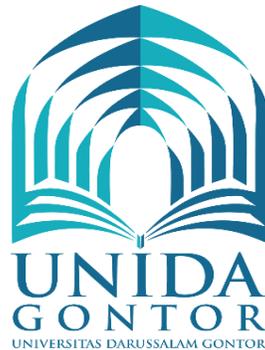


**PRAKTEK KERJA LAPANGAN BIDANG GIZI MASYARAKAT  
LAPORAN INDIVIDU**

Pengaruh Pemberian Edukasi Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Stunting dan  
Pengaruh Pemberian Edukasi Media Poster Terhadap Pola Asuh Ibu Balita Stunting



Disusun oleh:

Aisha Widyadana Abidin

422021728002

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS DARUSSALAM GONTOR  
2024**

**LEMBAR PENGESAHAN LAPORAN INDIVIDU  
PKL GIZI MASYARAKAT DI PUSKESMAS KEDUNGGALAR  
TAHUN 2024**

Disusun Oleh :

Aisha Widyadana Abidin

422021728002

Telah dinyatakan memenuhi syarat untuk diterima pada tanggal 30 Mei 2024

Menyetujui

Dosen Pembimbing



Lulu' Luthfiya, S.Gz.,M.P.H  
NIDN 0718019203

Pembimbing Lahan



Indah Sunarsih, S.Gz  
NIP. 198209272005012009

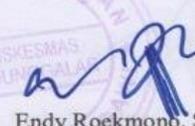
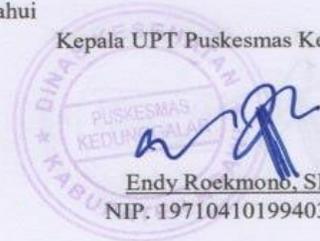
Mengetahui

Ketua Program Studi Ilmu Gizi



Lulu' Luthfiya, S.Gz.,M.P.H  
NIDN 0718019203

Kepala UPT Puskesmas Kedunggalar

Endy Rockmono, SKM  
NIP. 197104101994031005

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Darussalam Gontor



apt. Amal Fadholah, S.Si., M.Si  
NIDN 0510017002

## DAFTAR ISI

BAB I.....	5
PENDAHULUAN .....	5
A. Latar Belakang.....	5
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan .....	6
D. Manfaat .....	6
BAB II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Teori.....	7
1. Definisi Stunting .....	7
2. Penyebab Stunting.....	7
3. Patofisiologi Stunting.....	8
4. Dampak Stunting.....	8
5. Pencegahan Stunting .....	9
6. Pengetahuan ibu terhadap stunting.....	10
A. Kerangka Teori.....	11
B. Kerangka Konsep.....	11
BAB III .....	12
METODOLOGI PENELITIAN.....	12
A. Waktu dan Lokasi PKL .....	12
B. Ruang Lingkup Kegiatan .....	12
C. Sasaran .....	12
D. Program Intervensi.....	12
E. Alur Pengambilan Data.....	13
F. Pendampingan stunting.....	14
G. Monitoring .....	14
BAB IV .....	15
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	15
A. Keadaan Umum .....	15
B. Hasil pendampingan.....	15

C. Hasil Intervensi .....	17
D. Hasil Monitoring.....	18
E. Pembahasan.....	18
BAB V .....	20
KESIMPULAN DAN SARAN.....	20
A. Kesimpulan .....	20
B. Saran .....	21
DAFTAR PUSTAKA.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
LAMPIRAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS), prevalensi stunting di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 30,8% (Riskedas Jatim, 2018). Tahun 2022 berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan, bahwa dari tahun 2021 hingga 2022, Indonesia mengalami penurunan angka stunting sebanyak 2,8%.

Hasil prevalensi balita Stunting pada SSGI 2022 mencapai 21,6%. Angka ini turun 2,8 poin dari tahun sebelumnya. Sedangkan Jawa Timur menempati urutan ke 25 dengan angka balita stunting sebesar 19,2%. Kabupaten Ngawi memiliki prevalensi stunting sebesar 28,5%. Wilayah Ngawi menempati wilayah keempat prevalensi stunting tertinggi di Jawa Timur 2022 (Kemenkes RI, 2022). Menurut rekap status gizi Puskesmas (EPPGBM bulan february 2022, Desa Kedunggalar mempunyai pravelensi stunting sebanyak 11,96% dengan jumlah 157 balita.

Penyebab terjadinya stunting dibagi menjadi penyebab langsung dan tidak langsung, penyebab langsung yaitu asupan zat gizi tidak cukup dan penyakit infeksi. Kualitas serta kuantitas ASI merupakan komponen penting karena mengandung kelengkapan sumber gizi sehingga berperan dalam pertumbuhan anak. Pemberian asupan gizi cukup baik zat gizi makro (energi, karbohidrat, protein, dan lemak) serta zat gizi mikro (vitamin dan mineral) mempengaruhi pola tumbuh kembang normal sehingga anak dapat mengejar ketertinggalan. Kesadaran ibu akan gizi yang baik untuk anak memiliki peran yang penting dalam menjaga kualitas makanan yang disajikan.<sup>4</sup> Infeksi yang paling sering terjadi pada bayi yaitu Infeksi Saluran Pernafasan Atas (ISPA), diare, cacangan dan infeksi lain (Ramos C.V, 2018).

Terdapat beberapa faktor penyebab terjadinya stunting pada balita, salah satunya yaitu pengetahuan ibu tentang Gizi sangat berpengaruh dalam praktik pemberian asupan nutrisi pada anak dalam masa pertumbuhan dan perkembangan. Sehingga dengan pengetahuan gizi yang baik diharapkan ibu dapat menyiapkan makanan yang bergizi dan makanan yang seimbang bagi proses pertumbuhan anak. Faktor pengetahuan ibu dapat mempengaruhi pada tumbuh kembang anak, hal ini disebabkan ibu tidak memahami cara pemberian asupan yang benar, juga adanya faktor kondisi ekonomi. Mengatasi hal tersebut dapat dilakukan beberapa solusi seperti memberikan edukasi dan informasi kesehatan terkait pola asuh yang sesuai (Renyonet, 2012).

Penelitian Komang Ayu (2023) Media leaflet mempunyai peran yang efektif dalam tingkat pengetahuan ibu tentang pencegahan stunting, maka dari itu adanya pelaksanaan peningkatan pengetahuan menggunakan media leaflet untuk ibu balita stunting untuk mencegah terjadinya kasua stunting dengan memberikan asupan yang baik dan benar kepada balita.

Berdasarkan latar belakang diatas perlu dilakukan pendampingan pada balita stunting dengan memberikan intervensi berupa edukasi ibu balita stunting untuk

meningkatkan pengetahuan ibu terkait gizi balita. Salah satu media edukasi yang digunakan untuk intervensi berupa leaflet untuk meningkatkan pengetahuan ibu dan siklus menu 7 hari untuk memudahkan ibu membuat menu gizi seimbang pada balita.

#### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka rumusan masalah yang diambil adalah “Apa faktor penyebab stunting dan bagaimana intervensi atau pendampingan serta monitoring dan evaluasi terhadap balita stunting ?”

#### **C. Tujuan**

##### 1. Tujuan Umum

Mahasiswi mampu menganalisis permasalahan gizi dan mengatasi permasalahan menggunakan perencanaan, pendampingan dan intervensi terhadap ibu balita stunting

##### 2. Tujuan Khusus

- a. Mampu mengetahui faktor penyebab
- b. Mampu menganalisis asuhan gizi
- c. Mampu melakukan intervensi pada balita
- d. Mampu melakukan monitoring serta evaluasi pada balita stunting

#### **D. Manfaat**

##### 1. Manfaat Praktis

Diharapkan dapat menjadi sarana untuk meningkatkan kesadaran dan menjadi solusi permasalahan gizi pada balita

##### 2. Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengetahuan dibidang ilmu kesehatan dan gizi masyarakat

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Teori**

##### **1. Definisi Stunting**

Stunting adalah suatu kondisi kekurangan gizi kronis yang terjadi pada saaperiode kritis dari proses tumbuh dan kembang mulai janin. Untuk Indonesia, saat ini diperkirakan ada 37,2% dari anak usia 0-59 bulan atau sekitar 9 juta anak dengan kondisi stunting, yang berlanjut sampai usia sekolah 6-18 tahun. Stunting didefinisikan sebagai kondisi anak usia 0 – 59 bulan, dimana tinggi badan menurut umur berada di bawah minus 2 Standar Deviasi (<- 2SD) dari standar median WHO. Stunting akan berdampak dan dikaitkan dengan proses kembang otak yang terganggu, dimana dalam jangka pendek berpengaruh pada kemampuan kognitif. Jangka panjang mengurangi kapasitas untuk berpendidikan lebih baik dan hilangnya kesempatan untuk peluang kerja dengan pendapatan lebih baik (Riskesdas, Prevalensi Stunting, 2018).

Stunting atau belita pendek merupakan masalah gizi kronis yang dialami oleh balita terutama pada 1000 hari pertama kehidupan (HPK). Stunting merupakan kondisi dimana balita memiliki panjang badan atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. UNICEF mendefinisikan stunting yaitu presentase anak – anak usia 0 sampai 59 bulan, dengan tinggi badan dibawah minus dua (sedang dan berat) dan minus tiga (kronis). Menurut World Health Organization (WHO), jumlah balita stunting di Indonesia berada pada peringkat ketiga tertinggi di wilayah Asia Tenggara.1 Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2021 menunjukkan prevalensi stunting saat ini yaitu sejumlah 5,33 juta balita atau 24,4% balita di Indonesia. Prevalensi ini sudah menurun dibanding tahun – tahun sebelumnya. Namun, penurunan stunting hingga di angka 14% pada tahun 2024 (Prasetya, 2022).

Prevalensi stunting pada anak di bawah usia 2 tahun di Indonesia juga masih tinggi yaitu 29,9%.. Periode usia 0-2 tahun adalah periode yang sangat penting dalam kehidupan. Periode ini disebut periode emas (golden period) karena pada periode ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat yang akan mempengaruhi masa depan seorang anak. Malnutrisi yang terjadi pada periode ini dan tidak segera diatasi dapat menetap sampai di usia dewasa. Anak yang mengalami malnutrisi pada periode ini juga lebih berisiko menderita penyakit degeneratif lebih cepat dibandingkan anak dengan status gizi normal

##### **2. Penyebab Stunting**

Penyebab terjadinya stunting dibagi menjadi penyebab langsung dan tidak langsung, penyebab langsung yaitu asupan zat gizi tidak cukup dan penyakit infeksi. Kualitas serta kuantitas ASI merupakan komponen penting karena mengandung kelengkapan sumber gizi sehingga berperan dalam pertumbuhan anak. Pemberian asupan gizi cukup baik zat gizi makro (energi, karbohidrat, protein, dan lemak) serta zat gizi mikro (vitamin dan mineral) mempengaruhi pola tumbuh kembang normal sehingga anak dapat mengejar ketertinggalan. Kesadaran ibu akan gizi yang baik untuk anak memiliki peran yang penting dalam menjaga

kualitas makanan yang disajikan.<sup>4</sup> Infeksi yang paling sering terjadi pada bayi yaitu Infeksi Saluran Pernafasan Atas (ISPA), diare, cacingan dan infeksi lain (Ramos C.V, 2018).

Zat gizi sangat penting bagi pertumbuhan. Pertumbuhan adalah peningkatan ukuran dan massa konstituen tubuh. Pertumbuhan adalah salah satu hasil dari metabolisme tubuh. Metabolisme didefinisikan sebagai proses dimana organisme hidup mengambil dan mengubah zat padat dan cair asing yang diperlukan untuk pemeliharaan kehidupan, pertumbuhan, fungsi normal organ, dan produksi energi. Asupan zat gizi yang menjadi faktor risiko terjadinya stunting dapat dikategorikan menjadi 2 yaitu asupan zat gizi makro atau makronutrien dan asupan zat gizi mikro atau mikronutrien. <sup>15</sup> Berdasarkan hasil-hasil penelitian, asupan zat gizi makro yang paling mempengaruhi terjadinya stunting adalah asupan protein, sedangkan asupan zat gizi mikro yang paling mempengaruhi kejadian stunting adalah asupan kalsium, seng, dan zat besi (Aryu Candra, 2020)

### **3. Patofisiologi Stunting**

Dalam hal pertumbuhan dan perkembangan manusia, kelenjar endokrin yang berperan penting adalah kelenjar hipofisis, yang terletak dibawah dan sedikit didepan hipotalamus. Suplai darah yang kaya dalam infundibulum, yang menghubungkan dua kelenjar, membawa hormon pengatur dari hipotalamus ke kelenjar hipofisis. Hipofisis memiliki lobus anterior dan posterior. Lobus anterior atau adenohipofisis, melepaskan hormon utama yang mengendalikan pertumbuhan dan perkembangan manusia yaitu hormon pertumbuhan (Growth Hormone/GH), hormon perangsang tiroid ( Thyroid Stimulating Hormone/TSH), prolaktin, gonadotropin (Luteinizing dan hormon perangsang folikel), dan hormon adrenocorticotropik (ACTH).

Pertumbuhan normal tidak hanya bergantung pada kecukupan hormon pertumbuhan tetapi merupakan hasil yang kompleks antara sistem saraf dan sistem endokrin. Hormon jarang bertindak sendiri tetapi membutuhkan kolaborasi atau intervensi hormon lain untuk mencapai efek penuh. Hormon pertumbuhan menyebabkan pelepasan faktor pertumbuhan mirip insulin (Insulin Like Growth Factor) dari hati secara langsung mempengaruhi serat otot rangka dan sel-sel tulang rawan di tulang panjang untuk meningkatkan tingkat penyerapan asam amino dan memasukkannya ke dalam protein baru, sehingga berkontribusi terhadap pertumbuhan linear selama masa bayi dan masa kecil. Pada masa remaja, percepatan pertumbuhan remaja terjadi karena kolaborasi dengan hormon gonad, yaitu testosteron pada anak laki-laki dan estrogen pada anak perempuan.

Perawakan pendek tidak normal terjadi akibat faktor lingkungan yang mengganggu sistem endokrin, menyebabkan pengurangan dalam pelepasan hormon pertumbuhan. Namun, hormon lain juga terpengaruh, membuat penyebab gangguan pertumbuhan menjadi kompleks.

### **4. Dampak Stunting**

Stunting memiliki berbagai dampak jangka pendek hingga jangka panjang. Dampak jangka pendek yaitu terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Dampak jangka panjang stunting pada anak nantinya akan mempengaruhi tingkat produktivitas ketika dewasa dan mengalami penurunan

perkembangan kemampuan kognitif. Dampak lainnya dari kejadian stunting yaitu meningkatnya risiko obesitas ketika dewasa dan terkena penyakit kronis seperti diabetes, penyakit jantung, kanker dan stroke dikemudian hari (Anggraini, 2020). Stunting berdampak buruk tidak hanya terhadap tumbuh kembang anak tetapi juga terhadap perkembangan emosi yang berakibat pada kerugian ekonomi baik ekonomi keluarga maupun anggaran belanja kesehatan nasional (Kemenkes, 2020).

Stunting pada anak yang harus disadari yaitu rusaknya fungsi kognitif sehingga anak dengan stunting mengalami permasalahan dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan secara optimal. Stunting pada anak juga menjadi faktor risiko terhadap kematian, perkembangan motorik yang rendah, kemampuan berbahasa yang rendah, dan ketidakseimbangan fungsional (Anwar dkk, 2019).

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi di dunia yang cukup memprihatinkan. Selain berdampak pada kesehatan stunting juga berdampak besar terhadap kehidupan social dan ekonomi. Stunting pada anak telah diterima secara luas sebagai predictor terbaik dari kualitas sumber manusia, mempengaruhi potensi akademik dan daya saing suatu bangsa. Stunting berhubungan dengan peningkatan morbiditas dan mortalitas, perkembangan mental yang terlambat, dan penurunan kapasitas intelektual yang dapat mempengaruhi penghasilan seseorang di masa depan. Selain itu, stunting juga meningkatkan risiko overweight dan penyakit-penyakit metabolik seperti diabetes melitus dan kardiovaskuler di masa depan (Bloem M et al, 2020).

## **5. Pencegahan Stunting**

Prevalensi stunting, perlu dilakukan pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dari anak balita. Periode 1000 hari pertama kehidupan (1000 HPK) merupakan simpul kritis sebagai awal terjadinya pertumbuhan Stunting, yang sebaliknya berdampak jangka panjang hingga berulang dalam siklus kehidupan. Anak yang Stunting berpengaruh pada fungsi kognitif yakni tingkat kecerdasan yang rendah dan berdampak ke depannya pada kualitas sumber daya manusia. (Mitra, 2022)

Kejadian balita stunting dapat diputus mata rantainya sejak janin dalam kandungan dengan cara melakukan pemenuhan kebutuhan zat gizi bagi ibu hamil, artinya setiap ibu hamil harus mendapatkan makanan yang cukup gizi, mendapatkan suplementasi zat gizi (tablet Fe), dan terpantau kesehatannya. Selain itu setiap bayi baru lahir hanya mendapat ASI saja sampai umur 6 bulan (eksklusif) dan setelah umur 6 bulan diberi makanan pendamping ASI (MPASI) yang cukup jumlah dan kualitasnya. Ibu nifas selain mendapat makanan cukup gizi, juga diberi suplementasi zat gizi berupa kapsul vitamin A.

Kejadian stunting pada balita yang bersifat kronis seharusnya dapat dipantau dan dicegah apabila pemantauan pertumbuhan balita dilaksanakan secara rutin dan benar. Memantau pertumbuhan balita di posyandu merupakan upaya yang sangat strategis untuk mendeteksi dini terjadinya gangguan pertumbuhan, sehingga dapat dilakukan pencegahan terjadinya balita stunting. (Kementrian Kesehatan RI, 2018).

Beberapa cara pencegahan stunting antara lain adalah :

- 1) Mempersiapkan pernikahan yang baik

- 2) Pendidikan pengetahuan Gizi
- 3) Suplementasi Ibu hamil
- 4) Suplementasi Ibu menyusui
- 5) Suplementasi mikronutrien untuk balita
- 6) Mendorong peningkatkan aktivitas anak di luar ruangan

## **6. Pengetahuan ibu terhadap stunting**

Peranan orang tua terutama ibu sangat penting dalam pemenuhan gizi anak karena anak membutuhkan perhatian dan dukungan orang tua dalam menghadapi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Untuk mendapatkan gizi yang baik diperlukan pengetahuan gizi yang baik dari orang tua agar dapat menyediakan menu pilihan yang seimbang. Tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan (Devi N, 2018). Seorang ibu yang memiliki pengetahuan dan sikap gizi yang kurang akan sangat berpengaruh terhadap status gizi anaknya dan akan sukar untuk memilih makanan yang bergizi untuk anak dan keluarganya (Edwin Danie, 2018).

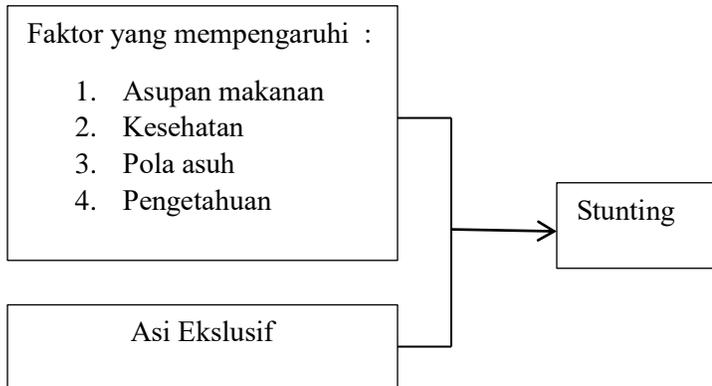
Pengetahuan tentang gizi pada orang tua dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu diantaranya adalah umur dimana semakin tua umur seseorang maka proses perkembangan mentalnya menjadi baik, intelegensi atau kemampuan untuk belajar dan berpikir abstrak guna, menyesuaikan diri dalam situasi baru, kemudian lingkungan dimana seseorang dapat mempelajari hal-hal baik juga buruk tergantung pada sifat kelompoknya, budaya yang memegang peran penting dalam pengetahuan, pendidikan merupakan hal yang mendasar untuk mengembangkan pengetahuan, dan pengalaman yang merupakan guru terbaik dalam mengasah pengetahuan (Awa Ramadhani, 2020).

Kejadian Stunting menunjukkan sebagian besar pengetahuan ibu tentang Stunting kurang. Kurang baiknya pengetahuan ibu tentang Stunting salah satunya kurangnya informasi sangat memengaruhi tingkat pengetahuan ibu. Penyebab lain kurangnya pengetahuan ibu tentang Stunting adalah karena tidak semua ibu balita melakukan kunjungan ke Posyandu. Pengetahuan tentang gizi pada orang tua dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu diantaranya adalah umur dimana semakin tua umur seseorang maka proses perkembangan mentalnya menjadi baik, intelegensi atau kemampuan untuk belajar dan berpikir abstrak guna, menyesuaikan diri dalam situasi baru, kemudian lingkungan dimana seseorang dapat mempelajari hal-hal baik juga buruk tergantung pada sifat kelompoknya, budaya yang memegang peran penting dalam pengetahuan, pendidikan merupakan hal yang mendasar untuk mengembangkan pengetahuan, dan pengalaman yang merupakan guru terbaik dalam mengasah pengetahuan merupakan hasil tahu dan terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap obyek tertentu (Awa Ramadhan, 2020).

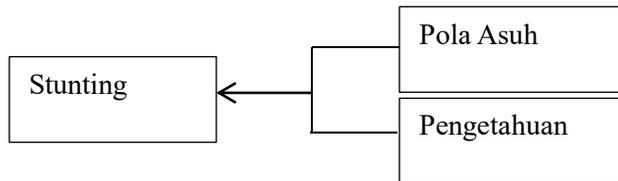
Stunting perlu dicegah dan ditangani sesegera mungkin karena menimbulkan berbagai dampak yaitu menyebabkan gagal tumbuh, hambatan perkembangan kognitif & motorik sehingga berpengaruh pada perkembangan otak dan keberhasilan pendidikan, dan tidak optimalnya ukuran fisik tubuh serta gangguan metabolisme. Lama kelamaan mengganggu kapasitas intelektual, gangguan struktur dan fungsi saraf dan sel-sel otak yang bersifat permanen dan menyebabkan penurunan kemampuan mencerna pelajaran yang akan

produktivitasnya ketika dewasa, maka dapat menyebabkan penurunan kualitas SDM dimasa mendatang. Stunting dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pendidikan Ibu, Pekerjaan Ibu, dan Penghasilan Keluarga. Faktor yang dapat memengaruhi kejadian stunting salah satunya yaitu pengetahuan ibu. Pengetahuan mengenai stunting sangatlah diperlukan bagi seorang ibu karena pengetahuan ibu mengenai stunting yang kurang dapat menyebabkan anak berisiko mengalami stunting

### A. Kerangka Teori



### B. Kerangka Konsep



*Sari H.P, 2021 & Safitri, 2021*

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Waktu dan Lokasi PKL**

Kegiatan Praktek Kerja Lapangan (PKL) Program Studi Ilmu Gizi Universitas Darussalam Gontor (UNIDA) dilaksanakan di Desa Pulo Rejo Rt 1 Rw 2, Kecamatan Kedunggalar, Kabupaten Ngawi, Jawa Timur. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 26 Mei – 28 Mei 2024.

#### **B. Ruang Lingkup Kegiatan**

Ruang lingkup kegiatan berupa pemberian edukasi kepada ibu balita stunting terkait gizi seimbang, dan pemberian siklus menu

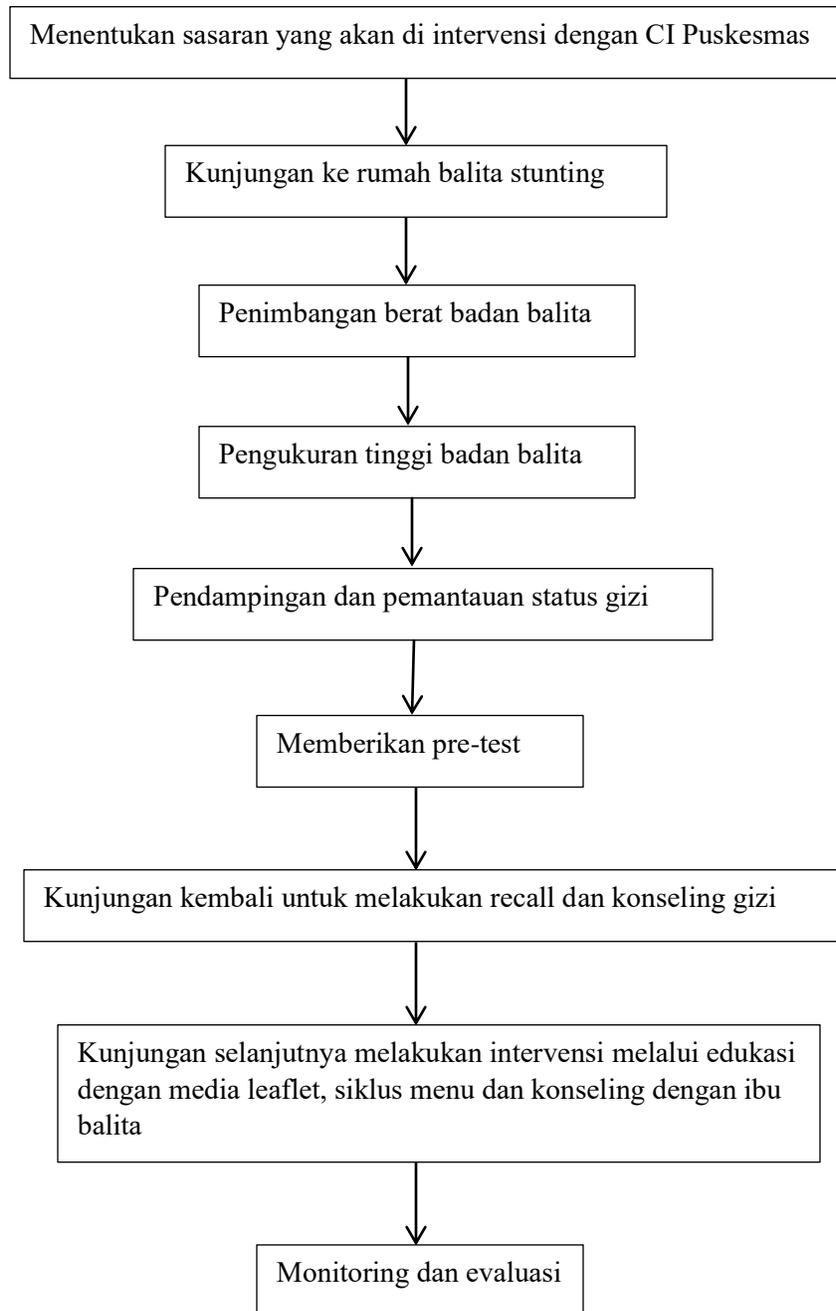
#### **C. Sasaran**

Sasaran pada kegiatan ini adalah 1 keluarga dengan permasalahan gizi yaitu balita stunting

#### **D. Program Intervensi**

1. Program intervensi yang akan dilakukan kepada balita stunting yaitu :
  - a) Konseling terkait gizi balita
  - b) Pemberian edukasi gizi pada balita dengan media leaflet
  - c) Pemberian rekomendasi menu balita dalam siklus menu 7 hari

## E. Alur Pengambilan Data



Pengambilan data dimulai dengan menentukan sasaran yang akan di intervensi dengan CI Puskesmas, data yang diambil berupa identitas responden, usia, berat badan, tinggi badan, asupan makanan sehari responden, lalu melakukan pendampingan kepada responden, setelah diketahui permasalahan gizi dapat ditentukan intervensi yang akan diberikan. Pemberian intervensi media leaflet terkait gizi seimbang dengan metode wawancara, ceramah, dan kuesioner pada ibu balita dan pemberian siklus menu selama 7 hari dengan metode ceramah. Pemberian edukasi poster menggunakan metode ceramah. Sebelum pemberian edukasi diberikan pre-test berupa pertanyaan 10 soal dan sesudah pemberian edukasi diberikan post-test berupa pertanyaan 10 soal yang sama sebagai alat monitoring dan evaluasi.

#### **F. Pendampingan stunting**

Pendampingan dilaksanakan ibu balita stunting dengan melakukan pemberian edukasi terkait gizi seimbang pada balita stunting, asupan kebutuhan balita, faktor yang mempengaruhi stunting, dampak stunting, pencegahan, dan isi piringku, serta pemberian siklus menu 7 hari untuk memudahkan ibu dalam menyajikan menu balita dengan gizi seimbang

#### **G. Monitoring**

Monitoring dilakukan agar melihat perkembangan dan capaian dalam pemberian intervensi, kemudian dapat dijadikan referensi untuk perbaikan dan pengembangan intervensi selanjutnya. Monitoring dilaksanakan secara bertahap dengan metode wawancara, ceramah, dan kuesioner pre-test dan post-test yang bertujuan untuk melihat keberhasilan intervensi terkait pemberian edukasi dengan media leaflet mengenai gizi pada balita stunting. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui dampak dari pelaksanaan intervensi terhadap responden, dari hasil evaluasi tersebut dapat dijadikan pembelajaran untuk memperbaiki kegiatan selanjutnya terkait hal ini.

## BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Keadaan Umum

An. Gs

An. Gs merupakan seorang anak perempuan dengan usia 44 bulan, tinggal di Dusun Pulo Rejo, Desa Kedunggal, Kecamatan Kedunggal, pekerjaan ibu sebagai Ibu Rumah Tangga. An Gs memiliki berat badan 11,7 kg, dan panjang badan 91 cm.

An Gs memiliki riwayat pola makan 2x sehari, nasi 2x/hari @1/2 centong, sosis 1x/hari, lauk hewani ayam 1x/hari @1potong, jarang mengkonsumsi tahu dan tempe susu kotak 1x/hari @1kotak kecil, tidak menyukai sayur, tidak ada alergi makanan. Menurut ibunya asupan makan An Gs kadang-kadang tidak teratur. Berdasarkan hasil recall 24 jam didapatkan energi 900,6 kkal, protein 22 gr, lemak 24,5 dan karbohidrat 116,7 gr.

### B. Hasil pendampingan

#### a) Identitas Responden

Kode IDNT	Jenis Data	Data Personal
CH.1.1	Nama	An Gs
CH.1.1.1	Umur	44 bulan
CH.1.1.2	Jenis Kelamin	Perempuan
CH.1.1.5	Suku/etnik	Jawa
CH.1.1.9	Peran dalam keluarga	Anak
	Diagnosis medis	Stunting

#### b) Antropometri

Kode IDNT	Jenis Data	
AD.1.1.1	Panjang Badan	91 cm
AD 1.1.2	Berat Badan	11,7 kg
	TB/U	TBanak-TBmedian/TB median – TB+1sd =91–100,3/100,3–96,2 = -9,3 / 4,1 = -2,26 =-3sd sampai -2 sd <b>(pendek)</b>

c) Biokimina

Tidak ada data biokimia

d) Klinik/fisik

Kode IDNT	Data Biokima	Hasil
PD.1.1.1	Penampilan Keseluruhan	Kesadaran compos metis

e) Riwayat Makan

Kode IDNT	Jenis Data	Keterangan
FH.2.1	Riwayat Diet (pola makan)	makan 2x sehari, nasi 2x/hari @1/2 centong, sosis 1x/hari, lauk hewani ayam 1x/hari @1potong, jarang mengkonsumsi tahu dan dan tempe susu kotak 1x/hari @1kotak kecil, tidak menyukai sayur, tidak ada alergi makanan

f) Hasil Recall

	Energi	Protein	Karbohidrat	Lemak
Hasil Recall	900,6	22	24,5	116,7
Kebutuhan	903,36	33,8	30,1	124,2
%	99%	65%	81%	93%
	<b>Cukup</b>	<b>Kurang</b>	<b>Cukup</b>	<b>Cukup</b>

g) Perhitungan Zat Gizi

Perhitungan kebutuhan anak (Rumus Schofield)

$$\begin{aligned} \text{Kebutuhan energi} &= (16,969 \times \text{BB}) + (1,618 \times \text{TB}) + 371,2 \\ &= (16,969 \times 11,7) + (1,618 \times 91) + 371,2 \\ &= 198,53 + 147,23 + 371,2 = 716,96 \text{ kkal} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{TEE} &= \text{BMR} \times \text{Pa} \\ &= 716,96 \times 1,26 = \mathbf{903,36 \text{ kkal}} \end{aligned}$$

$$\text{Kebutuhan protein} = (15\% \times 903,36) / 4 = \mathbf{33,8 \text{ gr}}$$

$$\text{Kebutuhan lemak} = (30\% \times 903,36) / 9 = \mathbf{30,1 \text{ gr}}$$

Kebutuhan karbohidrat =  $(55\% \times 903,36) / 4 = 124,2 \text{ gr}$

h) **Diagnosis**

**NI-2.1:**

Problem: Asupan protein tidak ade kuat

Etiologi: Stunting

Sign/Symptom: Asupan kurang dari 80% dari kebutuhan sehari dan jarang mengkonsumsi protein nabati

**Diagnosis Gizi:**

Asupan protein tidak adekuat berkaitan dengan stunting ditandai oleh asupan protein kurang dari kebutuhan dengan hasil recall 65% dari 80% dari kebutuhan sehari

**NB-1.1:**

Problem: Pengetahuan yang kurang tentang makanan dan zat gizi

Etiologi: Kurangnya informasi terkait gizi dan makanan

Sign/Symptom: Makan 2x/ hari

**Diagnosis Gizi:**

Pengetahuan yang kurang tentang makanan dan zat gizi berkaitan dengan kurangnya pengetahuan tentang makanan dan zat gizi ditandai oleh pola makan anak 2x/hari

i) **Intervensi Gizi**

---

<b>Perencanaan</b>	
<b>Kondisi</b>	Stunting
<b>Bentuk Makanan</b>	Biasa
<b>Cara Pemberian</b>	Oral
<b>Frekuensi</b>	3 x makan utama 3 kali selingan

j) **Rencana Monitoring dan Evaluasi**

**Monitoring :**

1) Tujuan edukasi gizi terkait gizi pada balita

2) Informasi mengenai

Evaluasi :

Ibu balita dapat memahami pentingnya gizi seimbang pada balita, dampak jangka panjang dan jangka pendek stunting

**C. Hasil Intervensi**

An Gs

Pemberian intervensi berupa edukasi mengenai gizi seimbang pada balita stunting dan rekomendasi siklus menu 7 hari. Media yang digunakan adalah leaflet yang berisi materi gizi seimbang pada balita, faktor penyebab stunting, dampak balita stunting, pencegahan stunting, asupan gizi balita stunting, dan isi piringku untuk balita. Pemberian intervensi

bertempatan di rumah An Gs, pemberian edukasi berupa media leaflet diberikan kepada ibu balita sebagai orang yang mempersiapkan makanan dalam kesehariannya. Pada saat kunjungan terakhir adapun pemberian PMT untuk An Gs berupa nutrisi susu dan biskuit.

#### **D. Hasil Monitoring**

Monitoring evaluasi dilakukan secara bertahap yaitu menggunakan pre-test dan post-test. Kuesioner berupa pilihan ganda sebanyak 10 soal yang diberikan berkaitan dengan materi edukasi yang akan disampaikan kepada responden pre-test diberikan sebelum intervensi dan setelah intervensi diberikan post-test. Berdasarkan jawaban dari pre-test ibu balita didapatkan 7 jawaban benar dari total 10 soal. Kemudian untuk jawaban dari post-test didapatkan 10 jawaban benar. Sehingga dengan melihat hasil pre-test terdapat peningkatan terhadap pengetahuan ibu terkait gizi seimbang pada balita.

#### **E. Pembahasan**

Pelaksanaan program intervensi dilakukan dengan pengambilan kasus stunting pada balita di Desa Pulo Rejo, Kecamatan Kedunggalur, Kabupaten Ngawi, Jawa Timur, pengambilan data berupa identitas responden serta pengukuran Tinggi Badan dan Berat Badan, pengukuran dilaksanakan di posyandu Anyelir 9 serta data recall 24 jam untuk perbandingan kebutuhan responden.

Didapatkan An. Gs merupakan seorang anak perempuan dengan usia 44 bulan, tinggal di Dusun Pulo Rejo, Desa Kedunggalur, Kecamatan Kedunggalur, pekerjaan ibu sebagai Ibu Rumah Tangga. An Gs memiliki berat badan 11,7 kg, dan panjang badan 91 cm. An Gs memiliki riwayat pola makan 2x sehari, nasi 2x/hari @1/2 centong, sosis 1x/hari, lauk hewani ayam 1x/hari @1potong, jarang mengkonsumsi tahu dan tempe susu kotak 1x/hari @1kotak kecil, tidak menyukai sayur, tidak ada alergi makanan. Menurut ibunya asupan makan An Gs kadang-kadang tidak teratur. Berdasarkan hasil recall 24 jam didapatkan energi 1067,6 kkal, protein 44,2 gr, lemak 27,7, dan karbohidrat 156,7 gr.

Setelah dilaksanakan pendampingan kepada An Gs melalui informasi yang didapatkan dari ibu, didapatkan ia merupakan balita yang memiliki masalah pada pertumbuhan. Dilihat dari status gizi An Gs mengalami stunting yaitu -3sd sampai -2d dengan kategori pendek dan memiliki status gizi buruk +3sd. Stunting berhubungan dengan meningkatnya risiko penurunan kemampuan intelektual, produktivitas dan peningkatan risiko penyakit degeneratif di masa yang akan datang. Anak dengan stunting akan cenderung lebih rentan terhadap penyakit infeksi, sehingga memperbesar risiko mengalami penurunan kualitas belajar (Bella et al, 2020).

Stunting mempunyai dampak buruk bagi anak. Dampak buruk jangka pendek yang dapat ditimbulkan oleh Stunting adalah terganggunya perkembangan otak, penurunan kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik dan metabolisme dalam tubuh. Sementara itu, dalam jangka panjang Stunting akan mengakibatkan penurunan kemampuan kognitif, penurunan prestasi belajar, penurunan kekebalan tubuh, beresiko mengalami kegemukan (Obesitas), sangat rentan terhadap penyakit tidak menular dan penyakit degeneratif

seperti diabetes melitus, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas, serta penurunan produktivitas pada usia dewasa (Awa Ramadhani, 2020).

Pada pelaksanaan ini intervensi yang diberikan kepada ibu balita yaitu menggunakan media leaflet dengan materi gizi seimbang pada balita, faktor penyebab stunting, dampak jangka panjang maupun jangka pendek, pencegahan stunting, dan asupan yang baik dan benar mengenai balita. Penelitian Nurulfitriana (2022) Salah satu faktor yang mendukung kemudahan penerimaan informasi adalah adanya media promosi kesehatan, termasuk leaflet. Media ini merupakan media cetak yang berisi materi pembelajaran yang disajikan dalam format yang menarik dan fleksibel. Leaflet dapat digunakan untuk memudahkan pengutaraan materi, serta memudahkan sasaran untuk menerima. Media promosi kesehatan leaflet dengan mempertimbangkan bahwa leaflet adalah sarana yang peruntukkannya kepada orang banyak, bisa dibaca berulang-ulang, biaya yang cukup terjangkau, mudah dibawa kemanapun dan dapat menampung pesan dengan kemasan yang menarik. Selain itu leaflet mudah ditaruh dan disebarluaskan, murah, serta dapat berperan untuk mengingatkan sasaran

Dan siklus menu 7 hari dengan bahan makanan yang bervariasi dan mudah dijangkau untuk mempermudah ibu menyajikan makanan untuk balita. Penyusunan menu penting dilakukan karena berguna untuk memudahkan penyusunan daftar belanja sehingga menghemat waktu, tenaga, dan pikiran. Bahan makanan yang tahan lama dapat dibeli sekaligus untuk satu minggu, satu bulan atau lebih. Penyusunan menu makanan yang sudah kita buat jauh sebelumnya akan menimbulkan hal-hal yang positif, misalnya menghemat waktu, tenaga, pikiran, uang, dan memudahkan dalam menyusun daftar belanja. Perencanaan menu yang matang akan memudahkan saat berbelanja. Bahan-bahan yang tahan lama dapat dibeli sekaligus untuk kebutuhan satu bulan sedang untuk tiap harinya tinggal membeli bahan yang segar-segar (Marwanti, 2019).

Berdasarkan hasil jawaban pre-test dan post-test dapat dilihat terdapat peningkatan pengetahuan ibu balita, yang dibuktikan dengan meningkatnya jawaban yang benar, sesuai yang telah dikerjakan oleh ibu balita. Pada pre-test ibu balita mendapatkan hasil 70%, setelah pre-test pemberian edukasi media leaflet gizi seimbang balita kemudian diberikan post-test untuk jawaban dari post-test didapatkan 100%. Sehingga dengan melihat hasil pre-test dan post-test terdapat peningkatan 40% terhadap pengetahuan ibu terkait gizi pada balita.

Penelitian Ayu Henry (2023) Pengetahuan seseorang akan bertambah karena beberapa faktor, salah satunya adalah dengan memberikan informasi kepada seseorang. Informasi tersebut dapat diberikan dalam beberapa bentuk, salah satunya adalah pendidikan kesehatan, semakin banyak pengetahuan maka semakin mudah dalam menerapkan informasi kesehatan yang telah diterima. Dilihat dari hasil analisis tingkat pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media leaflet diketahui bahwa responden mengalami peningkatan pengetahuan yang baik, sehingga dapat dikatakan pemberian pendidikan kesehatan berhasil. diterima oleh para responden.

Peningkatan pengetahuan ibu terkait materi diharapkan dapat memilih asupan yang baik dan benar bagi anak dan dapat menentukan makanan yang dapat meningkatkan status gizi anak. Pemberian edukasi melalui leaflet dan siklus menu dapat menjadi bahan bacaan selanjutnya sehingga materi yang disampaikan tidak hanya berhenti disaat itu, melainkan dapat terus diingat dan diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan ibu mengenai gizi yang tinggi bisa memberikan pengaruh terhadap pola makan balita yang nantinya dapat memberi pengaruh pada status gizi balita. Bilamana pemahaman yang dimiliki ibu baik, ibu bisa memilih serta memberi makanan untuk balita baik dari aspek kuantitas ataupun kualitas yang bisa mencukupi angka kebutuhan gizi yang diperlukan balita hingga akhirnya bisa memberi pengaruh status gizi pada balita tersebut. Pemahaman ibu merupakan hal utama dalam manajemen rumah tangga, hal ini akan memberi pengaruh sikap seseorang ibu pada saat memilih bahan makanan yang hendak di santap oleh keluarganya (Tri Herlina, 2021)

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Faktor penyebab terjadinya stunting dalam kasus tersebut adalah kurangnya pengetahuan ibu terkait gizi seimbang pada balita sehingga asupan balita belum mencukupi kebutuhan terutama asupan protein, sehingga timbul kasus stunting pada balita.
2. Permasalahan gizi pada An Gs yaitu stunting. Usia 44 bulan BB 11,7 kg dan TB 91 cm, Berdasarkan TB/U yaitu -3sd sampai -2sd tergolong pendek. Pola makan An Gs sehari-hari tidak teratur dikarenakan riwayat pola makan yaitu makan 2x sehari, nasi 2x/hari @1/2 centong, sosis 1x/hari, lauk hewani ayam 1x/hari @1potong, jarang mengkonsumsi tahu dan tempe susu kotak 1x/hari @1kotak kecil, tidak menyukai sayur, tidak ada alergi makanan. Menurut ibunya asupan makan An Gs kadang-kadang tidak teratur. Berdasarkan hasil recall 24 jam didapatkan energi 917 kkal, protein 33,2 gr, lemak 28,9, dan karbohidrat 126,4 gr. Dengan diagnosis gizi Asupan protein tidak adekuat berkaitan dengan stunting ditandai oleh asupan protein kurang dari kebutuhan dengan hasil recall 65% dari 80% dari kebutuhan sehari dan Pengetahuan yang kurang tentang makanan dan zat gizi berkaitan dengan kurangnya pengetahuan tentang makanan dan zat gizi ditandai oleh pola makan anak 2x/hari
3. Pemberian intervensi berupa edukasi mengenai gizi seimbang pada balita dan rekomendasi siklus menu 7 hari. Media yang digunakan adalah leaflet yang berisi materi gizi seimbang pada balita dan beberapa pencegahan masalah gizi pada balita.
4. Monitoring dan Intervensi yaitu berdasarkan hasil jawaban pre-test dan post-test dapat dilihat terdapat peningkatan pengetahuan ibu balita, yang dibuktikan dengan meningkatnya jawaban yang benar, sesuai yang telah dikerjakan oleh ibu balita. Pada pre-test ibu balita mendapatkan hasil 70%, setelah pre-test pemberian edukasi media

leaflet gizi seimbang balita kemudian diberikan post-test untuk jawaban dari post-test didapatkan 100%. Sehingga dengan melihat hasil pre-test dan post-test terdapat peningkatan 40% terhadap pengetahuan ibu terkait gizi pada balita.

## **B. Saran**

- 1) Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana untuk meningkatkan kesadaran responden terhadap permasalahan gizi pada balita, sehingga dapat dijadikan solusi bagi orang tua balita dalam memenuhi kebutuhan nutrisi 23 dan juga sebagai pengetahuan baru setelah diberikan edukasi. Sehingga dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari demi meningkatkan derajat kesehatan
- 2) Penelitian ini dapat memberikan manfaat dalam pengetahuan dibidang ilmu kesehatan dan bidang gizi masyarakat

# **BAB I PENDAHULUAN**

## **A. Latar Belakang**

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS), prevalensi stunting di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 30,8% (Riskedas Jatim, 2018). Tahun 2022 berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan, bahwa dari tahun 2021 hingga 2022, Indonesia mengalami penurunan angka stunting sebanyak 2,8%.

Hasil prevalensi balita Stunting pada SSGI 2022 mencapai 21,6%. Angka ini turun 2,8 poin dari tahun sebelumnya. Sedangkan Jawa Timur menempati urutan ke 25 dengan angka balita stunting sebesar 19,2%. Kabupaten Ngawi memiliki prevalensi stunting sebesar 28,5%. Wilayah Ngawi menempati wilayah keempat prevalensi stunting tertinggi di Jawa Timur 2022 (Kemenkes RI, 2022). Menurut rekap status gizi Puskesmas (EPPGBM bulan february 2022, Desa Kedunggalar mempunyai pravelensi stunting sebanyak 11,96% dengan jumlah 157 balita.

Penyebab terjadinya stunting dibagi menjadi penyebab langsung dan tidak langsung, penyebab langsung yaitu asupan zat gizi tidak cukup dan penyakit infeksi. Kualitas serta kuantitas ASI merupakan komponen penting karena mengandung kelengkapan sumber gizi sehingga berperan dalam pertumbuhan anak. Pemberian asupan gizi cukup baik zat gizi makro (energi, karbohidrat, protein, dan lemak) serta zat gizi mikro (vitamin dan mineral) mempengaruhi pola tumbuh kembang normal sehingga anak dapat mengejar ketertinggalan. Kesadaran ibu akan gizi yang baik untuk anak memiliki peran yang penting dalam menjaga kualitas makanan yang disajikan.<sup>4</sup> Infeksi yang paling sering terjadi pada bayi yaitu Infeksi Saluran Pernafasan Atas (ISPA), diare, cacangan dan infeksi lain (Ramos C.V, 2018).

Terdapat beberapa faktor penyebab terjadinya stunting pada balita, salah satunya yaitu pengetahuan ibu tentang Gizi sangat berpengaruh dalam praktik pemberian asupan nutrisi pada anak dalam masa pertumbuhan dan perkembangan. Sehingga dengan

pengetahuan gizi yang baik diharapkan ibu dapat menyiapkan makanan yang bergizi dan makanan yang seimbang bagi proses pertumbuhan anak. Faktor pengetahuan ibu dapat mempengaruhi pada tumbuh kembang anak, hal ini disebabkan ibu tidak memahami cara pemberian asupan yang benar, juga adanya faktor kondisi ekonomi. Mengatasi hal tersebut dapat dilakukan beberapa solusi seperti memberikan edukasi dan informasi kesehatan terkait pola asuh yang sesuai (Renyonet, 2012).

Faktor pola asuh yang kurang baik bisa menyebabkan masalah pada tumbuh kembang anak, hal ini disebabkan ibu tidak memahami cara pengasuhan yang benar, juga adanya faktor kondisi ekonomi. Mengatasi hal tersebut dapat dilakukan beberapa solusi seperti memberikan edukasi dan informasi kesehatan terkait pola asuh yang sesuai. Pola asuh yang baik merupakan faktor yang sangat penting untuk menjamin pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Pola asuh ibu ialah praktik yang dilakukan ibu dalam pemeliharaan kesehatan, pemberian makanan, dukungan emosional anak dan pemberian stimulasi yang anak butuhkan dalam masa tumbuh kembang (Putri, 2020)).

Berdasarkan latar belakang diatas perlu dilakukan pendampingan pada balita stunting dengan memberikan intervensi berupa edukasi ibu balita stunting untuk meningkatkan pemahaman ibu terkait pola asuh balita. Salah satu media edukasi yang digunakan untuk intervensi poster untuk meningkatkan pemahaman ibu terkait pola asuh balita.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka rumusan masalah yang diambil adalah “Apa faktor penyebab stunting dan bagaimana intervensi atau pendampingan serta monitoring dan evaluasi terhadap balita stunting ?”

## **C. Tujuan**

### 3. Tujuan Umum

Mahasiswi mampu menganalisis permasalahan gizi dan mengatasi permasalahan menggunakan perencanaan, pendampingan dan intervensi terhadap pola asuh ibu balita stunting

### 4. Tujuan Khusus

- a. Mampu mengetahui faktor penyebab
- b. Mampu menganalisis asupan gizi
- c. Mampu melakukan intervensi pada balita stunting
- d. Mampu melakukan monitoring serta evaluasi pada balita stunting

## **D. Manfaat**

### 3. Manfaat Praktis

Diharapkan dapat menjadi sarana untuk meningkatkan kesadaran dan menjadi solusi permasalahan gizi pada balita

### 4. Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengetahuan dibidang ilmu kesehatan dan gizi masyarakat

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Teori**

##### **1. Definisi Stunting**

Stunting adalah suatu kondisi kekurangan gizi kronis yang terjadi pada saaperiode kritis dari proses tumbuh dan kembang mulai janin. Untuk Indonesia, saat ini diperkirakan ada 37,2% dari anak usia 0-59 bulan atau sekitar 9 juta anak dengan kondisi stunting, yang berlanjut sampai usia sekolah 6-18 tahun. Stunting didefinisikan sebagai kondisi anak usia 0 – 59 bulan, dimana tinggi badan menurut umur berada di bawah minus 2 Standar Deviasi (<- 2SD) dari standar median WHO. Stunting akan berdampak dan dikaitkan dengan proses kembang otak yang terganggu, dimana dalam jangka pendek berpengaruh pada kemampuan kognitif. Jangka panjang mengurangi kapasitas untuk berpendidikan lebih baik dan hilangnya kesempatan untuk peluang kerja dengan pendapatan lebih baik (Riskesdas, Prevalensi Stunting, 2018).

Stunting atau belita pendek merupakan masalah gizi kronis yang dialami oleh balita terutama pada 1000 hari pertama kehidupan (HPK). Stunting merupakan kondisi dimana balita memiliki panjang badan atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. UNICEF mendefinisikan stunting yaitu presentase anak – anak usia 0 sampai 59 bulan, dengan tinggi badan dibawah minus dua (sedang dan berat) dan minus tiga (kronis). Menurut World Health Organization (WHO), jumlah balita stunting di Indonesia berada pada peringkat ketiga tertinggi di wilayah Asia Tenggara.1 Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2021 menunjukkan prevalensi stunting saat ini yaitu sejumlah 5,33 juta balita atau 24,4% balita di Indonesia. Prevalensi ini sudah menurun dibanding tahun – tahun sebelumnya. Namun, penurunan stunting hingga di angka 14% pada tahun 2024 (Prasetya, 2022).

Prevalensi stunting pada anak di bawah usia 2 tahun di Indonesia juga masih tinggi yaitu 29,9%.. Periode usia 0-2 tahun adalah periode yang sangat penting dalam kehidupan. Periode ini disebut periode emas (golden period) karena pada periode ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat yang akan mempengaruhi masa depan seorang anak. Malnutrisi yang terjadi pada periode ini dan tidak segera diatasi dapat menetap sampai di usia dewasa. Anak yang mengalami malnutrisi pada periode ini juga lebih berisiko menderita penyakit degeneratif lebih cepat dibandingkan anak dengan status gizi normal

##### **2. Penyebab Stunting**

Penyebab terjadinya stunting dibagi menjadi penyebab langsung dan tidak langsung, penyebab langsung yaitu asupan zat gizi tidak cukup dan penyakit infeksi. Kualitas serta kuantitas ASI merupakan komponen penting karena mengandung kelengkapan sumber gizi sehingga berperan dalam pertumbuhan anak. Pemberian asupan gizi cukup baik zat gizi makro (energi, karbohidrat, protein, dan lemak) serta zat gizi mikro (vitamin dan mineral) mempengaruhi pola tumbuh kembang normal sehingga anak dapat mengejar ketertinggalan. Kesadaran ibu akan gizi yang baik untuk anak memiliki peran yang penting dalam menjaga

kualitas makanan yang disajikan.<sup>4</sup> Infeksi yang paling sering terjadi pada bayi yaitu Infeksi Saluran Pernafasan Atas (ISPA), diare, cacangan dan infeksi lain (Ramos C.V, 2018).

Zat gizi sangat penting bagi pertumbuhan. Pertumbuhan adalah peningkatan ukuran dan massa konstituen tubuh. Pertumbuhan adalah salah satu hasil dari metabolisme tubuh. Metabolisme didefinisikan sebagai proses dimana organisme hidup mengambil dan mengubah zat padat dan cair asing yang diperlukan untuk pemeliharaan kehidupan, pertumbuhan, fungsi normal organ, dan produksi energi. Asupan zat gizi yang menjadi faktor risiko terjadinya stunting dapat dikategorikan menjadi 2 yaitu asupan zat gizi makro atau makronutrien dan asupan zat gizi mikro atau mikronutrien. <sup>15</sup> Berdasarkan hasil-hasil penelitian, asupan zat gizi makro yang paling mempengaruhi terjadinya stunting adalah asupan protein, sedangkan asupan zat gizi mikro yang paling mempengaruhi kejadian stunting adalah asupan kalsium, seng, dan zat besi (Aryu Candra, 2020)

### **3. Patofisiologi Stunting**

Dalam hal pertumbuhan dan perkembangan manusia, kelenjar endokrin yang berperan penting adalah kelenjar hipofisis, yang terletak dibawah dan sedikit didepan hipotalamus. Suplai darah yang kaya dalam infundibulum, yang menghubungkan dua kelenjar, membawa hormon pengatur dari hipotalamus ke kelenjar hipofisis. Hipofisis memiliki lobus anterior dan posterior. Lobus anterior atau adenohipofisis, melepaskan hormon utama yang mengendalikan pertumbuhan dan perkembangan manusia yaitu hormon pertumbuhan (Growth Hormone/GH), hormon perangsang tiroid ( Thyroid Stimulating Hormone/TSH), prolaktin, gonadotropin (Luteinizing dan hormon perangsang folikel), dan hormon adrenocorticotropik (ACTH).

Pertumbuhan normal tidak hanya bergantung pada kecukupan hormon pertumbuhan tetapi merupakan hasil yang kompleks antara sistem saraf dan sistem endokrin. Hormon jarang bertindak sendiri tetapi membutuhkan kolaborasi atau intervensi hormon lain untuk mencapai efek penuh. Hormon pertumbuhan menyebabkan pelepasan faktor pertumbuhan mirip insulin (Insulin Like Growth Factor) dari hati secara langsung mempengaruhi serat otot rangka dan sel-sel tulang rawan di tulang panjang untuk meningkatkan tingkat penyerapan asam amino dan memasukkannya ke dalam protein baru, sehingga berkontribusi terhadap pertumbuhan linear selama masa bayi dan masa kecil. Pada masa remaja, percepatan pertumbuhan remaja terjadi karena kolaborasi dengan hormon gonad, yaitu testosteron pada anak laki-laki dan estrogen pada anak perempuan.

Perawakan pendek tidak normal terjadi akibat faktor lingkungan yang mengganggu sistem endokrin, menyebabkan pengurangan dalam pelepasan hormon pertumbuhan. Namun , hormon lain juga terpengaruh, membuat penyebab gangguan pertumbuhan menjadi kompleks.

#### **4. Dampak Stunting**

Stunting memiliki berbagai dampak jangka pendek hingga jangka panjang. Dampak jangka pendek yaitu terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Dampak jangka panjang stunting pada anak nantinya akan mempengaruhi tingkat produktivitas ketika dewasa dan mengalami penurunan perkembangan kemampuan kognitif. Dampak lainnya dari kejadian stunting yaitu meningkatnya risiko obesitas ketika dewasa dan terkena penyakit kronis seperti diabetes, penyakit jantung, kanker dan stroke dikemudian hari (Anggraini, 2020). Stunting berdampak buruk tidak hanya terhadap tumbuh kembang anak tetapi juga terhadap perkembangan emosi yang berakibat pada kerugian ekonomi baik ekonomi keluarga maupun anggaran belanja kesehatan nasional (Kemenkes, 2020).

Stunting pada anak yang harus disadari yaitu rusaknya fungsi kognitif sehingga anak dengan stunting mengalami permasalahan dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan secara optimal. Stunting pada anak juga menjadi faktor risiko terhadap kematian, perkembangan motorik yang rendah, kemampuan berbahasa yang rendah, dan ketidakseimbangan fungsional (Anwar dkk, 2019).

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi di dunia yang cukup memprihatinkan. Selain berdampak pada kesehatan stunting juga berdampak besar terhadap kehidupan sosial dan ekonomi. Stunting pada anak telah diterima secara luas sebagai predictor terbaik dari kualitas sumber manusia, mempengaruhi potensi akademik dan daya saing suatu bangsa. Stunting berhubungan dengan peningkatan morbiditas dan mortalitas, perkembangan mental yang terlambat, dan penurunan kapasitas intelektual yang dapat mempengaruhi penghasilan seseorang di masa depan. Selain itu, stunting juga meningkatkan risiko overweight dan penyakit-penyakit metabolik seperti diabetes melitus dan kardiovaskuler di masa depan (Bloem M et al, 2020).

#### **5. Pencegahan Stunting**

Pravalensi stunting, perlu dilakukan pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dari anak balita. Periode 1000 hari pertama kehidupan (1000 HPK) merupakan simpul kritis sebagai awal terjadinya pertumbuhan Stunting, yang sebaliknya berdampak jangka panjang hingga berulang dalam siklus kehidupan. Anak yang Stunting berpengaruh pada fungsi kognitif yakni tingkat kecerdasan yang rendah dan berdampak ke depannya pada kualitas sumber daya manusia. (Mitra, 2022)

Kejadian balita stunting dapat diputus mata rantainya sejak janin dalam kandungan dengan cara melakukan pemenuhan kebutuhan zat gizi bagi ibu hamil, artinya setiap ibu hamil harus mendapatkan makanan yang cukup gizi, mendapatkan suplementasi zat gizi (tablet Fe), dan terpantau kesehatannya. Selain itu setiap bayi baru lahir hanya mendapat ASI saja sampai umur 6 bulan (eksklusif) dan setelah umur 6 bulan diberi makanan pendamping ASI (MPASI) yang cukup jumlah dan kualitasnya. Ibu nifas selain mendapat makanan cukup gizi, juga diberi suplementasi zat gizi berupa kapsul vitamin A.

Kejadian stunting pada balita yang bersifat kronis seharusnya dapat dipantau dan dicegah apabila pemantauan pertumbuhan balita dilaksanakan secara rutin dan benar. Memantau

pertumbuhan balita di posyandu merupakan upaya yang sangat strategis untuk mendeteksi dini terjadinya gangguan pertumbuhan, sehingga dapat dilakukan pencegahan terjadinya balita stunting. (Kementrian Kesehatan RI, 2018).

Beberapa cara pencegahan stunting antara lain adalah :

- 7) Mempersiapkan pernikahan yang baik
- 8) Pendidikan pengetahuan Gizi
- 9) Suplementasi Ibu hamil
- 10) Suplementasi Ibu menyusui
- 11) Suplementasi mikronutrien untuk balita
- 12) Mendorong peningkatkan aktivitas anak di luar ruangan

## **6. Pola Asuh Ibu terhadap Stunting**

Pola asuh ibu ialah sikap ibu dalam menjaga maupun melindungi anak. Sikap ibu berperan pada pemberian air susu ibu ataupun pemberian makanan pendamping, memberitahukan cara makan yang tepat, memberikan makanan bernilai gizi tinggi, keahlian mengatur banyaknya porsi makanan yang dikonsumsi, menyiapkan makanan yang bersih, pola makan yang tepat, sehingga kandungan nutrisi bisa dengan baik diterima oleh anak. Karakter ibu yang paling utama dalam pemberian asupan nutrisi untuk anak adalah memberikan perhatian, dukungan, memiliki perilaku yang baik khususnya dalam pemenuhan nutrisi. Jika pola asuh ibu baik maka kejadian anak dengan stunting akan terus menurun, sebaliknya jika pola asuh ibu buruk maka kejadian mempunyai anak stunting meningkat. (Noorhasanah dan Tauhidah, 2021).

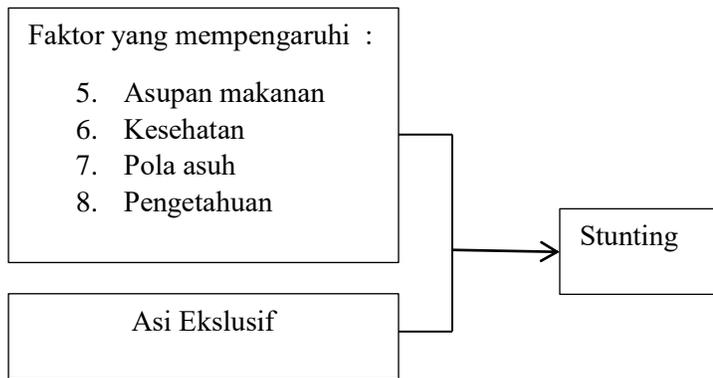
Pola asuh yang baik merupakan faktor yang sangat penting untuk menjamin pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Pola asuh ibu ialah praktik yang dilakukan ibu dalam pemeliharaan kesehatan, pemberian makanan, dukungan emosional anak dan pemberian stimulasi yang anak butuhkan dalam masa tumbuh kembang (Putri, 2020).

Pola asuh pemberian makanan untuk anak balita dapat mengacu pada pesan gizi seimbang untuk anak dibedakan menjadi dua yaitu usia 6-24 bulan dan usia 2-5 tahun. menurut (PMK No.41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang, 2014) pesan gizi seimbang untuk anak usia 6-24 bulan adalah: lanjutkan pemberian ASI sampai umur 2 tahun, (MP-ASI) mulai usia 6 bulan. Lebih lanjut pesan gizi seimbang untuk anak usia 2-5 tahun adalah: makan 3 kali sehari, Perbanyak mengonsumsi makanan kaya protein, Perbanyak mengonsumsi sayuran dan buah-buahan, Batasi mengonsumsi makanan selingan yang terlalu manis, asin, dan berlemak, Minumlah air putih sesuai kebutuhan, Biasakan bermain bersama dan melakukan aktivitas fisik setiap hari.

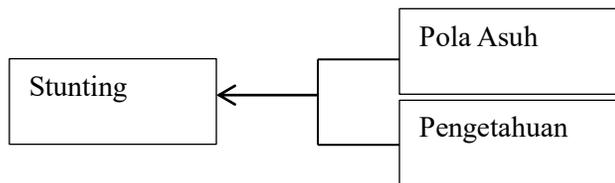
Peran keluarga khususnya seorang ibu dalam mengasuh dan merawat anak dapat memberikan dampak terhadap tumbuh kembang anak. Pola asuh ibu merupakan perilaku ibu dalam merawat ataupun menjaga anaknya. Perilaku ibu diantaranya berperan dalam memberikan air susu ibu atau memberi makanan pendamping, mengajarkan tatacara makan yang benar, memberikan makanan yang bernilai gizi tinggi, kemampuan mengontrol banyaknya porsi makanan yang

harus dikonsumsi, mempersiapkan makanan yang higienis, pola makan yang benar, sehingga asupan nutrisi dapat dengan baik diterima oleh anak. Namun demikian hal penting yang juga harus diperhatikan adalah menu makan harus bervariasi sehingga membuat anak senang dan menyukai berbagai makanan yang sehat juga bergizi. Kebiasaan pola asuh yang sudah diterapkan dengan baik dan benar banyak terjadi pada balita dengan tinggi normal atau tidak mengalami stunting dibandingkan dengan balita pendek yang memiliki tingkat ekonomi keluarga yang sama (Febriani Dwi B, 2020).

### A. Kerangka Teori



### B. Kerangka Konsep



*Sari H.P, 2021 & Safitri, 2021*

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Waktu dan Lokasi PKL**

Kegiatan Praktek Kerja Lapangan (PKL) Program Studi Ilmu Gizi Universitas Darussalam Gontor (UNIDA) dilaksanakan di Desa Pulo Rejo Rt 2 Rw 2, Kecamatan Kedunggalar, Kabupaten Ngawi, Jawa Timur. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 26 Mei – 28 Mei 2024.

#### **B. Ruang Lingkup Kegiatan**

Ruang lingkup kegiatan berupa pemberian edukasi kepada ibu balita stunting terkait pola asuh balita yang baik dan benar

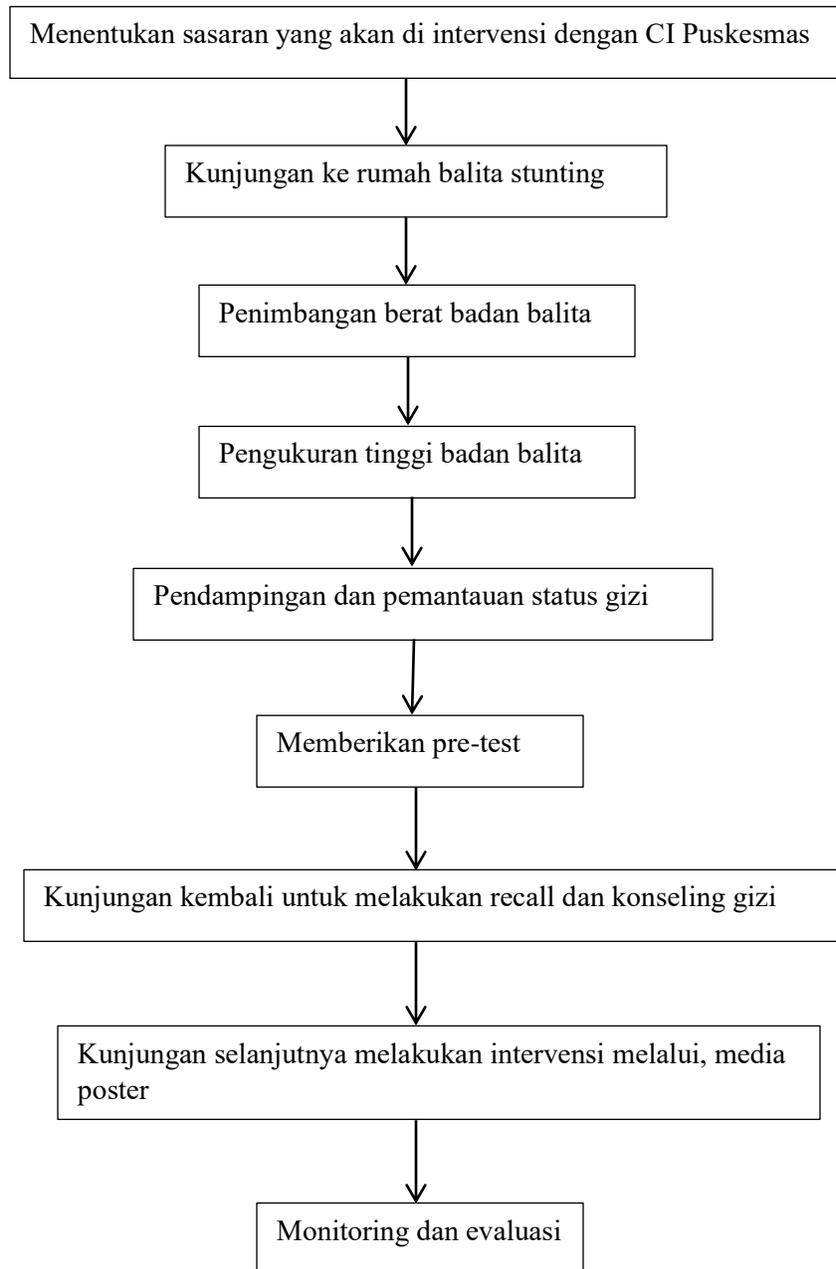
#### **C. Sasaran**

Sasaran pada kegiatan ini adalah 1 keluarga dengan permasalahan gizi yaitu balita stunting

#### **D. Program Intervensi**

2. Program intervensi yang akan dilakukan kepada balita stunting yaitu :
  - d) Konseling terkait gizi balita
  - e) Pemberian edukasi gizi pada balita dengan media poster

## E. Alur Pengambilan Data



Pengambilan data dimulai dengan menentukan sasaran yang akan diintervensi dengan CI Puskesmas, data yang diambil berupa identitas responden, usia, berat badan, tinggi badan, asupan makanan sehari responden lalu melakukan pendampingan kepada responden, setelah diketahui permasalahan gizi dapat ditentukan intervensi yang akan diberikan. Pemberian intervensi menggunakan media poster yang berisikan tentang pola asuh yang berjudul “5 Tips si kecil Bahagia dengan Gizi Seimbang”. Pemberian edukasi poster menggunakan metode ceramah. Sebelum pemberian edukasi diberikan pre-test berupa pertanyaan 10 soal dan sesudah pemberian edukasi diberikan post-test berupa pertanyaan 10 soal yang sama sebagai alat monitoring dan evaluasi.

#### **F. Pendampingan stunting**

Pendampingan dilaksanakan ibu balita stunting dengan melakukan pemberian edukasi terkait pola asuh ibu terhadap balita stunting yang berjudul “5 Tips Si Kecil Bahagia dengan Gizi Seimbang”. Terdapat 5 cara pola asuh yang baik dan benar untuk balita

#### **G. Monitoring**

Dilakukan agar melihat perkembangan dan capaian dalam pemberian intervensi, kemudian dapat dijadikan referensi untuk perbaikan dan pengembangan intervensi selanjutnya. Monitoring dilaksanakan secara bertahap dengan metode wawancara, ceramah, dan kuesioner melalui pre-test dan post-test yang bertujuan untuk melihat keberhasilan intervensi terkait pemberian edukasi dengan media poster mengenai pola asuh ibu balita stunting. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui dampak dari pelaksanaan intervensi terhadap responden, dari hasil evaluasi tersebut dapat dijadikan pembelajaran untuk memperbaiki kegiatan selanjutnya terkait hal ini.

**BAB IV**  
**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**A. Keadaan Umum**

An Ai merupakan seorang anak perempuan dengan usia 44 bulan, tinggal di Dusun Pulo Rejo, Desa Kedunggal, Kecamatan Kedunggal, pekerjaan ibu sebagai Ibu Rumah Tangga. An Ai memiliki berat badan 11,2 kg, dan panjang badan 89 cm.

An Ai memiliki riwayat pola makan 2x sehari, nasi 2x/hari @1/2 centong, lauk nabati tempe 1x/hari sayur sop 1 x/hari @1 ctg, mie burung dara 1x/hari @1 ctg, susu kotak 1x/hari @1 kotak kecil, tidak menyukai tahu, tidak ada alergi makanan. Menurut ibunya asupan makan An Ai kadang-kadang tidak teratur. Berdasarkan hasil recall 24 jam didapatkan energi 999 kkal, protein 33,1 gr, lemak 23, dan karbohidrat 165 gr.

**A. Hasil Pendampingan**

**k) Identitas Responden**

Kode IDNT	Jenis Data	Data Personal
CH.1.1	Nama	An Ai
CH.1.1.1	Umur	44 bulan
CH.1.1.2	Jenis Kelamin	Perempuan
CH.1.1.5	Suku/etnik	Jawa
CH.1.1.9	Peran dalam keluarga	Anak
	Diagnosis medis	Stunting

**l) Antropometri**

Kode IDNT	Jenis Data	
AD.1.1.1	Panjang Badan	89 cm
AD 1.1.2	Berat Badan	11,2 kg
	TB/U	TB <sub>anak</sub> -TB <sub>median</sub> /TB <sub>median</sub> – TB-1sd =89 –100,3/100,3–96,2 =-11,3 / 4,1 =-2,75 =-3sd sampai -2 sd <b>(pendek)</b>

**m) Biokimina**

Tidak ada data biokimia

**n) Klinik/fisik**

Kode IDNT	Data Biokima	Hasil
PD.1.1.1	Penampilan Keseluruhan	Kesadaran compos metis

**o) Riwayat Makan**

Kode IDNT	Jenis Data	Keterangan
FH.2.1	Riwayat Diet (pola makan)	pola makan 2x sehari, nasi 2x/hari @1/2 centong, , lauk nabati tempe 1x/harisayur sop 1 x/hari @1 ctg, mie burung dara 1x/hari @1 ctg, susu kotak 1x/hari @1kotak kecil, tidak menyukai tahu, tidak ada alergi makanan

p) Hasil Recall

	Energi	Protein	Karbohidrat	Lemak
Hasil Recall	899	33,1	23	115,4
Kebutuhan	884,5	33,1	29,4	121,6
%	101%	100%	67%	94%
	<b>Cukup</b>	<b>Cukup</b>	<b>Kurang</b>	<b>Cukup</b>

q) Perhitungan Zat Gizi

Perhitungan kebutuhan anak (Rumus Schofield)

$$\begin{aligned} \text{Kebutuhan energi} &= (16,969 \times \text{BB}) + (1,618 \times \text{TB}) + 371,2 \\ &= (16,696 \times 11,2) + (1,618 \times 89) + 371,2 \\ &= 186,9 + 144 + 371,2 = 702 \text{ kkal} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{TEE} &= \text{BMR} \times \text{Pa} \\ &= 702 \times 1,26 = \mathbf{884,5 \text{ kkal}} \end{aligned}$$

$$\text{Kebutuhan protein} = (15\% \times 884,5) / 4 = \mathbf{33,1 \text{ gr}}$$

$$\text{Kebutuhan lemak} = (30\% \times 884,5) / 9 = \mathbf{29,4 \text{ gr}}$$

$$\text{Kebutuhan karbohidrat} = (55\% \times 884,5) / 4 = \mathbf{121,6 \text{ gr}}$$

r) Diagnosis

**NB-1.1:**

Problem: Pengetahuan yang kurang tentang makanan dan zat gizi

Etiologi: Kurangnya informasi terkait gizi dan makanan

Sign/Symptom: Makan 2x/ hari

**Diagnosis Gizi:**

Pengetahuan yang kurang tentang makanan dan zat gizi berkaitan dengan kurangnya informasi terkait gizi ditandai oleh pola makan anak 2x/hari

s) Intervensi Gizi

---

<b>Perencanaan</b>	
<b>Kondisi</b>	Stunting
<b>Bentuk Makanan</b>	Biasa
<b>Cara Pemberian</b>	Oral
<b>Frekuensi</b>	3 x makan utama 3 kali selingan

t) Rencana Monitorig dan Evaluasi

Monitoring :

3) Tujuan edukasi gizi terkait gizi pada balita

4) Informasi mengenai

Intervensi :

Ibu balita dapat memahami pentingnya tips pola asuh balita stunting yang baik dan benar, serta dampak jangka panjang dan jangka pendek stunting

**B. Hasil Intervensi**

An Ai

Pemberian intervensi berupa edukasi ibu mengenai pola asuh terkait balita, terdapat 5 tips pola asuh balita yaitu agar memenuhi kebutuhan balita dengan memberikan variasi gizi seimbang, menganjurkan memberikan jadwal pola makan anak dengan waktu yang menyenangkan, tidak dianjurkan memaksa makan anak, menemani makan saat makan, waspada makanan yang mengandung pengawet. Pemberian intervensi bertempat di rumah An Ai, pemberian edukasi berupa media poster diberikan kepada ibu balita sebagai orang yang mempersiapkan makanan dalam kesehariannya Pada saat kunjungan terakhir adapun pemberian PMT untuk An Gs berupa nutrisi susu dan biscuit.

**C. Hasil Monitoring**

Monitoring evaluasi dilakukan secara bertahap yaitu menggunakan pre-test dan post-test. Kuesioner berupa pilihan ganda sebanyak 10 soal yang diberikan berkaitan dengan materi edukasi yang akan disampaikan kepada responden. pre-test diberikan sebelum intervensi dan setelah intervensi diberikan post-test. Berdasarkan jawaban dari pre-test ibu balita didapatkan 8 jawaban benar dari total 10 soal. Kemudian untuk jawaban dari post-test didapatkan 10 jawaban benar. Sehingga dengan melihat hasil pre-test terdapat peningkatan terhadap pengetahuan ibu terkait pola asuh pada balita.

**D. Pembahasan**

Pelaksanaan program intervensi dilakukan dengan pengambilan kasus stunting pada balita di Desa Pulo Rejo, Kecamatan Kedunggalur, Kabupaten Ngawi, Jawa Timur, pengambilan data berupa identitas responden serta pengukuran Tinggi Badan dan Berat Badan, pengukuran dilaksanakan di posyandu Anyelir 9 serta data recall 24 jam untuk perbandingan kebutuhan responden.

Didapatkan An Ai merupakan seorang anak perempuan dengan usia 44 bulan, tinggal di Dusun Pulo Rejo, Desa Kedunggal, Kecamatan Kedunggal, pekerjaan ibu sebagai Ibu Rumah Tangga. An Ai memiliki berat badan 11,2 kg, dan panjang badan 89 cm. An Ai memiliki riwayat pola makan 2x sehari, nasi 2x/hari @1/2 centong, , lauk nabati tempe 1x/hari sayur sop 1 x/hari @1 ctg, mie burung dara 1x/hari @1 ctg, susu kotak 1x/hari @1kotak kecil, tidak menyukai tahu, tidak ada alergi makanan. Menurut ibunya asupan makan An Ai kadang-kadang tidak teratur. Berdasarkan hasil recall 24 jam didapatkan energi 999 kkal, protein 33,1 gr, lemak 23, dan karbohidrat 165 gr.

Setelah dilaksanakan pendampingan kepada An Ai melalui informasi yang didapatkan dari ibu, didapatkan ia merupakan balita yang memiliki masalah pada pertumbuhan. Dilihat dari status gizi An Ai mengalami stunting yaitu -3sd sampai -2d dengan kategori pendek. Stunting berhubungan dengan meningkatnya risiko penurunan kemampuan intelektual, produktivitas dan peningkatan risiko penyakit degeneratif di masa yang akan datang. Anak dengan stunting akan cenderung lebih rentan terhadap penyakit infeksi, sehingga memperbesar risiko mengalami penurunan kualitas belajar (Bella et al, 2020).

Stunting mempunyai dampak buruk bagi anak. Dampak buruk jangka pendek yang dapat ditimbulkan oleh Stunting adalah terganggunya perkembangan otak, penurunan kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik dan metabolisme dalam tubuh. Sementara itu, dalam jangka panjang Stunting akan mengakibatkan penurunan kemampuan kognitif, penurunan prestasi belajar, penurunan kekebalan tubuh, beresiko mengalami kegemukan (Obesitas), sangat rentan terhadap penyakit tidak menular dan penyakit degeneratif seperti diabetes melitus, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas, serta penurunan produktivitas pada usia dewasa (Awa Ramadhani, 2020).

Pada pelaksanaan ini intervensi yang diberikan kepada ibu balita yaitu menggunakan media poster dengan materi 5 tips pola asuh balita terkait gizi seimbang yang yaitu menganjurkan ibu balita untuk memenuhi kebutuhan balita dengan makanan bervariasi, memberikan jadwal pola makan di waktu yang tepat dan menyenangkan bagi balita, tidak dianjurkan memaksa makan balita, menemani anak saat makan, waspada makanan 3 P yaitu pewarna, pengawet dan pemanis.

Pola asuh orang tua memainkan peran yang sangat penting dalam perkembangan fisik dan kognitif anak. Cara orang tua memberikan perawatan, nutrisi, dan lingkungan tumbuh kembang anak dapat memengaruhi risiko stunting. Studi-studi sebelumnya telah menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti pola makan, penyediaan asupan gizi yang cukup, praktik pemberian makan, serta perhatian dan stimulasi yang diberikan oleh orang tua dapat berkontribusi pada kejadian stunting. Dengan pemahaman yang lebih mendalam tentang pengaruh pola asuh orang tua terhadap kejadian stunting, kita dapat mengembangkan strategi yang lebih efektif dalam mengatasi masalah gizi kronis ini dan meningkatkan kualitas hidup anak-anak dimasa depan.

Pola asuh merupakan salah satu faktor tidak langsung yang berhubungan dengan status gizi anak termasuk stunting. Pola asuh memiliki kontribusi sangat penting terhadap kejadian stunting, pola asuh orang tua menjadi sangat penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak baik secara fisik maupun psikis, dan pola asuh juga memiliki peranan penting terhadap terjadinya gangguan pertumbuhan pada balita karena asupan makanan pada balita sepenuhnya diatur oleh ibunya. Ibu dengan pola asuh yang baik akan cenderung memiliki balita dengan status gizi yang lebih baik dari pada ibu dengan pola asuh yang kurang baik (Flaviani, 2023).

Berdasarkan hasil jawaban pre-test dan post-test dapat dilihat terdapat peningkatan pengetahuan ibu balita, yang dibuktikan dengan meningkatnya jawaban yang benar, sesuai yang telah dikerjakan oleh ibu balita. Pada pre-test ibu balita mendapatkan hasil 80%, kemudian untuk jawaban dari post-test didapatkan 100%. Sehingga dengan melihat hasil pre-test dan post-test terdapat peningkatan 20% terhadap pengetahuan ibu terkait gizi pada balita.

Penelitian Diki Prayugo (2023) pola asuh ibu yang paling utama dalam pemberian asupan nutrisi untuk anak adalah memberikan perhatian, dukungan, memiliki perilaku yang baik khususnya dalam pemenuhan nutrisi. Jika pola asuh ibu baik maka kejadian anak dengan stunting akan terus menurun, sebaliknya jika pola asuh ibu buruk maka kejadian mempunyai anak stunting meningkat.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Syntia (2021) terdapat peningkatan rerata skor sikap sebelum diberikan edukasi tentang stunting yaitu 24,21 dan setelah diberikan edukasi tentang stunting yaitu 29,58. Dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan tentang stunting menggunakan media poster berpengaruh terhadap pemahaman ibu balita terkait stunting, semua responden mendapatkan nilai sikap positif.

Peningkatan pengetahuan ibu terkait materi diharapkan dapat memilih asupan yang baik dan benar bagi anak dan dapat menentukan makanan yang dapat meningkatkan status gizi anak. Pemberian edukasi melalui poster dapat menjadi bahan bacaan selanjutnya sehingga materi yang disampaikan tidak hanya berhenti disaat itu, melainkan dapat terus diingat dan diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Pemilihan media ini didasarkan pada keefektifannya dalam menyampaikan pesan atau informasi mengenai gizi kepada masyarakat karena dapat dikemas dalam bentuk yang lebih mudah dipahami dan menarik. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Wiji dan Fitri (2020) yang memperoleh hasil bahwa edukasi gizi melalui media poster sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi pada ibu balita.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

- 1) Faktor penyebab terjadinya stunting dalam kasus tersebut adalah kurangnya pemahaman pola asuh terkait makanan ibu balita stunting sehingga pemberian makanan belum sesuai kebutuhan sehingga timbul kasus stunting pada balita.
- 2) Permasalahan gizi pada An Ai yaitu stunting. Berusia 44 bulan dengan BB 11,2 dan TB 89 Berdasarkan TB/U yaitu -3d sampai dengan -2sd tergolong pendek. pola makan An Ai sehari-hari tidak teratur dikarenakan riwayat pola makan 2x sehari, nasi 2x/hari @1/2 centong, , lauk nabati tempe 1x/hari sayur sop 1 x/hari @1 ctg, mie burung dara 1x/hari @1 ctg, susu kotak 1x/hari @1kotak kecil, tidak menyukai tahu, tidak ada alergi makanan. Menurut ibunya asupan makan An Ai kadang-kadang tidak teratur. Berdasarkan hasil recall 24 jam didapatkan energi 999 kkal, protein 33,1 gr, lemak 23, dan karbohidrat 165 gr. Dengan diagnosis Pengetahuan yang kurang tentang makanan dan zat gizi berkaitan dengan kurangnya informasi terkait gizi ditandai oleh pola makan anak 2x/hari
- 3) Pemberian intervensi berupa edukasi mengenai “5 tips balita bahagia dengan gizi seimbang” . Media yang digunakan adalah poster yang berisi materi dengan materi pola asuh ibu balita yang baik dan benar untuk pencegahan stunting.
- 4) Monitoring dan evaluasi yaitu berdasarkan hasil jawaban pre-test dan post-test dapat dilihat terdapat peningkatan pengetahuan ibu balita, yang dibuktikan dengan meningkatnya jawaban yang benar, sesuai yang telah dikerjakan oleh ibu balita. Pada pre-test ibu balita mendapatkan hasil 80%, kemudian untuk jawaban dari post-test didapatkan 100%. Sehingga dengan melihat hasil pre-test dan post-test terdapat peningkatan 20% terhadap pengetahuan ibu terkait gizi pada balita

#### **B. Saran**

- 3) Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana untuk meningkatkan kesadaran responden terhadap permasalahan gizi pada balita, sehingga dapat dijadikan solusi bagi orang tua balita dalam memenuhi kebutuhan nutrisi dan juga sebagai pengetahuan baru setelah diberikan edukasi. Sehingga dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari demi meningkatkan derajat kesehatan
- 4) Penelitian ini dapat memberikan manfaat dalam pengetahuan dibidang ilmu kesehatan dan bidang gizi masyarakat

## FAKTOR PENYEBAB MASALAH GIZI PADA BALITA

- Asupan Belum Mencukupi
- Infeksi
- Higiene dan Sanitasi

## ANGKA KECUKUPAN GIZI BALITA

Pemberian asupan gizi cukup baik zat gizi makro (energi, karbohidrat, protein, dan lemak) serta zat gizi mikro (vitamin dan mineral) mempengaruhi pola tumbuh kembang normal sehingga anak dapat mengejar ketertinggalan

**GIZI SEIMBANG BALITA**

Gizi seimbang untuk balita menuju pada asupan nutrisi yang mencukupi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan dengan optimal. Gizi seimbang untuk balita mencakup berbagai macam nutrisi penting, termasuk protein, karbohidrat, lemak, vitamin, dan mineral

**DAMPAK MASALAH GIZI BALITA**

- Terganggunya kecerdasan anak
- Terganggunya pertumbuhan fisik anak
- Terganggunya metabolisme dalam tubuh
- Resiko munculnya penyakit Diabetes, Obesitas
- Menurunnya kekebalan tubuh

**ENERGI : 1350 kkal**

**PROTEIN : 20 gr**

**LEMAK : 45 gr**

**KARBOHIDRAT : 215 gr**

## 5 TIPS SI KECIL BAHAGIA DENGAN GIZI SEIMBANG

- Variasi makanan seimbang**  
Penuhi kebutuhan Energi meliputi protein, lemak, karbohidrat, serat, vitamin, mineral, sajikan dengan menu yang menarik
- Memberikan jadwal pola makan anak**  
Jadwal makan sangat penting untuk memantau frekuensi makan dan kebutuhan nutrisi sesuai dengan kebutuhan anak
- Jangan Memaksa Anak Makan**  
Dampak memaksa anak untuk makan Nafsu makan menurun, trauma untuk makan, mengalami gangguan kesehatan
- Menemani anak saat makan**  
Menemani anak saat makan untuk memantau perilaku makan anak, mengetahui makanan yang disukai anak dan tidak disukai anak, dan dapat membatasi makanan yang tidak sehat
- Waspada makanan 3 P**  
Batasi konsumsi makanan tinggi pewarna, pemanis, dan pengawet

Yusef Paridlo, asst. Pengkethuan Gizi dan Stasi Orang Tua Tentang Pola Asuh Makanan Bergizi  
Terdapat dalam: 2019, 2019 Pembinaan Program Terpadu Pengembangan Status Gizi Anak  
Kementerian, 2018, Pilar Gizi Seimbang