

EVALUASI BINA KELUARGA PADA BALITA GIZI KURANG DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PACCERAKKANG

*“Evaluation of the Family Development Program for Undernourished Toddlers in the Working
Area of Paccerakkang Health Center”*

Andi Tenri Aprilia¹, Rudy Hartono², Nursalim³

¹Mahasiswa Prodi Gizi Poltekkes Kemenkes makassar

²Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar

Anditenriduta88@gmail.com

0887436111597

ABSTRAK

Undernourishment among toddlers is often caused by parents' limited knowledge of balanced nutrition principles, inappropriate feeding practices that do not meet the child's growth needs, the absence of exclusive breastfeeding during the first six months, and recurrent infections that interfere with nutrient absorption. This study aims to evaluate the nutritional status and dietary intake changes of undernourished toddlers following the implementation of the Family Development Program in the working area of Paccerakkang Health Center, Makassar City. This research employed a descriptive design with a total of five toddlers selected through purposive sampling. Data were collected using anthropometric measurements, 24-hour dietary recall, and observations during the Family Development Program activities. The findings revealed that of the five toddlers, one experienced weight gain while the other four showed weight loss. On average, the intake of energy, protein, and carbohydrates decreased after the intervention.

Kata kunci: Family Development Program, Undernutrition, Toddlers

ABSTRAK

Balita dengan gizi kurang sering disebabkan oleh rendahnya pengetahuan orang tua terkait prinsip gizi seimbang, pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan anak, tidak mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama, serta adanya infeksi berulang yang dapat mengganggu penyerapan zat gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi status gizi dan perubahan asupan makanan balita gizi kurang setelah dilakukan kegiatan Bina Keluarga di wilayah kerja Puskesmas Paccerakkang, Kota Makassar. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan jumlah sampel 5 balita yang dipilih menggunakan purposive sampling. Data dikumpulkan melalui pengukuran antropometri, food recall 24 jam, serta observasi selama kegiatan Bina Keluarga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari lima balita, satu balita mengalami peningkatan berat badan, sementara empat lainnya mengalami penurunan. Rata-rata asupan energi, protein, dan karbohidrat menurun setelah intervensi, sedangkan rata-rata asupan

lemak meningkat. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi Bina Keluarga belum berjalan optimal karena orang tua balita tidak sepenuhnya menerapkan konseling gizi yang diberikan.

Kata kunci: Bina Keluarga, Gizi Kurang, Balita

PENDAHULUAN

Masalah gizi kurang pada balita masih menjadi perhatian serius di Indonesia. Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan bahwa 17,1% balita mengalami gizi kurang. Faktor penyebab antara lain kurangnya pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang, pola asuh makan yang tidak tepat, tidak diberikan ASI eksklusif, infeksi berulang, hingga kondisi sosial ekonomi keluarga. Di Kota Makassar, prevalensi balita gizi kurang mencapai 4,3% (Dinkes Kota Makassar, 2022).

Program Bina Keluarga yang dilaksanakan di Puskesmas Paccerakkang merupakan salah satu upaya untuk mengatasi masalah gizi kurang melalui edukasi kepada orang tua tentang pengasuhan, pemberian makan, serta pemantauan pertumbuhan balita. Penelitian ini dilakukan untuk mengevaluasi efektivitas kegiatan Bina Keluarga terhadap perubahan status gizi dan asupan makanan balita gizi kurang.

METODE

Desain, tempat dan waktu

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Paccerakkang, Kecamatan Biringkanaya, Kota Makassar pada April–Mei 2025. Sampel berjumlah 5 balita gizi kurang yang dipilih dengan purposive sampling berdasarkan kriteria: balita dengan nilai Z-Score BB/U, TB/U, atau BB/TB antara -2 SD sampai -3 SD, berdomisili tetap, serta keluarga bersedia mengikuti pendampingan.

Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui:

1. **Antropometri** (berat badan dan tinggi badan menggunakan timbangan digital dan infantometer).

2. **Food recall 24 jam** untuk mengetahui asupan zat gizi sebelum dan setelah intervensi.
3. **Observasi kegiatan Bina Keluarga** berupa konseling gizi, edukasi isi piringku, serta pemantauan konsumsi makanan.

Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan status gizi dan asupan zat gizi sebelum dan setelah intervensi.

Hasil

Tabel 1

Hasil Antropometri BB/TB Selama Monitoring

Nama Balita	Sebelum bina keluarga		Setelah Bina Keluarga	
	Berat Badan	Tinggi Badan	Berat Badan	Tinggi Badan
An. M.A	7,80 kg	78,5 cm	7,95 kg	78,5 cm
An. M.K	7,0 kg	78,0 cm	6,5 kg	78,0 cm
An. F	7,5 kg	75,0 cm	7.4 kg	75,0 cm
An. N.Z.S	9,4 kg	87,5 cm	9,2 kg	87,5 cm
An. M.A.A	8,45 kg	82,3 cm	8,0 kg	82,3 cm
Rata rata	8,03	80,26	7,81	80,26

Sumber : Data Sekunder, 2025/

Hasil pengukuran antropometri menunjukkan bahwa dari lima balita, satu mengalami peningkatan berat badan, sementara empat lainnya mengalami penurunan. Nilai Z-Score mayoritas balita masih berada pada kategori gizi kurang.

Tabel 2

Status Gizi Balita

Balita	BB/U	TB/U	BB/TB
An. M.A	-3,1 SD (BB Sangat Kurang)	-2,35 SD (Pendek)	-3.37 SD (Gizi Buruk)
An. M.K	-3,8 SD (BB Sangat Kurang)	-2,9 SD (Pendek)	-3,8 SD (Gizi Buruk)
An. F	-2,7 SD (BB Kurang)	-3,0 SD (Pendek)	-1,6 SD (Gizi Baik)
An. N.Z.S	-2,9 SD (BB Kurang)	-3,5 SD (Sangat Pendek)	-2,6 SD (Gizi Kurang)
An. M.A.A	-3,1 SD (BB Sangat Kurang)	-2,4 SD (Pendek)	-2,8 SD (Gizi Kurang)

Sumber : Data Sekunder, 2025

Asupan Zat Gizi

- **Energi:** rata-rata turun dari 1.078,5 kkal menjadi 1.050,4 kkal.
- **Protein:** rata-rata turun dari 41,09 gram menjadi 34,76 gram.
- **Lemak:** rata-rata meningkat dari 36,71 gram menjadi 41,07 gram.
- **Karbohidrat:** rata-rata turun dari 161,48 gram menjadi 136,1 gram.

Secara umum, asupan energi, protein, dan karbohidrat belum mencapai tingkat kecukupan gizi yang dianjurkan.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi melalui program Bina Keluarga belum optimal dalam meningkatkan status gizi balita. Hal ini dikarenakan sebagian besar orang tua tidak menerapkan konseling gizi yang diberikan. Faktor lain yang memengaruhi adalah adanya penyakit infeksi yang dialami balita serta rendahnya frekuensi pemberian lauk hewani, sayur, dan buah.

Sejalan dengan penelitian sebelumnya, peran orang tua sangat menentukan keberhasilan intervensi gizi pada balita. Keterlibatan keluarga dalam memberikan makanan bergizi seimbang serta pemantauan pertumbuhan anak secara berkala dapat membantu memperbaiki status gizi. Oleh karena itu, keberhasilan program Bina Keluarga membutuhkan dukungan penuh dari orang tua, tenaga kesehatan, dan lingkungan sekitar.

KESIMPULAN

1. Dari lima balita gizi kurang yang menjadi sampel, hanya satu balita yang mengalami peningkatan berat badan, sedangkan empat lainnya mengalami penurunan.
2. Asupan energi, protein, dan karbohidrat cenderung menurun setelah intervensi, sedangkan asupan lemak mengalami peningkatan.

3. Program Bina Keluarga memiliki potensi dalam memperbaiki gizi balita, namun efektivitasnya sangat bergantung pada keterlibatan aktif orang tua dalam penerapan pola makan dan asuhan anak.

SARAN

1. Orang tua diharapkan lebih aktif dalam menerapkan hasil konseling gizi yang diberikan selama kegiatan Bina Keluarga.
2. Pemantauan pertumbuhan balita perlu dilakukan secara rutin melalui posyandu setiap bulan.
3. Puskesmas perlu memperkuat pendekatan edukasi dengan metode yang lebih interaktif agar orang tua termotivasi untuk menerapkan pola asuh dan pola makan yang tepat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Paccerakkang, dosen pembimbing, serta semua pihak yang telah membantu dalam proses penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa Nuradhiani. (2023). Faktor Risiko Masalah Gizi Kurang pada Balita di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat dan Sosial*, 1(2), 17–25. <https://doi.org/10.59024/jikas.v1i2.285>
- Arif, M., Affrian, R., & Febriadi, H. (2024). Efektivitas Program Bina Keluarga Balita Kabupaten Hulu Sungai Utara.
- Djamaluddin, N., & Hadju, V. A. (2023). Pendampingan Balita Underweight dan Refreshing Kader Posyandu untuk Meningkatkan Status Gizi. *Kalobiratif Sains*, 6(9), 1104–1110. <https://doi.org/10.56338/jks.v6i9.4078>
- Faridi, A., Bayyinah, N. H., & Vidyarini, A. (2023). Hubungan Asupan Energi, Zat Gizi Makro, dan Pengetahuan Ibu dengan Gizi Kurang Balita. *Jurnal Pustaka Padi*, 2(1), 14–21.
- Hulu, V. T., Manalu, P., & Sinaga, E. A. (2022). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Balita. *Aceh Nutrition Journal*, 7(2), 250. <https://doi.org/10.30867/action.v7i2.632>
- Kemenko PMK. (2025). Prevalensi Stunting Tahun 2024 Turun Jadi 19,8 Persen, Pemerintah Terus Dorong Penguatan Gizi Nasional.

- Minkhatulmaula, M., Pibriyanti, K., & Fathimah, F. (2020). Pengetahuan Ibu dan Berat Badan Lahir Rendah sebagai Faktor Risiko Kejadian Gizi Kurang pada Balita. *Sport and Nutrition Journal*, 2(2), 41–48. <https://doi.org/10.15294/spnj.v2i2.39763>
- Sudarman, S., Aswadi, A., & Syamsul, M. (2021). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Al GIZZAI: Public Health Nutrition Journal*, 5(1), 1–15. <https://doi.org/10.24252/algizzai.v1i1.19078>