

## PROMOSI KESEHATAN TENTANG POLA MAKAN YANG BAIK DALAM PENCEGAHAN STUNTING TAHUN 2023

Shantry Dhelly Susanty<sup>1\*</sup>, Abdi Iswahyudi Yasril<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Fort De Kock

Jln. Soekarno Hatta, Kelurahan Manggis Ganting, Kecamatan Mandiangin Koto Selayan, Bukittinggi

\*Email Korespondensi: [shantryadhelly@fdk.ac.id](mailto:shantryadhelly@fdk.ac.id)<sup>1\*</sup>, [iswahyudiabdi@fdk.ac.id](mailto:iswahyudiabdi@fdk.ac.id)<sup>2</sup>

### Article Info

Masuk: 10 Mei 2023

Revisi: 24 Mei 2023

Diterima: 07 Juni 2023

### Keywords:

Health Promotion, Diet,  
Stunting

### Kata kunci:

Promosi Kesehatan, Pola  
Makan, Stunting

e-ISSN: 2775-2402

### ABSTRACT

*Stunting in children is caused by several interrelated factors, including nutritional factors found in food. The quality and quantity of nutritional intake in children's food needs attention because it is often low in nutrients needed to support growth. Method: The activities used in this community service program are in the form of Health Promotion About fostering toddler families. Monitoring and evaluation are obtained from observations and questionnaires given to participants. Results: Based on the results of the evaluation of Good Eating Patterns for toddlers in Stunting Prevention, there is an influence before and after health promotion on knowledge of good food patterns for children with ( $p=0.000$ ), where there is an increase in public knowledge from an average of 1.40 to 1.70. Conclusion: The community service program activity "Good Diet for Toddlers in Stunting Prevention", went well and smoothly. There is an influence ( $p=0.000$ ) on health promotion about b Good diet for toddlers in stunting prevention.*

### ABSTRAK

Stunting pada anak disebabkan oleh beberapa faktor yang saling berhubungan di antaranya adalah faktor gizi yang terdapat pada makanan. Kualitas dan kuantitas asupan gizi pada makanan anak perlu mendapat perhatian oleh karena sering rendah akan zat gizi yang dibutuhkan guna menunjang pertumbuhan Metode Kegiatan yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat ini berupa Promosi Kesehatan Tentang bina keluarga balita. Monitoring dan evaluasi diperoleh dari hasil observasi dan kuisisioner yang diberikan kepada peserta. Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan Pola Makan Yang Baik bagi balita Dalam Pencegahan Stunting yaitu Ada pengaruh sebelum dan setelah dilakukan promosi kesehatan terhadap pengetahuan tentang pola makanan yang baik bagi anak dengan ( $p=0,000$ ), dimana terdapat kenaikan pengetahuan masyarakat dari rata-rata 1,40 menjadi 1,70. Kegiatan program pengabdian masyarakat "Pola Makan Yang Baik bagi balita Dalam Pencegahan Stunting", berjalan dengan baik dan lancar. Ada pengaruh ( $p=0,000$ ) Promosi Kesehatan Tentang Pola Makan Yang Baik bagi balita Dalam Pencegahan Stunting.

## PENDAHULUAN

Agar tumbuh kembang anak optimal, sehat secara fisik, mental, dan sosial, mereka memerlukan asupan gizi yang seimbang sejak kecil, bahkan sejak dari dalam kandungan. Setelah bayi lahir, semua yang dikonsumsi bayi akan

bermanfaat bagi tumbuh kembangnya. Bayi mengalami tumbuh kembang yang sangat pesat, sehingga diperlukan asupan yang bergizi, sehat, dan seimbang. Asupan dengan gizi seimbang yang diperlukan anak terdiri dari karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral. Kualitas anak yang baik dapat diperoleh dari terpenuhinya kebutuhan aspek pertumbuhan dan perkembangan sehingga tercapainya masa depan yang optimal. Tumbuh kembang anak balita yang optimal diperlukan gizi yang memadai. Status gizi juga dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah pola pemberian makan dari orang tua. Anak balita yang mengalami kekurangan gizi akan memiliki perawakan pendek mengakibatkan masalah tumbuh kembang.

Anak usia di bawah lima tahun khususnya pada umur 1-36 bulan merupakan masa pertumbuhan fisik yang cepat. Sehingga, memerlukan kebutuhan gizi yang paling banyak dibandingkan pada masa-masa berikutnya. Apabila kebutuhan nutrisi tidak ditangani dengan baik maka anak mudah mengalami gizi kurang. Stunting pada anak disebabkan oleh beberapa faktor yang saling berhubungan di antaranya adalah faktor gizi yang terdapat pada makanan. Kualitas dan kuantitas asupan gizi pada makanan anak perlu mendapat perhatian oleh karena sering rendah akan zat gizi yang dibutuhkan guna menunjang pertumbuhan. Hal ini menunjukkan bahwa untuk mendukung asupan gizi yang baik perlu ditunjang oleh kemampuan ibu dalam memberikan pengasuhan yang baik bagi anak dalam hal praktek pemberian makan, karna Pola makan pada anak sangat berperan penting dalam proses pertumbuhan pada anak, karena dalam makanan banyak mengandung gizi. Gizi merupakan bagian yang sangat penting dalam pertumbuhan. Gizi sangat berkaitan dengan kesehatan dan kecerdasan (Gunawan, 2019).

Hasil penelitian Farah Danita Rahman tahun 2018 bahwasanya keluarga yang menerapkan pola pemberian makan yang baik pada balita akan mengurangi risiko stunting. Uji analisis menunjukkan nilai koefisien pengaruh sebesar 1,7 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang searah antara pola pemberian makan terhadap kejadian stunting. menurut hasil penelitian Pipit Festi Wiliyanarti dkk tahun 2020 bahwasanya Ada hubungan peran keluarga terhadap pola makan balita yang mengalami Stunting. Peran keluarga, tokoh masyarakat dan kebijakan

pemerintah terkait penanganan dan pencegahan balita stunting sangat menunjang keberhasilan program dalam penurunan kejadian balita stunting.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan bahwasanya banyak orang tua yang tidak memberikan pola makan yang baik pada anaknya. Ada yang memberikan makan pada anak hanya 2 kali sehari dan cakupan gizinya tidak cukup, yaitu tidak mencakup gizi seimbang. Permasalahan yang terjadi kurangnya pemahaman dari ibu yang mempunyai balita bahwasanya pentingnya pemahaman tentang pemberian pola makan yang baik pada anak agar anak tidak stunting. Sikap juga merupakan hal yang sangat penting menjadi pemahaman bagi ibu apabila sikap ibu rendah maka akan mengakibatkan malasnya memberikan makan yang baik untuk anak. Apalagi orang tua cenderung memberikan makanan siap saji kepada anak.

Dari hal diatas maka dari itu diperlukan pemahaman kepada ibu balita bahwasanya pentingnya diberikan promosi kesehatan kepada ibu tentang pola pemberian makanan pada anak untuk pencegahan stunting.

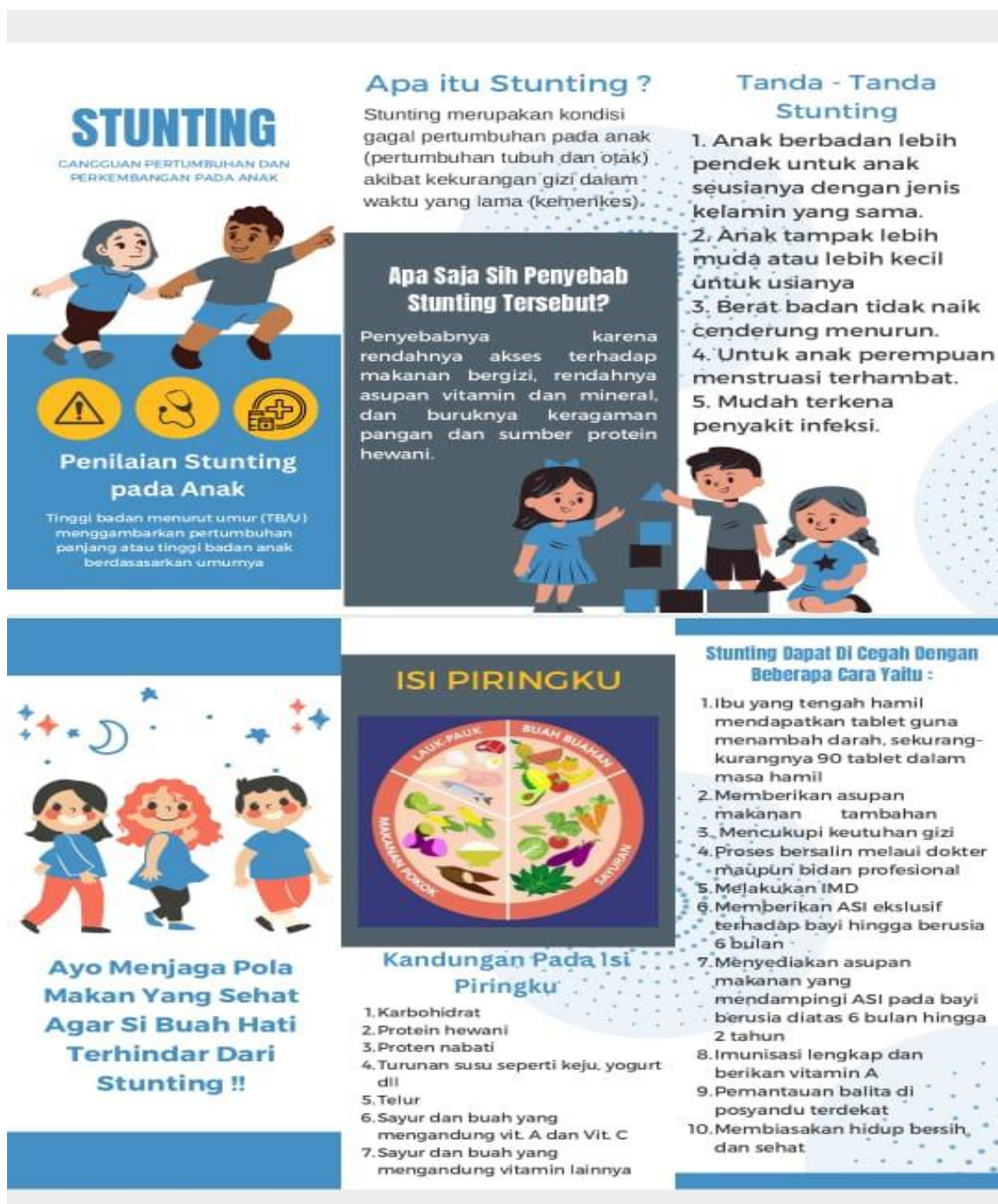
## **RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka perlu dilakukan Promosi Kesehatan Tentang Pola Makan Yang Baik bagi balita Dalam Pencegahan Stunting .

## **METODE KEGIATAN**

Metode yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat ini berupa promosi kesehatan. Media yang di gunakan yaitu leaflet, Video, Infokus dan Speaker. Monitoring dan evaluasi diperoleh dari hasil observasi dan kuisisioner yang diberikan kepada peserta. Kegiatan monitoring dilakukan dengan observasi langsung pada saat pelaksanaan promosi kesehatan. Evaluasi dilakukan dengan menilai peningkatan pengetahuan peserta melalui evaluasi Pre-Test Post-Test one group design. Data yang digunakan adalah data primer yang diperoleh dari peserta pengabdian masyarakat. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh maka dilakukan pre-test (01) pada peserta terlebih dahulu menggunakan kuisisioner. Selanjutnya dilakukan intervensi (X) dengan kegiatan promosi kesehatan pada

peserta. Dan terakhir dilakukan post-test (02) pada peserta dengan pemberian kuisioner. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif, dengan teknik analisis data menggunakan uji-t dependen (berpasangan).



Gambar 1. Leaflet penyuluhan

## PEMBAHASAN

Peserta pengabdian masyarakat ini adalah ibu balita . Peserta yang dievaluasi berjumlah 10 orang yang dipilih secara acak dan bersedia untuk di evaluasi. Berdasarkan hasil monitoring pelaksanaan kegiatan, dapat diidentifikasi faktor pendukung dan penghambat dari kegiatan ini sehingga dapat berjalan dengan baik dan lancar. Serta antusiasme dari masyarakat sebagai peserta dalam program pengabdian masyarakat ini. Sedangkan faktor penghambat dalam program pengabdian ini adalah waktu yang terbatas, Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan Pola Makan Yang Baik bagi balita Dalam Pencegahan Stunting yaitu Ada pengaruh sebelum dan setelah dilakukan promosi kesehatan terhadap pengetahuan tentang pola makanan yang baik bagi anak dengan ( $p=0,000$ ), dimana terdapat kenaikan pengetahuan masyarakat dari rata-rata 1,40 menjadi 1,70, seperti yang dapat terlihat pada tabel 1.

**Tabel 1.**  
**Pengaruh Pola Makan Yang Baik bagi balita Dalam Pencegahan Stunting dilapangan Kantin Wirabraja Tahun 2023**

Pola Makan	Mean	SD	P Value
Sebelum	1.40	0.503	0.000
Sesudah	1.70	0.470	

Materi promosi kesehatan yang disampaikan yaitu melalui metode diskusi interaktif, serta didukung dengan media leaflet dan slide dapat meningkatkan pengetahuan kader akan bina keluarga balita, yang dibuktikan dengan adanya terdapat perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan promosi kesehatan (Gunawan, 2019). Data hasil pengabdian ini sesuai penyegaran tersebut telah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan Ibu sebanyak 64,55% untuk peningkatan pengetahuannya dan 24,26% untuk peningkatan keterampilannya. Sehingga artinya terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian metode penyegaran terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu balita.

Faktor yang paling dominan berhubungan dengan kejadian stunting pada balita adalah pola asuh pemberian makan. Balita dari ibu dengan pola asuh pemberian makan yang rendah cenderung 6 kali lebih tinggi menyebabkan kejadian stunting pada balita dibandingkan ibu dengan pola asuh pemberian

makan tinggi (Mashar et al., 2021). Hasil rata-rata pola pemberian makan pada balita dominan pada kategori buruk sebesar 60,5%. Hal ini menunjukkan bahwa pola pemberian makan yang buruk berisiko terhadap kejadian stunting pada balita (Nadila, 2022).

Secara teori Promosi kesehatan merupakan revitalisasi dari pendidikan kesehatan pada masa yang lalu, di mana dalam konsep promosi kesehatan tidak hanya merupakan proses penyadaran masyarakat dalam hal pemberian dan peningkatan pengetahuan dalam bidang kesehatan saja, tetapi juga sebagai upaya yang mampu menjembatani perubahan perilaku, baik di dalam masyarakat maupun dalam organisasi dan lingkungannya. Alat peraga (media) lihat memiliki fungsi untuk menstimulasi indra lihat pada saat penyampaian materi (pesan) kesehatan yang diberikan. Alat peraga (media) dengar berfungsi membantu stimulasi indra pendengaran saat proses penyampaian materi penyuluhan (Nurmala, 2018).

Sehingga dapat diasumsikan, program pengabdian masyarakat Promosi Kesehatan, menggunakan metode kombinasi ceramah, leaflet, dan slide dapat menstimulasi indra lihat dan indra pendengaran peserta program pengabdian masyarakat, sehingga dapat membantu peserta untuk dapat mengingat dan memahami seluruh materi-materi yang diberikan dengan baik.





**Gambar 1. Dokumentasi**

## **SIMPULAN**

Kegiatan program pengabdian masyarakat “Pola Makan Yang Baik bagi balita Dalam Pencegahan Stunting”, berjalan dengan baik dan lancar. Ada pengaruh ( $p=0,000$ ) Promosi Kesehatan Tentang Pola Makan Yang Baik Bagi Balita Dalam Pencegahan Stunting.

## **REFERENCE**

- Gunawan, I. M. A. (2019). *Pola asuh dan pola makan sebagai faktor risiko stunting balita usia 6-24 bulan suku Papua dan non- Papua*. 35(4).
- Indonesia, K. K. (n.d.). *Hidup sehat sejak sekarang untuk remaja kekinian*.
- Mashar, S. A., Suhartono, S., & Budiono, B. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak: Studi Literatur. *Jurnal Serambi Engineering*, 6(3), 2076–2084. <https://doi.org/10.32672/jse.v6i3.3119>
- Nadila, A. (2022). Literature Review: Pola Pemberian Makan dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Jurnal Kesehatan*, 16(1), 14–18. <https://doi.org/10.32763/juke.v16i1.455>
- Adriani, Merryana, Bambang Wirjatmadi. 2014. *Gizi dan Kesehatan Balita Peranan Mikro Zinc pada Pertumbuhan Balita*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group