia dilaporkan membaik (Darwanto, 2012; Depkes, 2013).

Sejumlah laporan telah menguraikan penggunaan yang sesuai dan interpretasi antropometri untuk bayi dan anak-anak. Penggunaan dan interpretasi pengukuran pertumbuhan mungkin akan berbeda bermakna menurut tujuan klinis individu atau untuk tujuan kesehatan masyarakat (Supriyo, 2012; Aryadi, 2017)).

Defisit satu indeks antropometri atau lebih merupakan indikasi adanya 'kekurangan gizi' dimasyarakat. Namun keadaan defisit tersebut tidak dapat dikatakan hanya karena kekurangan konsumsi energi atau zat gizi saja,

banyak factor yang terkait sebagai penyebab. Rendahnya ukuran antropometri merupakan indikasi kekurangan gizi pada saat ini dan dimasa lampau ditingkat seluler yang disebabkan karena rendahnya konsumsi makanan dan atau serangan infeksi yang berulang-ulang, dan atau karena adanya gangguan absorpsi zat-zat gizi. Kombinasi dan interaksi kekurangan gizi dan infeksi merupakan penyebab utama gangguan pertumbuhan pada bayi dan anak-anak. Karenanya hasil pengukuran antropometri tidak bisa secara langsung digunakan untuk menjelaskan gangguan pertumbuhan: interpretasi tergantung pada indeks antropometri yang digunakan, penyebab gangguan, dan mungkin keadaan social ekonomi masyarakat (Wijayanti, 2018; Merta Dewi, 2019).

Kebanyakan orang yang tidak memahami hal ini biasanya hanya menggunakan prasangka apakah tubuhnya kegemukan atautkah sudah ideal. Pemahaman yang demikian bisa mengakibatkan kesalahan persepsi mengenai tubuh ideal, yang akhirnya polah hidup sehat pun terabaikan karena merasa nyaman dengan keadaanya yang sekarang. Untuk itu peneliti ingin melakukan penyuluhan tentang gizi sehat dan pengukuran antropometri atau cara menghitung berat badan ideal dengan menggunakan rumus yang tepat dan sangat bermanfaat untuk bayi dan balita sehingga ibu dapat mengetahui berat badan normal anaknya dan dapat mengetahui status gizi yang baik untuk bayi dan balitanya di posyandu caraka nanda III pondok betung tangerang selatan (Salim, 2016; Pandji, 2013).

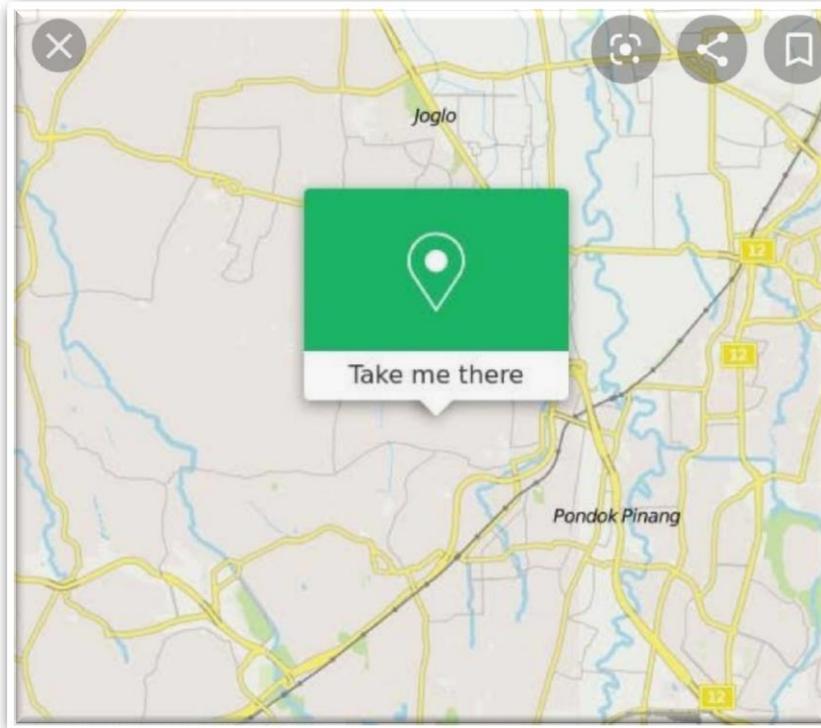
Tujuan umumnya yaitu diharapkan ibu yang memiliki bayi dan balita mengetahui gizi sehat dan mengetahui status ideal gizi pada bayi dan balita, tujuan khusus nya yaitu dapat menjelaskan tentang gizi sehat pada bayi balita, menjelaskan kebutuhan gizi pada balita diantaranya makanan yang baik bagi anak, bahan makanan yang dibatasi dan masalah gizi pada bayi dan balita.

2. MASALAH

Masa balita sering dikatakan sebagai periode emas yang merupakan masa yang paling penting dan perlu untuk mendapatkan perhatian dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Dengan demikian upaya pemantauan pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita perlu selalu dilakukan. Salah satu kebijakan pemerintah untuk mewujudkan upaya tersebut dengan kegiatan posyandu yang merupakan tempat bagi balita untuk mendapat pelayanan. Pencapaian tujuan kegiatan posyandu yang mulia tersebut, memerlukan peran kader posyandu. Namun perlu diperhatikan pengetahuan dan keterampilan kader sangat penting untuk selalu terus ditingkatkan sehingga mereka lebih percaya diri dalam melaksanakan tugas-tugas di posyandu.

Hal yang harus diperhatikan dalam menilai status gizi bayi dan balita adalah mengetahui dengan pasri penggunaan standar antropometri berdasarkan standar WHO 2005 Penilaian Pertumbuhan bayi dan balita. Kementerian kesehatan telah mengeluarkan keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor : 1995/Menkes/SK/XII/2010 tentang Standar Antropometri Penilaian Sttaus Gizi Anak. Indeks yang digunakan dalam penilaian status gizi

bayi dan balita adalah BB/U, TB/U, BB/TB dan IMT/U yang masing-masing memiliki fungsi yang berbeda.



Gambar 2.1 Peta Lokasi Penyuluhan

3. METODE

Subyek dalam kegiatan pengabdian ini adalah ibu yang memiliki bayi dan balita dengan status gizi kurang di wilayah pondok betung. Pada tahap awal dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan yang berkaitan dengan gizi sehat pada bayi dan balita kemudian pengukuran TB, BB, lingkaran lengan (Lila), Lingkaran kepala dan perhitungan IMT. Pertanyaan yang diberikan seputar definisi, tanda-tanda kekurangan gizi, asupan gizi yang baik untuk bayi dan balita. Soal soal tersebut berbentuk pertanyaan terbuka.

Setelah dilakukan pre test, kegiatan selanjutnya adalah penyuluhan tentang gizi sehat pada bayi dan balita dan pengukuran antropometri mulai dari TB, BB, Lila, lingkaran kepala dan menjelaskan makanan yang baik untuk balita. Materi akan dijelaskan oleh narasumber dengan menggunakan media power point yang menarik, dan juga leaflet tentang status gizi sehat bagi bayi dan balita. Setelah penyuluhan selesai, subyek kegiatan diberikan pertanyaan lagi (post test) dengan pertanyaan yang sama.

4. HASIL & PEMBAHASAN

Pengukuran balita dengan menggunakan timbangan dakin Peserta yang hadir sekitar 25 ibu ibu dengan membawa bayi dan balitanya Berikut gambar pelaksanaan pengukuran BB :



Gambar 4.1. Pengukuran Berat Badan Bayi dan balita dengan menggunakan Timbangan Dakin



Gambar 4.2. Pengukuran Berat Badan Balita dengan berdiri

Rata-rata Berat badan Balita dan juga bayi masih dibawah index masa tubuh dengan klasifikasi gizi lebih atau obesitas sebanyak 11 % dan gizi kurang sebanyak 38 %, hal ini disebabkan karena para ibu kurang mengetahui komponen zat gizi yang harus diberikan kepada bayi dan balitanya, rata-rata pekerjaan ibu adalah ibu rumah tangga, semakin banyaknya makanan siap saji atau frozen food yang membuat ibu-ibu rumah tangga menjadi lebih mudah namun asupan nutrisi dari gizi balita tidak sesuai, juga kurangnya pengetahuan ibu tentang baiknya ASI Eksklusif sebagai gizi yang sehat bagi bayi. Rendahnya pengetahuan ibu tentang bayi dan balita dalam kategori sehat atau gemuk.



Gambar 4.3. Pengukuran Lingkar lengan pada Balita

5. SIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari uraian kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Posyandu Caraka III Pondok betung Tangerang selatan. Pertama: adanya peningkatan pengetahuan sebesar 85 % tentang Gizi sehat pada bayi dan balita serta ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita dapat membedakan kategori status Berat badan yang sesuai atau idel dengan perkembangannya.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Dinas, K. E. N. (2013). Profil Kesehatan Kabupaten Maros Tahun 2013.
- Darwanto, D. (2012). Ekonomi Pangan. *Buku Suntingan*, 1(1), 1-75.
- Supriyo, S., Baequny, A., Hidayati, S., Hartono, M., & Harnany, A. S. (2013). Pengaruh perilaku dan status gizi terhadap kejadian TB paru di kota Pekalongan. *Pena Medika Jurnal Kesehatan*, 4(1), 1-8.
- Aryadi, D. (2017). *Hubungan Gizi Kurang Dan Obesitas Dengan Kemampuan Kognitif Dan Psikomotor Anak Usia 9-12 Di SD* (Doctoral dissertation, UNIMUS).
- Merta Dewi, N. N. (2019). *Hubungan Antara Tingkat Pendidikan Ibu, Kunjungan ke Posyandu, dan Tingkat Konsumsi Zat Gizi Dengan Status Gizi Balita Di Daerah Pariwisata Sanur* (Doctoral dissertation, Poltekkes Denpasar).
- Pandji, D. (2013). *Anak Special Needs*. Elex Media Komputindo.
- Salim, A. (2016). *Hubungan Konsep Diri dan Komunikasi Interpersonal Dengan Kecerdasan Spiritual Ibu-Ibu pada Pengajian Majelis Ta'lim Raudhatun Nisa'Langsa* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Wijayanti, I. (2018). *Pekerjaan Ibu Di Luar Rumah Dan Tinggi Badan Ibu Bapak Pendek Sebagai Faktor Resiko Kejadian Stunting Pada Anak Sekolah Dasar Di Kabupaten Pemasang* (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Semarang).
- Kemendes RI. (2017). *Pedoman Umum Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu*. <http://gizi.depkes.go.id/asi/pedoman%20MP-ASI%20Lokal.pdf>.