

## ORANG TUA PEDULI GIZI BALITA DI MASA PANDEMI

Evanny Indah Manurung<sup>1\*</sup>, Martina Pakpahan<sup>2</sup>, Eva Chris Veronica Gultom<sup>3</sup>,  
Deborah Siregar<sup>4</sup>, Peggy S. Tahulending<sup>5</sup>

<sup>1-5</sup>Fakultas Keperawatan Universitas Pelita Harapan

Email Korespondensi: evanny.manurung@uph.edu

Disubmit: 21 Juli 2022

Diterima: 04 Agustus 2022

Diterbitkan: 01 November 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i11.7273>

## ABSTRAK

Konsumsi makanan berdampak langsung pada status gizi. Konsumsi yang tidak memenuhi standar gizi dapat menimbulkan masalah gizi terutama pada bayi dan balita, seperti, stunting, underweight, dan gagal tumbuh. Pemenuhan gizi yang adekuat menunjang pertumbuhan bayi dan balita sesuai tumbuh dan kembangnya. Peningkatan pengetahuan terkait gizi balita menjadi hal penting yang dapat membantu pencegahan masalah gizi balita. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dalam bentuk webinar, dilaksanakan pada hari Jumat, 8 April 2022, pukul 10.00-12.00 WIB. Webinar menggunakan *platform zoom* dalam bentuk edukasi mengenai masalah gizi balita dan pemberian nutrisi yang baik untuk balita. Kegiatan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan orangtua mengenai kebutuh nutrisi balita dan gangguan nutrisi pada balita, yang kemudian diharapkan dapat mencegah resiko *stunting*. Peserta webinar sebanyak 66 orang, yaitu sebanyak 11 (16.7%) adalah laki-laki, 83.3% adalah perempuan, dan sebanyak 50 (75.8%) bekerja dan 16 (24.2%) tidak bekerja. Hasil *pre-test* (*mean*= 49) dan *post-test* (*mean*=64) menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sebanyak 15 poin. Sesi ceramah dan diskusi berlangsung dengan baik. Peserta antusias mengikuti edukasi dan aktif mengajukan pertanyaan aplikatif terkait pemenuhan gizi balita sehari-hari. Peningkatan pengetahuan terkait kebutuhan dan permasalahan gizi pada Balita, diharapkan dapat berkontribusi dalam mencegah kejadian stunting.

**Kata Kunci:** Balita, Gizi, Pandemi, Stunting

## ABSTRACT

*Food consumption has a direct impact on nutritional status. Consumption that does not meet nutritional standards can cause nutritional problems, especially in infants and children under five, such as stunting, being underweight, and failure to thrive. Fulfillment of adequate nutrition supports the growth of children under five years according to their growth and development. Increasing knowledge related to toddler nutrition is an important thing that can help prevent nutritional problems for toddlers. Community Service Activities in the form of a webinar, held on Friday, April 8, 2022, 10:00-12:00 WIB. The webinar uses the zoom platform in the form of education about nutritional problems and the provision of good nutrition for children under five years. The activity aims to increase parents' knowledge about the nutritional needs and nutritional disorders in children under five years, which*

is then expected to prevent the risk of stunting. There were 66 participants in the webinar, of which 11 (16.7%) were male, 83.3% were female, 50 (75.8%) worked and 16 (24.2%) did not. The results of the pre-test (mean = 49) and post-test (mean = 64) showed an increase in knowledge by 15 points. The lecture and discussion sessions went well. Participants enthusiastically participated in the education and actively asked applicable questions related to the daily nutritional fulfillment of in children under five years, which is then expected to prevent the risk of stunting. There were 66 participants in the webinar, of which 11 (16.7%) were male, 83.3% were female, 50 (75.8%) worked and 16 (24.2%) did not. The results of the pre-test (mean = 49) and post-test (mean = 64) showed an increase in knowledge by 15 points. The lecture and discussion sessions went well. Participants enthusiastically participated in the education and actively asked applicable questions related to the daily nutritional fulfillment of Children Under Five Years. Increased knowledge related to nutritional needs and problems in children under five is expected to contribute to preventing stunting.

**Keywords:** Children Under Five Years, Nutrition, Pandemic, Stunting

## 1. PENDAHULUAN

Konsumsi makanan yang kurang bergizi dapat menimbulkan masalah gizi pada bayi dan balita seperti, *stunting*, *underweight*, dan gagal tumbuh, yang selanjutnya disebut status gizi, sehingga pemberian gizi yang baik menunjang pertumbuhan bayi dan balita yang adekuat. Status gizi seseorang dipengaruhi oleh asupan gizi dan kebutuhannya. Jika asupan gizi dan kebutuhan akan gizi tersebut seimbang, maka akan menghasilkan status gizi yang baik. Setiap individu juga akan berbeda status gizinya karena status gizi juga dipengaruhi usia, aktivitas, berat badan, dan tinggi badan (Harjatmo et al., 2017).

Masalah gizi sangat rentan dialami oleh anak-anak. Mereka membutuhkan asupan nutrisi yang lebih banyak dari pada orang dewasa agar tidak terjadi malnutrisi sehingga kehidupan masa depan mereka dapat lebih baik (Setyorini & Lieskusumastuti, 2021). Dalam mengetahui status gizi anak, perlu dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi anak yang kemudian dikonversikan dalam bentuk nilai standar (*Z-score*) yang baku dalam antropometri WHO 2005 (Septikasari, 2018). Pengukuran ini harus dilakukan rutin setiap pada anak yang berumur dibawah 2 tahun, untuk memantau tumbuh kembang. Pemeriksaan rutin ini dapat dilakukan di rumah sakit dan posyandu.

Pandemi covid 19 mengakibatkan terbatasnya segala aktivitas yang menimbulkan keramaian. Hal ini mengakibatkan peniadaan posyandu serta pembatasan kunjungan ke rumah sakit dalam melakukan kontrol tumbuh kembang anak. Namun pemantuan pertumbuhan bayi dan balita harus tetap dilakukan dengan upaya alternatif agar tumbuh kembang balita tetap bisa diperhatikan. Selain itu pada masa pandemi ini, asupan gizi yang baik tidak hanya untuk memenuhi status gizi tetapi juga asupan nutrisi yang baik sangat diperlukan dalam meningkatkan daya tahan tubuh menghadapi pandemi terkhusus anak-anak yang sangat rentan terpar virus ini (Kementerian Kesehatan RI, 2020)

Upaya yang dilakukan pemerintah untuk meningkatkan status gizi di Indonesia yaitu dengan melakukan Pengelolaan Gizi Buruk Terintegrasi

dengan menekankan peran aktif keluarga dan masyarakat serta multidisiplin ilmu terkait upaya penanggulangan gizi buruk dengan menganjurkan perawatan rawat jalan pada balita gizi buruk tanpa komplikasi dan rawat inap jika ada komplikasi sampai komplikasi teratasi untuk balita berusia 6 sampai 59 bulan. Jika berusia kurang dari 6 bulan namun dengan gizi buruk, maka dianjurkan untuk dilakukan rawat inap meskipun tidak ada komplikasi (Kemenkes RI, 2019). Selain itu juga tertuang dalam Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 42 Tahun 2013 Tentang Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi, yang mengatakan bahwa percepatan perbaikan gizi masyarakat prioritas pada seribu hari pertama kehidupan. Dalam kondisi pandemi seperti ini, perlu sekali dilakukan pemberian informasi kepada masyarakat awam mengenai hal ini, mengingat balita merupakan usia yang rentan terhadap penyakit, sehingga orangtua sebaiknya memiliki informasi mengenai masalah status gizi pada balita untuk tetap dapat menjaga status gizi yang baik pada balita.

Tenaga kesehatan memiliki peran sebagai pemberi informasi (*educator*) mengenai masalah gizi dan asupan nutrisi yang baik kepada orang tua dengan balita sehingga orang tua memiliki pengetahuan yang baik dalam menjaga dan merawat balita agar memiliki status gizi yang baik serta pertumbuhan dan perkembangan balita sesuai dengan kurva pertumbuhan yang dianjurkan. Memberikan informasi kesehatan kepada masyarakat terkait masalah gizi ini berarti ikut membantu dan mendukung program pemerintah dalam pengelolaan gizi buruk, yaitu dengan menambah pengetahuan keluarga dan memotivasi orang tua sehingga meningkatkan peran aktif orangtua terhadap masalah gizi.

## 2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Situasi status gizi kurang (*wasting*) dan gizi buruk (*severe wasting*) pada balita di wilayah Asia Tenggara dan Pasifik pada tahun 2014 masih jauh dari harapan. Status gizi anak masih menjadi perhatian khusus di Indonesia. Prevalensi gizi kurang di Indonesia berada pada urutan ke kedua tertinggi sebesar 12,1% diantara 17 negara wilayah Asia Tenggara dan Pasifik. Namun, penanganan kasus tersebut, jika dirata-ratakan dalam 9 negara pada wilayah tersebut mencapai 2%. Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 tentang status gizi balita usia 0-59 bulan, menyatakan bahwa persentase gizi buruk di Indonesia adalah 3,9%, persentase gizi kurang adalah 13,8%, sedangkan persentase balita sangat pendek dan pendek adalah 11,5% dan 19,3% (Kementrian Kesehatan RI, 2020).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada 3 orang tua yang memiliki balita dengan gizi baik, mengatakan bahwa mereka membutuhkan edukasi mengenai masalah status gizi pada balita agar dapat mencegah terjadinya status gizi kurang terutama di masa pandemi ini yang membuat mereka harus menyesuaikan diri dengan situasi yang ada sekarang. Mereka mengatakan memerlukan informasi lebih banyak mengenai asupan nutrisi yang baik untuk dapat mempertahankan dan mencegah status gizi buruk pada bayi dan balita.

Edukasi mengenai masalah pada gizi dan asupan nutrisi yang baik untuk bayi dan balita di masa pandemi ini merupakan salah satu usaha untuk meningkatkan pengetahuan orang tua terkait kebutuhan nutrisi dan permasalahan nutrisi balita, yang kemudian diharapkan dapat berkontribusi

dalam meningkatkan status gizi balita dan mencegah masalah pada status gizi bayi dan balita. Oleh karena itu tim PKM yang terdiri dari dosen, *clinical educator*, dan mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Pelita Harapan, memberikan edukasi kesehatan dalam bentuk webinar terkait gizi pada balita. Penelitian yang dilakukan Nurmaliza & Herlina, (2019) menemukan adanya hubungan tingkat pengetahuan terhadap status gizi balita ( $p=0.006$ ) (Nurmaliza & Herlina, 2019). Dengan memberikan edukasi gizi balita, diharapkan dapat menambah pengetahuan orang tua terkait masalah gizi dan kebutuhan nutrisi yang cukup untuk balita sehingga balita dapat terhindar dari masalah gizi buruk dan gizi kurang.

### 3. KAJIAN PUSTAKA

Balita merupakan usia yang berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan sehingga penting sekali memerhatikan pengaturan makan dan pola makannya. Memerhatikan pengaturan makan pada balita bertujuan untuk memberikan zat yang cukup serta mendidik kebiasaan makan yang baik, sehingga penting sekali diperhatikan agar tercapai tujuan tersebut. (Pritasari et al., 2017). Hasil penelitian Yuhansyah & Mira (2019) menyatakan bahwa pengetahuan ibu masih banyak yang berada pada level cukup. Sejalan dengan penelitian sebelumnya Setyaningsih & Nur Agustini (2014) mendapatkan hasil pengetahuan gizi balita berada pada level cukup (75,9%). Gizi yang baik diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan balita, terutama pada 1000 hari pertama kehidupan balita, karena anak merupakan investasi SDM yang sangat penting kita perhatikan. Oleh karena itu, sejak dalam kandungan kecukupan gizinya harus diperhatikan, sehingga bisa membantu mencipatakan SDM yang berkualitas nantinya. Gizi yang seimbang menjadi kebutuhan dalam tumbuh kembang yang baik pada balita secara fisik, mental dan sosial seperti makanan yang mengandung karbohidrat, lemak, protein, vitamin, dan mineral. Makanan yang dikonsumsi balita harus memiliki kandungan zat gizi tersebut, sehingga bisa tercapai pertumbuhan otak dan fisik yang baik (Auliana, 2011)

Ciri anak sehat yang memiliki gizi yang baik yaitu, bertambah umur, bertambah padat, bertambah tinggi, postur tubuh tegap dan berotot padat, memiliki rambut yang berkilau dan kuat, kulit serta kuku tampak bersih dan tidak pucat, wajah ceria, mata bening, bibir tampak segar, gigi bersih dan gusi berwarna merah muda, nafsu makan baik dan buang air besar teratur, bergerak aktif dan berbicara lancar sesuai umur, penuh perhatian dan bereaksi aktif, serta tidur nyenyak (Auliana, 2011). Jika gizi anak terpenuhi dengan baik, maka akan muncul ciri tersebut pada anak. Namun jika gizi seimbang tersebut tidak terpenuhi dengan baik, maka akan muncullah beberapa masalah yang memengaruhi tumbuh kembang balita tersebut.

Masalah gizi yang muncul jika balita kekurangan gizi, yaitu balita dengan gizi buruk dan kurang, balita pendek, serta kegemukan yang akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan balita (Utami & Mubasyiroh, 2019). Balita yang tidak mendapatkan gizi yang seimbang akan berpengaruh pada daya tahan tubuhnya, yaitu daya tubuh dapat menurun sehingga mudah terserang penyakit. Jika balita kekurangan atau kelebihan asupan nutrisi protein atau zat gizi mikro (vitamin dan mineral) disebut dengan malnutrisi. Saat balita tersebut tidak mendapatkan asupan nutrisi yang cukup yang disebabkan karena kurangnya makanan, perawatan yang

tidak memadai, serta terkena penyakit maka balita itu disebut kurang gizi. Masalah kurang gizi ada dua jenis, yaitu kurang energi protein (KEP) dan kurang vitamin dan mineral (*micronutrient deficiencies*). Kurang energi protein (KEP) jika dilihat dari berat badan disebut *underweight* (berat badan kurang), jika dilihat dari tinggi badan menurut usia, yaitu *stunting*, jika dilihat dari berat badan dan tinggi badan, disebut *wasting*. KEP disebabkan karena kurangnya asupan kalori dari protein, seperti ikan dan daging, dan vitamindan mineral, seperti seng, besi dan vitamin A (Judistiani et al., 2015).

Salah satu untuk mencegah terjadinya masalah gizi tersebut, engan melakukan edukasi kepada orang tua yang memiliki balita, atau orang tua baru yang akan memiliki anak, agar dapat memberikan asupan nutrisi dengan gizi yang seimbang pada balita. Memberikan edukasi dapat menambah pengetahuan orang tua dalam merawat dan memberikan asupan gizi yang cukup dan seimbang kepada balita. Edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap orang tua dalam pemenuhan nutrisi gizi sehingga edukasi menjadi salah satu alternatif intervensi yang dapat digunakan untuk meningkatkan perilaku kesehatan dalam mencegah terjadinya *stunting* (Naulia et al., 2021). Informasi kesehatan mengenai gizi yang diberikan kepada orangtua balita, dapat mengubah pola pikir para orangtua menjadi lebih baik, sehingga dapat menyebabkan perubahan prilaku. Perkembangan zaman dan kemajuan teknologi yang ada pada saat ini dapat memudahkan dalam memberikan edukasi kepada orang tua dan balita. Kemajuan teknologi saat ini mendukung orang tua dalam mengakses informasi mengenai pemberian gizi balita, sehingga dimanapun dan kapanpun, orang tua dapat dengan mudah mengakses berbagi informasi untuk menambah pengetahuan mereka. Edukasi kesehatan untuk menambah pengetahuan mengenai gizi, dapat dilakukan dengan menggunakan kemajuan teknologi saat ini, yaitu menggunakan media sosial dalam bentuk, webinar, video, dan presentasi. Pemanfaatan media sosial yang tepat menjadi salah intervensi yang paling efektif dalam melakukan edukasi dapat menambah pengetahuan serta mengubah sikap dan perilaku orang tua balita dalam pemenuhan gizi balita (Simanjuntak et al., 2022)

Memberikan edukasi dengan metode penyuluhan dan ceramah berarti menambah pengetahuan orang tua terhadap pemenuhan gizi balita. Dengan bertambahnya pengetahuan orangtua diharapkan terjadi perubahan sikap dalam kesehatan pada orang tua balita untuk memberikan gizi yang seimbang kepada bayi dan balitanya. Sehingga dengan memberikan edukasi dapat menjadi sumbangsih dalam program pemerintah untuk mencegah *stunting* di Indonesia seperti yang tertuang dalam Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 42 Tahun 2013 Tentang Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi, yang mengatakan bahwa percepatan perbaikan gizi masyarakat prioritas pada seribu hari pertama kehidupan.

#### 4. METODE

Metode kegiatan webinar ini berbentuk penyuluhan yang diadakan dengan menggunakan media zoom. Webinar dibagi menjadi dua sesi. Sesi 1 dengan tema 'Mengenal Masalah Gizi pada Balita' dan sesi 2 'Mengenal Kebutuhan Nutrisi pada balita'. Capaian webinar ini difokuskan pada kemampuan dan pemahaman peserta terhadap materi yang disampaikan

mengenai masalah gizi dan nutrisi yang baik pada bayi dan balita sehingga orang tua menjadi peka terhadap permasalahan gizi balita.

Di masa pandemi, mengunjungi rumah sakit untuk melakukan kontrol berat badan pada balita menjadi hal yang beresiko atau rentan terhadap terpaparnya virus CoVID-19, sementara peningkatan berat badan anak yang ideal merupakan hal penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak di masa emas yaitu sebelum umur 2 tahun.

a. Peserta

Peserta kegiatan PkM ini adalah orangtua yang memiliki balita serta para calon orangtua yang sedang mempersiapkan kelahiran. Setelah dilakukan publikasi kegiatan, jumlah peserta yang hadir pada saat pelaksanaan webinar adalah 66 orang, yang berasal dari berbagai daerah di Indonesia, namun sebagian besar peserta berasal dari jabodetabek.

b. Waktu

Waktu pelaksanaan kegiatan ini, dilakukan hari Jumat, 8 April 2022, pukul 10.00 - 12.00 WIB.

c. Tempat

Kegiatan ini dilakukan secara virtual *meeting/link zoom* dan juga disiarkan melalui *YouTube*.

d. Metode Pelaksanaan

1) Tahap persiapan

Pada tahap persiapan ini, tim melakukan tanggung jawab sesuai dengan pembagian kerja yang sudah dibagi, seperti menghubungi narasumber terkait materi dan soal, membuat media publikasi, melakukan publikasi acara, menyiapkan soal *pre* dan *post-test*, menyiapkan *draft* sertifikat peserta dan panitia, menyiapkan media untuk kegiatan (*zoom*). Melakukan rapat koordinasi sesama panitia serta melakukan gladi acara webinar.

2) Tahap pelaksanaan

Alur pelaksanaan PkM terdiri dari:

- Pembukaan

Pada sesi ini, tim PkM membuka acara dengan sambutan dari ketua program studi dari Fakultas Keperawatan UPH, kemudian memperkenalkan diri, serta menyampaikan tujuan dan latar belakang diadakannya PkM ini. Selain itu pada sesi ini panitia juga membagikan tautan yang berisi form untuk daftar hadir dan soal pre-test

- Pemberian materi

Sesi paparan materi ini terdiri dari dua sesi, paparan materi pertama, dan paparan materi ke dua. Narasumber untuk materi pertama mengenai Mengenal Masalah Gizi Pada Balita, dibawakan oleh: dr. Dwi Savitri Rivami, MSc, PhD Narasumber yang kedua mengenai Mengenal Kebutuhan Nutrisi Pada Balita, yang dibawakan oleh: Ns. Lia Kartika, M.Kep., Sp.Kep. An.

- Sesi diskusi atau tanya jawab.

Pada sesi ini, peserta diberikan kesempatan untuk bertanya langsung kepada narasumber. Sesi ini dilakukan setelah paparan materi dari kesua narasumber. Sesi diskusi berjalan dengan baik, dan peserta terlihat antusias untuk bertanya, karena materi yang diberikan sangat aplikatif dalam kehidupan sehari hari.

- Penutup

Tim PkM menutup acara dengan mengadakan sesi foto bersama dan melakukan ice breaking untuk mencairkan suasana. Selain peserta juga diberikan kesempatan untuk mengisi tautan posttest, untuk melihat tingkat pengetahuan peserta setelah diberikan paparan materi.

### 3) Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan pada akhir acara dengan membagikan tautan yang dapat diakses peserta. Evaluasi berisi 9 pernyataan terkait pelaksanaan webinar dan 1 pertanyaan terbuka. Berdasarkan hasil evaluasi, acara ini mempunyai kualitas suara dan gambar yang sangat baik. Menurut peserta informasi yang diberikan sesuai dengan harapan dan menambah pengetahuan peserta. Narasumber menyampaikan materi dengan sangat baik, mudah dimerti, dan mudah dihami. Untuk sesi diskusi meningkatkan pemahaman mereka, pemateri juga dapat menjawab pertanyaan dengan baik, serta waktu untuk sesi diskusi sangat cukup untuk dapat menambah pengetahuan peserta.

### 4) Keberlanjutan program

Kegiatan webinar yang sudah dilaksanakan sudah dievaluasi oleh tim PkM dalam rangka mengukur keberhasilan kegiatan dan merencanakan program selanjutnya. Berdasarkan evaluasi dari PkM ini, dapat kita rencanakan topik selanjutnya mengenai pola pengasuhan yang baik dalam pertumbuhan dan perkembangan balita.

## 5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### a. Hasil

#### 1. Karakteristik Peserta Webinar

Tabel 1. Karakteristik Peserta Webinar (n=66)

Karakteristik		Jumlah (orang)	Presentase (%)
Jenis kelamin	Laki-laki	11	16.7%
	Perempuan	55	83.3%
Status Pekerjaan	bekerja	50	75.8%
	Tidak bekerja	16	24.2%

Pada Tabel 1 didapatkan bahwa peserta webinar ini hampir sebagian besar adalah perempuan (83.3%). 75.8% peserta webinar adalah orangtua yang bekerja.

#### 2. Pengetahuan Peserta Webinar

Tabel 2. Distribusi Rerata Pre dan Post Test (n = 66)

Variabel	Pre-Test	Post Test
Edukasi	49	64

Berdasarkan tabel 2, 66 peserta yang hadir dan mengisi *pre* dan *posttest* didapatkan peningkatan rerata sebanyak 15 poin. Pelaksanaan webinar berlangsung dengan lancar, berikut adalah beberapa gambar dalam pelaksanaan webinar ini :



Gambar 1. Briefing Panitia Sebelum Acara



Gambar 2. Sambutan dari Ketua Program Studi





Gambar 3. Foto Bersama Peserta

#### b. Pembahasan

Masalah gizi pada anak dapat berdampak pada tumbuh kembang, penurunan sistem imunitas, potensi mengalami gangguan kesehatan ketika dewasa, dan dampak kematian. Kondisi ini juga mengakibatkan anak mudah untuk terinfeksi berbagai virus dan bakteri, salah satunya Covid-19. Beberapa gejala balita yang mengalami gizi buruk, yakni tubuh anak tampak sangat kurus, kedua punggung kaki mengalami pembengkakan, dan beberapa anak mengalami pembengkakan di seluruh tubuh (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Beberapa hasil menunjukkan sebagian besar balita mengalami gizi kurang (Maflahah & Maflahah, 2019; Mutika & Syamsul, 2018).

Beberapa tindakan yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya gizi buruk, yakni pemberian ASI eksklusif, gizi seimbang, mencuci tangan, imunisasi, dan pemeriksaan rutin pada fasilitas kesehatan (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Oleh karena itu, dibutuhkan usaha dan kesadaran masyarakat, khususnya ibu, untuk mememuhi hal tersebut. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar ibu tidak mengetahui tentang gizi buruk, tidak memberikan ASI eksklusif, dan kebiasaan makan yang tidak baik (Mutika & Syamsul, 2018). Hal ini memberikan risiko pada anak mengalami gizi buruk karena orang tua tidak memiliki pengetahuan baik mengenai pemberian gizi seimbang. Salah satu cara menumbuhkan kesadaran masyarakat terkait gizi adalah dengan memberikan edukasi Kesehatan mengenai gizi balita, sehingga dapat mencegah terjadi gizi buruk pada balita.

Peserta kegiatan ini lebih banyak dihadiri oleh peserta dengan jenis kelamin perempuan. Peranan orangtua, terutama ibu, dalam pola asuh sangat penting, termasuk dalam hal gizi balita. Seorang ibu memiliki peran sebagai *educator*, *organizator*, dan *fasilitator*. Peran tersebut meliputi membagikan pengetahuan tentang gizi yang seimbang bagi anggota keluarga di rumah, mengatur menu makanan yang memiliki variasi, menentukan dan mengelola bahan makanan yang tepat dan bergizi, membuat sajian makanan yang menarik, dan memonitor pertumbuhan dan perkembangan anak dengan cara kunjungan ke

posyandu (Munawaroh et al., 2022). Pengetahuan dan sikap ibu terhadap masalah gizi menjadi faktor penentu dalam masalah gizi, contohnya stunting (Olsa et al., 2018).

Perilaku ibu menjadi salah satu faktor penyebab gizi kurang terhadap balita, sehingga perlu sekali ada intervensi yang dapat mengubah perilaku tersebut, yaitu dengan memberikan edukasi Kesehatan terkait masalah gizi balita, serta asupan nutrisi yang baik untuk balita (Pratiwi & Bahar, n.d.). Pengetahuan yang tinggi terhadap gizi, memengaruhi perilaku dan sikap dalam memilih makanan yang tepat untuk memenuhi gizi (Mardiyanto et al., 2019). Target peserta kegiatan ini adalah orang tua, namun dihadiri lebih banyak perempuan, yang berarti kegiatan ini mendukung peranan ibu untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam masalah gizi dan asupan nutrisi yang baik untuk balita, sehingga dapat mencegah terjadinya stunting.

Selain peserta lebih banyak perempuan, peserta yang hadir juga didominasi oleh orang tua yang bekerja. Status pekerjaan orangtua memiliki pengaruh dalam masalah gizi balita. Hal ini berhubungan dengan status ekonomi keluarga. Tingkat pendapatan keluarga yang kurang baik, dapat menjadikan salah satu kendala dalam pemenuhan makanan baik secara kuantitas maupun kualitas (Munawaroh et al., 2022). Orang tua yang bekerja memiliki penghasilan yang dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan balita, termasuk kebutuhan asupan nutrisi (Putri et al., 2017). Peserta yang hadir dalam kegiatan ini, menambah pengetahuan agar dapat memenuhi gizi balita sehingga mencegah masalah gizi terjadi pada balita. Target peserta dengan memiliki pekerjaan, mendukung untuk pemberian asupan nutrisi yang baik. Peserta yang memiliki pekerjaan dapat memanfaatkan penghasilannya untuk menyiapkan nutrisi yang seimbang untuk balitanya.

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *pos-test* didapatkan peningkatan jumlah rata-rata nilai. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan. Peningkatan pengetahuan ini menjadi indikator keberhasilan kegiatan ini. Dengan adanya edukasi kesehatan masalah gizi ini, tingkat pengetahuan peserta terhadap masalah gizi dan asupan nutrisi yang baik untuk balita bertambah. Pengetahuan gizi orangtua dapat memengaruhi asupan makanan seseorang. Tingkat pengetahuan tentang gizi dapat memengaruhi sikap dan perilaku orangtua dalam memilih makanan yang siap di konsumsi balita dalam memilih makanan untuk di konsumsi. Hal tersebut memengaruhi status gizi, faktor pola makan, jumlah. Jenis dan asupan makanan pada balita tersebut (Suriani et al., 2021).

Pada masa pandemi, terjadi pembatasan pada seluruh kegiatan yang menimbulkan keramaian, karena dapat meningkatkan resiko penularan Covid-19. Oleh karena itu, metode edukasi dengan menggunakan kemajuan teknologi internet salah satunya webinar, menjadi salah satu cara yang paling efektif untuk dapat memberikan informasi kesehatan tanpa harus bertemu langsung di satu tempat. Edukasi kesehatan dapat terus diberikan di masa pandemi dengan metode edukasi ceramah melalui webinar. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *pos-test*, terjadi penambahan pengetahuan mengenai masalah gizi yang berarti pemberian edukasi kesehatan melalui webinar terbukti efektif dalam menambah pengetahuan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nugroho pada tahun 2022, yang mengatakan bahwa webinar merupakan

metode yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan terutama dimasa pandemic (Nugroho & Wardani, 2022). Peningkatan pengetahuan orang tua terhadap gizi balita, diharapkan dalam jangka panjang dapat menjadi salah satu upaya yang mendukung pemerintah dalam mengurangi jumlah kejadian stunting di Indonesia.

## 6. KESIMPULAN

Edukasi mengenai masalah gizi pada balita dan nutrisi yang baik pada balita berjalan dengan sangat baik, lancar, dan efektif. Perubahan skor rata-rata nilai *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pada peserta. Hal ini menunjukkan kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan peserta mengenai masalah gizi dan asupan nutrisi yang baik untuk balita. Diharapkan dengan bertambahnya pengetahuan para orang tua mengenai masalah gizi ini, dapat membantu mengurangi masalah gizi dan dalam jangka panjang, angka kejadian stunting dapat menurun.

### Ucapan Terimakasih

Tim PkM mengucapkan terimakasih kepada LPPM Universitas Pelita Harapan yang telah mendukung kegiatan PkM dengan nomor PkM: PM-02-FoN/XII/2021, berupa dukungan materi serta moril sehingga PkM ini bisa terlaksana dengan baik dan lancar.

## 7. DAFTAR PUSTAKA

- Auliana, R. (2011). *Gizi Seimbang Dan Makanan Sehat Untuk Anak Usia Dini*. Pertemuan Parenting Class. <http://staffnew.uny.ac.id/upload/132048525/pengabdian/gizi-seimbang-dan-makanan-sehat-untuk-anak-usia-dini.pdf>
- Harjatmo, T. P., Par'i, H. M., & Wiyono, S. (2017). *Penilaian Status Gizi* (BPSDM (ed.); 1st ed., Vol. 1, Issue 1). Kementerian Kesehatan RI. <http://bppsdm.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-Content/Uploads/2017/11/Penilaian-Status-Gizi-Final-Sc.Pdf>
- Judistiani, R. T., Fauziah, A., Astuti, S., Yuliani, A., & Sari, P. (2015). Gangguan Gizi Balita di Desa Mekargalih Kecamatan Jatinangor-Sumedang. *Jsk*, 1(2), 84-91.
- Kemendes RI. (2019). Pedoman Pencegahan Dan Tatalaksana Gizi Buruk Pada Balita. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 1-120.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Panduan Gizi Seimbang Selama Covid-19*(p.32).[https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Panduan-gizi-seimbang-pada-masa-covid-19\\_1623.pdf](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Panduan-gizi-seimbang-pada-masa-covid-19_1623.pdf)
- Kementrian Kesehatan RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia*. <http://www.kemkes.go.id>
- Maflahah, I., & Maflahah, I. (2019). Analisis Status Gizi Balita di Kabupaten Sumenep Madura. *Jurnal Pamator: Jurnal Ilmiah Universitas Trunojoyo*, 12(1), 35-47. <https://doi.org/10.21107/pamator.v12i1.5177>
- Mardiyanto, R. T., Latifah, N., Putri, A. A., Prodi, K., Masyarakat, K.,

- Masyarakat, U., & Muhammadiyah, J. (2019). Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang Sebagai Pedoman Hidup Sehat Pada Masyarakat Di Sekitar Kelurahan Pondok Jagung Kecamatan Serpong Utara Kota Tangerang Selatan. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 5. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
- Munawaroh, H., Nada, N. K., Hasjiandito, A., Fasial, V. I. A., Heldanita, Anjarsari, I., & Fauziddin, M. (2022). View of Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Sentra Cendekia*, 3(2), 47-60. <https://doi.org/https://doi.org/10.31331/sencenivet.v3i2.2149>
- Mutika, W., & Syamsul, D. (2018). Analisis Permasalahan Status Gizi Kurang Pada Balita di Puskesmas Teupah Selatan Kabupaten Simeuleu. *Jurnal Kesehatan Global*, 1(3), 127-136. <https://doi.org/https://doi.org/10.33085/jkg.v1i3>
- Naulia, R. P., Hendrawati, H., & Saudi, L. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemenuhan Nutrisi Balita Stunting. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(02), 95-101. <https://doi.org/10.33221/JIKM.V10I02.903>
- Nugroho, R. F., & Wardani, E. M. (2022). Pengaruh Edukasi Melalui Webinar Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Napza dan Gizi Bagi Remaja. *JINTAN: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 2(1), 1-7. <https://doi.org/10.51771/JINTAN.V2I1.215>
- Nurmaliza, & Herlina, S. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Pendidikan Ibu terhadap Status Gizi Balita. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 1(2), 106-115. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jka.v1i2.578>
- Olsa, E. D., Sulastri, D., & Anas, E. (2018). Hubungan Sikap dan Pengetahuan Ibu Terhadap Kejadian Stunting pada Anak Baru Masuk Sekolah Dasar di Kecamatan Nanggalo. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(3), 523-529. <https://doi.org/10.25077/JKA.V6I3.733>
- Pratiwi, H., & Bahar, H. (n.d.). Peningkatan Pengetahuan, Sikap, Dan Tindakan Ibu Dalam Upaya Pencegahan Gizi Buruk Pada Balita Melalui Metode Konseling Gizi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wua-wua Kota Kendari Tahun 2016. *J.*
- Pritasari, Damayanti, D., & Lestari, N. T. (2017). *Gizi Dalam Daur Kehidupan* (Bahan Ajar Gizi, Vol. 1). PPSDM Kemenkes RI. <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-Content/Uploads/2017/11/Gizi-Dalam-Daur-Kehidupan-Final-Sc.Pdf>
- Putri, R. M., Rahayu, W., & Maemunah, N. (2017). Kaitan Pendidikan, Pekerjaan Orang Tua Dengan Status Gizi Anak Pra Sekolah. *Jurnal Care*, 5(2), 231-243. <https://doi.org/https://doi.org/10.33366/cr.v5i2.841>
- Septikasari, M. (2018). Status Gizi Anak dan Faktor yang Mempengaruhi. *UNY Press*, 1(2), 1-9.
- Setyorini, C., & Lieskusumastuti, A. D. (2021). Gambaran Status Gizi Bayi Dan Balita Pada Masa Covid-19 Di Kelurahan Jetis Sukoharjo. *Avicenna: Journal of Health Research*, 4(1996), 6. <https://doi.org/https://doi.org/10.36419/avicenna.v4i1.465>
- Simanjuntak, M., Yuliati, L. N., Rizkillah, R., & Maulidina, A. (2022). Pengaruh Inovasi Edukasi Gizi Masyarakat Berbasis Sosial Media Marketing Terhadap Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Dalam

- Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 15(2), 164-177. <https://doi.org/10.24156/JIKK.2022.15.2.164>
- Suriani, N., Moleong, M., & Kawuwung, W. (2021). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Dengan Kejadian Gizi Kurang Pada Balita Di Desa Rambusarantu Kecamatan Mamasa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat UNIMA*, 2(3), 53-59. <https://doi.org/https://doi.org/10.53682/ejkm.vi.1692>
- Utami, H. N., & Mubasyiroh, R. (2019). Masalah Gizi Balita Dan Hubungannya Dengan Indeks Pembangunan Kesehatan Masyarakat (Nutritional Problems Among Underfive Children and It'S Relationship With Public Health Development Index). *Jurnal Penelitian Gizi Dan Makanan*, 42(1), 10.