

PERUBAHAN BERAT BADAN BALITA GIZI KURANG SETELAH BINA KELUARGA

Changes in weight of malnutrition toddlers after family coaching

Nur Magfirah¹, Fatmawaty Suaib², Hijrah Asikin²

¹Mahasiswa Prodi Gizi Poltekkes Makassar

²Dosen Gizi Poltekkes Makassar

nm245898@gmail.com

HP: 082346652511

ABSTRACT

According to Riskesdas, the prevalence of malnutrition in toddlers in Indonesia reached 13,9 %. This nutritional problem is still a serious challenge. This research aims to determine changes in toddlers' body weight after family guidance. The type of research with a sample of 1 malnourished toddler in the Dayapublic health center area selected by purposive sampling. Interventions were carried out during 4 visits. Body weight measurements used a digital scale. The result showed no change in toddler's body weight, before and after family guidance, remaining at 10 kg. It is recommended that mothers of toddlers routinely visit the posyandu, and health workers provide education on preventing malnutrition.

Keywords : Malnutrition and Body Weight

ABSTRAK

Menurut Riskesdas 2025, prevalensi balita gizi kurang di Indonesia mencapai 13,9%. Masalah gizi ini masih menjadi tantangan serius. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perubahan berat badan balita setelah bina keluarga. Jenis penelitian adalah penelitian deskriptif dengan sampel balita gizi kurang di wilayah puskesmas Daya, dipilih secara purposive sampling. Intervensi dilakukan selama 4 kali kunjungan. Pengukuran berat badan menggunakan timbangan digital. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada perubahan berat balita, sebelum dan sesudah bina keluarga tetap 10 kg. Disarankan agar ibu balita rutin ke posyandu, dan petugas kesehatan memberikan edukasi tentang pencegahan gizi kurang.

Kata Kunci : Gizi Kurang dan Berat Badan

PENDAHULUAN

Status gizi balita merupakan indikator penting dalam menentukan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Balita dengan berat badan kurang merupakan salah satu masalah gizi yang masih sering di temui di Indonesia. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024, prevalensi balita dengan berat badan kurang di Indonesia mencapai 13,9 %, yang menunjukkan bahwa masalah gizi masih menjadi tantangan serius dalam upaya meningkatkan kualitas anak.

Hasil Survei Status Gizi Indonesia menunjukkan, terdapat empat permasalahan gizi balita di indonesia. di antaranya *stunting*, *wasting*, *underweight*, dan *overweight*. Data SSGI 2024, prevalensi balita *wasting* di indonesia naik mencapai 6,4 % ,prevalensi balita *underweight* atau gizi kurang mencapai 13,9 % Hal ini menunjukkan permasalahan gizi kurang balita di indonesia masih tinggi. Oleh karena itu, permasalahan gizi kurang pada balita perlu segera mendapatkan penanganan agar tidak terjadi gangguan pertumbuhan maupun permasalahan di kemudian hari.

Berat badan kurang pada balita dapat di sebabkan oleh berbagai faktor,seperti asupan gizi yang tidak mencukupi,infeksi berulang, serta kurangnya pengetahuan orang tua terhadap pola asuh dan gizi seimbang. Dampak dari kondisi ini tidak hanya terlihat pada pertumbuhan fisik yang terhambat,tetapi juga pada perkembangan kognitif dan system imun anak yang lemah,sehingga meningkatkan resiko morbiditas dan mortalitas. Berat badan kurang atau *underweight* merupakan masalah gizi kurang yang di ukur dengan perbandingan berat badan dan umur (Dewi, Komala, dkk 2023).

Gizi kurang atau gizi buruk merupakan kondisi kekurangan gizi akut yang di nilai berdasarkan berat badan menurut panjang badan atau tinggi badan. Status gizi balita dapat di pengaruhi oleh berbagai faktor antara lain: tingkat pendidikan ibu, pendapatan Keluarga,

Program yang dilakukan Puskesmas Daya Kota Makassar dalam menanggulangi balita gizi kurang yaitu pemberian PMT berupa biskuit .

pengetahuan, lingkungan keluarga, penyakit penyerta, konsumsi zat gizi, pola asuh, jumlah anggota keluarga, sosial budaya. Salah satu faktor yang menyebabkan masalah gizi adalah kurangnya pengetahuan ibu mengenai gizi yang harus dipenuhi anak pada masa pertumbuhan. Ibu biasanya justru membelikan makanan yang enak kepada anaknya tanpa tahu apakah makanan tersebut mengandung gizi yang cukup atau tidak, dan tidak mengimbangnya dengan makanan sehat yang mengandung banyak gizi (Kemenkes RI 2021).

METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini bertujuan mengetahui perubahan berat balita sebelum dan setelah bina keluarga di wilayah kerja puskesmas Daya Kota Makassar.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja puskesmas Daya kota Makassar ,kegiatan penelitian ini dilaksanakan pada bulan januari – Mei .

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi Penelitian

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh anak balita yang mengalami gizi kurang yang ada di Puskesmas Daya Kota Makassar sebanyak 6 orang.

Sampel Penelitian

Sampel pada penelitian ini adalah balita gizi kurang pada program keluarga binaan ,jumlah sampel pada penelitian ini yaitu sebanyak 1 orang .

Data

Pengolahan Data

Data diolah dengan cara membandingkan berat badan anak balita gizi kurang sebelum dan setelah bina keluarga kemudian dihitung dengan rumus z-score. Penyajian data berat badan yang diperoleh dari penimbangan disajikan dalam bentuk grafik dan penjelasan berupa narasi dengan membandingkan penimbangan berat badan awal dengan penimbangan akhir setelah bina keluarga.

HASIL PENELITIAN

Bina keluarga dilakukan selama 4 hari dalam 1 minggu . sebelum dilakukan bina keluarga, terlebih dahulu dilakukan *screening* data balita yang mengalami gizi kurang. Setelah di peroleh selanjutnya melakukan kunjungan ke rumah balita selama 4 kali kunjungan dalam 1 minggu. Kunjungan

pertama ke rumah balita sekaligus melakukan penimbangan berat badan awal, *recall* 24 jam dan menyampaikan kepada orang tua balita tentang maksud dan tujuan di laksanakan keluarga binaan. Kunjungan kedua menganalisis penyebab balita mengalami gizi kurang dengan metode *recall* 24 jam. Kunjungan ketiga diberikan edukasi, tentang cara pengolahan bahan makanan agar bisa menambah nafsu makan balita. Kunjungan keempat dilakukan, evaluasi dengan cara memantau perkembangan makan balita serta melakukan penimbangan berat badan akhir. Berdasarkan grafik di atas maka disimpulkan bahwa tidak ada perubahan berat badan pada balita gizi kurang setelah dilaksanakan program bina keluarga.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang telah perubahan berat badan balita gizi kurang setelah bina keluarga tidak mengalami perubahan selama bina keluarga. Kunjungan pertama dilakukan ke rumah balita yang terpilih menjadi sampel dalam penelitian ini. Kemudian menjelaskan maksud dan tujuan dilaksanakannya keluarga binaan. Serta melakukan penimbangan berat badan awal dengan berat yaitu 10 kg setelah

diketahui kemudian dimasukkan dalam rumus Z-score dan hasilnya menunjukan bahwa balita tersebut mengalami gizi kurang.

Kunjungan kedua bertujuan untuk menganalisis penyebab balita mengalami masalah tersebut. Hasil observasi yang telah dilakukan hal yang menjadi penyebab masalah kurang gizi yaitu pola makan dan asupan makanan atau zat gizi yang kurang, dilihat dari makanan yang tidak beragam dan jumlahnya tidak sesuai porsi serta kebiasaan makan anak tersebut jarang mengonsumsi sayur dan buah dan malas makan.

Kunjungan ketiga memberikan edukasi kepada orang tua balita gizi kurang tentang pemberian makan yang seimbang dan bervariasi pada anak serta cara mengolah dan menyajikan makanan supaya anak tertarik untuk makan.

Kunjungan keempat dilakukan untuk memonitor apakah orang tua melaksanakan saran yang di berikan. Hasilnya orang tua nya telah menerapkan edukasi yang diberikan dengan memberikan makanan seimbang dan mengurangi memberikan jajanan yang tidak sehat kepada anaknya. tetapi dari anak tersebut kurang nafsu makan

dan malas makan disebabkan orang tuanya yang bekerja.

Hasil penelitian yang dilakukan pada balita gizi kurang diperoleh hasil yaitu: berat badan setelah dilakukan bina keluarga tidak mengalami perubahan yaitu tetap 10 kg. Penelitian diatas menunjukkan bahwa program bina keluarga tidak memiliki pengaruh terhadap perubahan berat badan balita Gizi kurang disebabkan karena nafsu makan anak yang kurang. Hal ini disebabkan karna asupan atau zat gizi yang kurang, porsi makannya tidak sesuai kebutuhan, dan jarang mengonsumsi sayur dan buah, balita sering malas makan. Pengasuhan dilakukan oleh neneknya yang memiliki pengetahuan kurang mengenai gizi anak. Meskipun sudah diberikan edukasi, berat badan balita tetap tidak naik karena asupannya kurang dan kebiasaan makannya belum berubah.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan pembinaan selama 4 kali kunjungan dalam 1 minggu, tidak terjadi perubahan berat badan selama keluarga binaan berat awal yaitu 10 kg dan setelah pembinaan berat badan akhir tetap 10 kg. Hal ini disebabkan karena nafsu makan anak

yang kurang, porsi makan yang tidak sesuai kebutuhan serta jarang mengonsumsi sayur dan buah.

SARAN

Sebaiknya memperhatikan pola makan dan variasi makanan anak balita sehingga nafsu makannya baik. dan lebih rutin berkunjung ke posyandu agar berat badannya bisa terpantau dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN.(2020). *Petunjuk Teknis Pelaksanaan Bina Keluarga Balita (BKB)*
- Kemenkes Ri. 2020. *Pedoman Penilaian Status Gizi Balita. Jakarta:*
- Kementerian Kesehatan RI (2022). *Laporan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 :Prevalensi Stunting,Wasting,Underweight, dan Overweight pada Balita dan Anak. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*
- Kementerian Kesehatan RI (2022) *Laporan Nasional Riskesdas*

2022 : Status Gizi Balita di
Indonesia

- Kemenkes RI (2021) *Judul: "Buku Saku Pemantauan Status Gizi (PSG) Balita"*
- Dewi, Komala, Anggriani, L., Putra Ritonga, M, Azmi,C., Samosir ,S.R., dan Hutaaruk ,F.N. "Stunting dan Pencegahannya." *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat* 1.1 (2023): 18-26.
- Notoadmojo, s.(2010) *Ilmu Perilaku Kesehatan* . Jakarta : Rineka cipta
- Proverawati, A. Dan Wati, E (2020).*Perawatan Anak Usia Dini :Pendekatan Holistik*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Sugiono. 2019, *Metode Penelitian kuantitatif*. Bandung : Alfabeta.
- Septikasari, M. (2018). *Status Gizi Anak dan Faktor yang Mempengaruhi*.
- Supariasa,I. D.N., Bakri, B., dan Fajar,I. (2016).*Penilaian Status Gizi (Edisi Revisi)*. Jakarta; EGC.
- Supartini ,Y .(2019). *Konsep Dasar Keperawatan Anak*,Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran

ECG

- Suhenda, N., Rokhman, F., dan Wijayanti,R. (2020). *Bina Keluarg Balita: Strategi Penguatan Peran Keluarga dalam Pengasuhan Anak Usia Dini*. Yogyakarta : pustaka pelajar
- UNICEF. (2019). *The State of the World's Children 2019: Children, Food, and Nutrition*. New York: UNICEF
- WHO (2023). *Malnutrition Fact Sheet*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
- WHO (2005) WHO Child Growth Standars : *Length/height-for-age-, weight- for-age, weight-for-length, weigh-for-height and bod mass index for age :method and development*
- Widiyawati, R., & Idayanti, T. (2020). *Upaya Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 6 – 12 Bulan dengan Baby Massage di Desa Pungging Kecamatan Pungging Mojosari – Mojokerto*. *Journal of Community Engagement in Healt*

LAMPIRAN

TABEL HASIL KUNJUNGAN

Hari	Hasil Kunjungan
1	Penimbangan Berat Badan, Edukasi, serta melakukan <i>recall</i> 24 jam sebelum intervensi
2	Menganalisis penyebab permasalahan serta melakukan edukasi kepada orang tua balita
3	Memberikan edukasi mengenai pemberian makan yang seimbang dan bervariasi serta cara mengolah dan menyajikan makanan agar anak tertarik untuk makan.
4	Monitoring dan Evaluasi mengenai Edukasi yang di berikan , dan hasil Penimbangan Berat Badan Akhir,

Tabel 3
Kegiatan Bina Keluarga

Tanggal Pelaksanaan	Kegiatan penelitian
20 januari	Penimbangan berat badan awal dan <i>recall</i> 24 jam
22 januari	Analisis penyebab masalah dan pemberian edukasi
24 januari	Edukasi mengenai pemberian makan yang seimbang dan bervariasi serta cara pengolahan dan penyajian makanan
26 januari	Evaluasi dan penimbangan berat badan akhir

Sumber : Data Primer, 2025

Grafik 1
Perbandingan Berat Badan Awal dan Berat Badan Akhir

