

PENDAMPINGAN IBU BAYI DAN BALITA DENGAN GIZI KURANG**Prissy Verasita¹**¹ Prodi D3 Kebidanan, STIKES Mamba'ul 'Ulum SurakartaEmail : rahdoyo@gmail.com**Fara Khansa Azizah²**² Prodi S1 Kebidanan, STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta,Email: farakhansa96@gmail.com**Aquartuti Tri Darmayanti**³ Prodi S1 Kebidanan, STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta,Email: aquartuti@stikesmus.ac.id**Ikrima Azkurin Nabila⁴**⁴ Prodi S1 Kebidanan, STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta,Email: ikrimanabila18@gmail.com**ABSTRAK**

Gizi kurang pada balita masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat di Indonesia yang berdampak pada pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta peningkatan risiko kesakitan dan kematian pada anak. Rendahnya pengetahuan orang tua mengenai pemenuhan gizi seimbang, pola asuh, dan pemantauan pertumbuhan menjadi faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya gizi kurang pada balita. Oleh karena itu, diperlukan upaya pendampingan kepada keluarga dalam meningkatkan status gizi balita secara berkelanjutan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orang tua dalam pemenuhan kebutuhan gizi balita serta mendampingi keluarga dalam upaya perbaikan status gizi pada balita yang mengalami gizi kurang. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan melalui pendekatan edukasi dan pendampingan kepada keluarga yang memiliki balita dengan status gizi kurang. Metode yang digunakan meliputi identifikasi status gizi balita melalui pengukuran antropometri, penyuluhan mengenai gizi seimbang dan pemberian makanan tambahan (PMT), demonstrasi penyusunan menu sehat sesuai usia balita, serta pendampingan dan monitoring secara berkala selama program berlangsung. Evaluasi dilakukan dengan mengukur peningkatan pengetahuan orang tua dan memantau perubahan status gizi balita. Pelaksanaan kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman orang tua mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang pada balita. Orang tua menjadi lebih terampil dalam menyusun menu makanan bergizi, memberikan makanan sesuai kebutuhan usia, serta rutin memantau pertumbuhan anak melalui penimbangan dan pengukuran. Pendampingan pada balita dengan gizi kurang melalui edukasi, pemantauan pertumbuhan, dan pemberdayaan keluarga efektif dalam meningkatkan pengetahuan orang tua serta mendukung perbaikan status gizi balita.

Kata Kunci: pendampingan, balita, gizi kurang, status gizi, edukasi kesehatan, pemberdayaan keluarga.

ABSTRACT

Malnutrition in toddlers remains a public health problem in Indonesia, impacting physical growth and cognitive development, and increasing the risk of illness and death in children. Parents' limited knowledge regarding balanced nutrition, parenting practices, and growth monitoring are contributing factors to malnutrition in toddlers. Therefore, ongoing support efforts are needed to support families in improving the nutritional status of toddlers. This community service activity aims to improve parents' knowledge and skills in meeting the nutritional needs of toddlers and assist families in improving the nutritional status of toddlers experiencing malnutrition. The community service activity is implemented through an educational approach and support for families with toddlers with malnutrition. The methods used include identifying the nutritional status of toddlers through anthropometric measurements, counseling on balanced nutrition and the provision of supplementary feeding (PMT), demonstrations on preparing healthy menus appropriate to the toddler's age, and regular support and monitoring throughout the program. Evaluation is carried out by measuring the increase in parental knowledge and monitoring changes in the nutritional status of toddlers. The implementation of the activity shows an increase in parental knowledge and understanding of the importance of providing balanced nutrition for toddlers. Parents become more skilled at creating nutritious menus, providing age-appropriate foods, and regularly monitoring their children's growth.

through weighing and measuring. Supporting toddlers with malnutrition through education, growth monitoring, and family empowerment is effective in increasing parental knowledge and supporting improvements in toddlers' nutritional status.

Keywords: support, toddlers, malnutrition, nutritional status, health education, family empowerment.

A. Pendahuluan

Masalah gizi pada balita masih menjadi salah satu indikator penting dalam pembangunan kesehatan di Indonesia. Balita dengan status gizi kurang memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan pertumbuhan, keterlambatan perkembangan kognitif, penurunan daya tahan tubuh, dan peningkatan angka kesakitan maupun kematian. Masa balita merupakan periode emas (*golden period*) yang menentukan kualitas sumber daya manusia di masa depan sehingga pemenuhan kebutuhan gizi pada masa ini harus menjadi prioritas (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia [Kemenkes RI, 2023]).

Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), prevalensi masalah gizi pada balita di Indonesia masih cukup tinggi. Faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya gizi kurang antara lain pola asuh yang belum optimal, rendahnya pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang, praktik pemberian makan yang tidak sesuai, kondisi sosial ekonomi, dan tingginya angka penyakit infeksi pada anak (Kemenkes RI, 2023).

Organisasi Kesehatan Dunia menyatakan bahwa pemenuhan nutrisi yang adekuat selama usia dini berperan penting dalam mencegah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak. Intervensi berbasis keluarga melalui edukasi gizi dan pendampingan terbukti mampu meningkatkan perilaku pemberian makan dan memperbaiki status gizi balita (World Health Organization [WHO], 2021).

Pendampingan keluarga merupakan salah satu strategi yang efektif dalam upaya perbaikan gizi balita. Kegiatan pendampingan tidak hanya berfokus pada pemberian informasi, tetapi juga membantu keluarga menerapkan praktik pemberian makan yang tepat, melakukan pemantauan pertumbuhan secara rutin, serta meningkatkan kemampuan orang tua dalam memilih dan mengolah bahan makanan bergizi yang tersedia di lingkungan sekitar. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan pengabdian masyarakat berupa pendampingan pada balita dengan gizi kurang melalui pendekatan edukatif dan partisipatif guna meningkatkan status gizi balita dan pengetahuan keluarga.

B. Metode

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian pada balita dan ibu balita dilakukan melalui kunjungan langsung saat Posyandu Sasono Mulyo 1 Wilayah Kerja Puskesmas Masaran 1 Sragen maupun kunjungan rumah. Kegiatan ini bertujuan untuk mendampingi balita dengan gizi kurang dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orang tua dalam pemenuhan kebutuhan gizi balita serta mendampingi keluarga dalam upaya perbaikan status gizi pada balita yang mengalami gizi kurang. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan melalui pendekatan edukasi dan pendampingan kepada keluarga yang memiliki balita dengan status gizi kurang.

Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Sasono Mulyo 1 dengan menggunakan alat berupa timbangan, pengukur tinggi badan, metline dan alat tulis untuk dokumentasi.

Pendampingan dilakukan selama bulan Maret-Mei 2026 berdasarkan hasil pengukuran antropometri menggunakan indikator berat badan menurut umur (BB/U).

C. Hasil dan Pembahasan

1. Hasil pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian pada ibu hamil dengan judul pendampingan balita dan ibu balita dengan gizi kurang telah dilaksanakan di Posyandu Sasono Mulyo 1. Pendampingan dilakukan selama 3x bulan setiap tanggal 9 pada bulan Maret s/d Mei 2026 kepada satu balita yang masuk dalam kategori gizi kurang di wilayah tersebut.

Berdasarkan kegiatan pengabdian kepada balita dan ibu balita yang telah dilaksanakan didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 1 Hasil Pendampingan

	Maret	April	Mei
Nama	An. D	An. D	An. D
Tanggal Lahir	1 Desember 2024	1 Desember 2024	1 Desember 2024
Waktu Kunjungan	9 Maret 2026	9 April 2026	9 Mei 2026
Usia Anak	15 bulan	16 bulan	17 bulan
BB Lahir	2500 gram	2500 gram	2500 gram
BB	8,3 kg	8,2 kg	8,6 kg
TB	77 cm	79 cm	79 cm
Lila	13 cm	13,5 cm	14,5 cm
Edukasi	KIE gizi seimbang balita	KIE tumbuh kembang balita	KIE Isi Piringku

Sumber : Data Primer 2026



2. Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mendorong empati badan dalam memberikan kontribusi nyata bagi penyelesaian persoalan di masyarakat. Pendampingan difokuskan pada ibu balita , khususnya yang memiliki balita gizi

kurang, guna memastikan mereka dapat melewati pertumbuhan dan perkembangan balita secara optimal.

Peningkatan pengetahuan orang tua setelah diberikan edukasi menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan dan pendampingan merupakan metode yang efektif dalam meningkatkan pemahaman keluarga mengenai pemenuhan kebutuhan gizi balita. Pengetahuan yang baik akan memengaruhi perilaku ibu dalam pemilihan bahan makanan, pengolahan makanan, dan praktik pemberian makan pada anak.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa intervensi edukasi gizi berbasis keluarga dapat meningkatkan pengetahuan dan praktik pemberian makan pada anak serta berkontribusi terhadap perbaikan status gizi balita (UNICEF, 2023). Pendampingan secara berkelanjutan juga memberikan kesempatan bagi orang tua untuk berkonsultasi mengenai permasalahan yang dihadapi selama proses pemberian makan.

Peningkatan berat badan pada sebagian besar balita menunjukkan bahwa intervensi melalui pendampingan keluarga dan pemantauan pertumbuhan secara rutin dapat memberikan dampak positif terhadap status gizi anak. WHO (2021) menyatakan bahwa pemantauan pertumbuhan secara berkala merupakan salah satu strategi penting dalam deteksi dini masalah gizi dan upaya perbaikan status gizi anak.

Selain itu, keterlibatan kader posyandu dan tenaga kesehatan menjadi faktor pendukung keberhasilan program. Pendampingan yang dilakukan secara kolaboratif mampu meningkatkan kepatuhan keluarga dalam memantau pertumbuhan anak dan menerapkan praktik gizi yang baik. Kegiatan ini juga mendorong keluarga memanfaatkan pangan lokal sebagai sumber nutrisi yang mudah diperoleh dan ekonomis.

Dengan demikian, pendekatan pendampingan berbasis keluarga melalui edukasi, demonstrasi, dan monitoring secara berkala dapat menjadi salah satu strategi yang efektif dalam menurunkan kejadian gizi kurang pada balita.

Pada kegiatan pengabdian Masyarakat ini sudah dilakuakn dengan maksimal pada ibu balita An. D ddengan diberikan KIE dan ada pemenuhan makanan tambahan yang dilakukan setiap seminggu 2 kali selama 3 bulan dari bulan Maret 2026- Mei 2026. Hasilnya ibu sudah lebih paham pertumbuhan danperkembangan nak balita serta pentingnya pemberian makanan dengan gizi seimbang guna agar balita dapat menjalani pertumbuhan dan perkembangan secara optimal.



Kegiatan pengabdian masyarakat dengan melakukan pendampingan ibu balita dengan balita gizi kurang pencegahan semakin menurunnya status gizi pada balita tersebut. Tidak ditemukan kendala yang berarti selama kegiatan berlangsung.

D. Simpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pendampingan pada balita dengan gizi kurang melalui edukasi gizi, demonstrasi pembuatan menu sehat, dan monitoring pertumbuhan mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orang tua dalam pemenuhan kebutuhan gizi balita. Program pendampingan juga menunjukkan adanya perbaikan praktik pemberian makan dan peningkatan berat badan pada sebagian besar balita.

Pendampingan secara berkelanjutan yang melibatkan tenaga kesehatan, kader posyandu, dan keluarga perlu terus dikembangkan sebagai upaya promotif dan preventif dalam penanggulangan masalah gizi kurang pada balita.

E. Ucapan Terimakasih

Kami menyampaikan rasa terimakasih kepada ibu hamil risiko tinggi yang terlibat, STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta, Dinas Kesehatan Kabupaten Sragen, Puskesmas Masaran 1 serta Posyandu Sasono Mulyo 1 atas dukungan dan fasilitas yang diberikan selama pelaksanaan kegiatan pendampingan ibu balita dengan gizi kurang, serta semua pihak yang terlibat dalam pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Buku saku hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Petunjuk teknis pemberian makanan tambahan (PMT) berbahan pangan lokal untuk balita dan ibu hamil*. Jakarta: Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Pedoman Pelayanan Gizi pada Balita di Puskesmas*. Jakarta: Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 tematik*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Ratna, S. K., & Susilowati, E. (2023). Scoping review: Faktor penyebab gizi kurang pada balita. *Jurnal Gizi Ilmiah*, 10(3), 1–9. <https://doi.org/10.46233/jgi.v10i3.1109>
- Septiani, B. D. S., Safitri, E., Ervyanna, E. R., & Fitriyah, H. (2025). Analisis determinan kejadian gizi kurang (wasting) di Indonesia: Bukti empiris data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024. *Sport Science and Health*.
- Supardi, N., Sinaga, T. R., Hasanah, F. N. H., et al. (2023). *Buku gizi pada bayi dan balita*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Suryana, Kusumawati, I., Pujiani, Widodo, D., & Irma, R. (2022). *Kesehatan gizi anak usia dini*. Medan: Yayasan Kita Menulis.

- United Nations Children's Fund (UNICEF). (2023). *Tata laksana anak wasting di Indonesia: Pendekatan yang efektif untuk menyelamatkan jiwa*. Jakarta: UNICEF Indonesia.
- United Nations Children's Fund (UNICEF). (2024). *Perluasan pendekatan pengelolaan gizi buruk terintegrasi (PGBT)*. Jakarta: UNICEF Indonesia dan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- United Nations Children's Fund (UNICEF). (2026). *Kajian program gizi nasional Indonesia 2018–2024*. Jakarta: UNICEF Indonesia.
- United Nations Children's Fund (UNICEF). (2023). *The State of the World's Children 2023: For Every Child, Nutrition*. New York: UNICEF.
- World Health Organization. (2021). *Guideline for Complementary Feeding of Infants and Young Children 6–23 Months of Age*. Geneva: World Health Organization
- World Health Organization. (2021). *Guideline for complementary feeding of infants and young children 6–23 months of age*. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization, United Nations Children's Fund, & World Bank Group. (2023). *Levels and trends in child malnutrition: Joint child malnutrition estimates 2023 edition*. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization. (2024). *Child Malnutrition: Key Facts*. Geneva: World Health Organization.