

**KASUS BINA KELUARGA PADA BALITA GIZI KURANG DI WILAYAH  
PUSKESMAS PACCERAKKANG KECAMATAN BIRINGKANAYA  
KOTA MAKASAR**

*Case of family coaching for undernourished toddlers in paccerakkang public health center  
biringkanaya district makassar city*

**Maharani R<sup>1</sup>, Hijrah Asikin<sup>2</sup>, Abdullah Tamrin<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Mahasiswa Prodi Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar

<sup>2</sup>Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar

[mr161226@gmail.com](mailto:mr161226@gmail.com)

082187643267

**ABSTRACT**

*Undernutrition (underweight) is a condition of inadequate nutrient intake at a mild level with toddler nutritional status below the standard -3 SD to < -2 SD. This study aimed to determine changes in body weight and dietary intake of undernourished toddler in the Paccerakkang public health center area. This descriptive study involved one undernourished toddler selected by purposive sampling. Data were collected through antropometric measurements and a 24-hour food recall before and after family coaching intervention. Results showed a decrease in body weight from 9.4 kg to 9,2 kg, and a decrease in energy intake percentage (116.1% to 79.3%), protein (115.7% to 83.5%), and other nutrients. The decline in intake was influenced by illness (fever and diarrhea) during the intervention. In conclusion, a short intervention period was insufficient to improve toddler nutritional status. Mothers are advised to increase the frequency of balanced nutritious meals and practice good parenting.*

*Keywords: dietary intake, family coaching, undernourished toddler*

**ABSTRAK**

Gizi kurang (underweight) merupakan kondisi kekurangan asupan gizi pada tingkat ringan dengan status gizi balita berada di bawah standar -3 SD s.d. < -2 SD. Penelitian ini bertujuan mengetahui perubahan berat badan dan asupan balita gizi kurang di wilayah Puskesmas Paccerakkang. Penelitian deskriptif ini menggunakan subjek 1 balita gizi kurang yang dipilih secara purposive sampling. Data dikumpulkan melalui pengukuran antropometri dan food recall 24 jam sebelum dan setelah intervensi bina keluarga. Hasil menunjukkan penurunan asupan berat badan dari 9,4 kg menjadi 9,2 kg, serta penurunan persentase asupan energi (116,1% menjadi 79,3%), protein (115,7% menjadi 83,5%), dan zat gizi lainnya. Penurunan

asupan dipengaruhi kondisi sakit (demam dan diare) yang dialami balita selama intervensi. Disimpulkan bahwa intervensi singkat belum cukup meningkatkan status gizi balita. Disarankan ibu meningkatkan frekuensi pemberian makan bergizi seimbang dan pola asuh yang baik.

Kata kunci: asupan, balita gizi kurang, bina keluarga

## **PENDAHULUAN**

Gizi merupakan faktor penting yang memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan balita, termasuk kesehatan dan kecerdasan. Masa balita adalah periode emas yang menentukan kualitas kehidupan di masa depan (Tahar, 2021). Kekurangan gizi pada balita dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan, perkembangan, dan peningkatan risiko penyakit infeksi.

Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan prevalensi gizi kurang di Indonesia sebesar 15,9%, di Sulawesi Selatan 16,1%, dan di Kota Makassar 21,6%. Di Puskesmas Paccerakkang, data tiga bulan terakhir menunjukkan fluktuasi jumlah balita gizi kurang, yaitu 87 balita (Oktober), turun menjadi 34 balita (November), lalu meningkat menjadi 85 balita (Desember).

Bina keluarga merupakan salah satu bentuk pembinaan kepada orang tua balita untuk meningkatkan keterampilan pengasuhan, pemberian makan yang tepat, dan perbaikan gizi anak. Penelitian ini bertujuan mengetahui perubahan berat badan dan asupan balita gizi kurang setelah intervensi bina keluarga di wilayah Puskesmas Paccerakkang.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif untuk memperoleh gambaran perubahan berat badan dan asupan balita gizi kurang setelah intervensi bina keluarga. Lokasi penelitian di wilayah Puskesmas Paccerakkang, Kota Makassar, Sulawesi Selatan, pada Januari-Mei 2025. Subjek penelitian adalah satu balita dengan status gizi kurang yang dipilih menggunakan metode purposive sampling berdasarkan kriteria: tinggal di wilayah penelitian, balita berstatus gizi kurang, ibu dalam kondisi sehat, dan bersedia mengikuti penelitian.

## **HASIL**

Sebelum intervensi, berat badan balita adalah 9,4 kg dengan tinggi badan 78,9 cm. Setelah intervensi, berat badan menurun menjadi 9,2 kg dengan tinggi badan yang tetap. Status gizi berubah dari kategori berat badan kurang menjadi berat badan sangat kurang.

Perubahan asupan zat gizi juga terlihat pada hasil recall 24 jam. Sebelum intervensi, persentase kecukupan energi mencapai 116,1% dari kebutuhan, protein dari 115,7%, karbohidrat 129,7%, namun lemak hanya 79,9%. Untuk zat gizi mikro, vitamin A hanya terpenuhi 25,3% dari kebutuhan, vitamin C 43,5%, sedangkan vitamin B1, zat besi dan kalsium jauh melebihi kebutuhan.

Setelah intervensi, persentase kecukupan energi turun menjadi 79,3%, protein 83,5%, lemak 71,4%, karbohidrat 82,3%, vitamin A 46,7%, vitamin C 0%, vitamin B1 tetap tinggi (243%), zat besi dan kalsium masih melebihi kebutuhan.

## **PEMBAHASAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi bina keluarga dalam waktu singkat belum mampu meningkatkan status gizi balita. Bahkan, terjadi penurunan berat badan sebesar 200 gram dan penurunan asupan pada sebagian besar zat gizi. Penurunan berat badan kemungkinan besar dipengaruhi oleh kondisi kesehatan balita selama periode intervensi, yaitu demam dan diare.

Penurunan asupan energi, protein, lemak dan karbohidrat menunjukkan bahwa meskipun edukasi gizi telah diberikan, penyerapannya dalam pemberian makan belum optimal. Hal ini bisa dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain pola asuh, keterbatasan ekonomi, preferensi makanan anak, dan tingkat pengetahuan ibu yang masih perlu ditingkatkan (Andayani & Afnuhazi, 2022).

Kondisi kekurangan vitamin A dan vitamin C yang cukup signifikan baik sebelum maupun sesudah intervensi menjadi perhatian penting. Vitamin A berperan dalam menjaga kesehatan mata dan daya tahan tubuh, sedangkan vitamin C berfungsi meningkatkan sistem imun. Kekurangan kedua vitamin ini dapat memperburuk kondisi kesehatan balita dan meningkatkan risiko penyakit infeksi (Darwis, 2021).

## **KESIMPULAN**

Berat badan balita mengalami penurunan dari 9,4 kg menjadi 9,2 kg, dengan persentase asupan gizi juga menurun setelah intervensi bina keluarga. Periode intervensi yang singkat belum mampu memperbaiki status gizi.

## **SARAN**

Edukasi gizi perlu diberikan secara berkelanjutan dengan melibatkan keluarga. Konsumsi makanan bergizi, terutama protein hewani dan nabati harus ditingkatkan. Dinas kesehatan disarankan untuk mengembangkan model bina keluarga sebagai intervensi gizi rutin.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing, pihak Puskesmas Paccerrakkang, serta responden yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Andayani, R. P., & Afnuhazi, R. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Balita. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 5(2), 41–48.
- Darwis, D. Y. (2021). Status Gizi Balita. *Osf*.
- Tahar, T. N. L. (2021). Status Gizi Balita. *Jurnal Endurance*, 3(1), 146–152.

## LAMPIRAN

Tabel 1  
Status Gizi Balita

| Indeks  | BB/U                          | TB/U                | BB/TB                    |
|---------|-------------------------------|---------------------|--------------------------|
| Sebelum | -2,9 SD<br>(underweight)      | -3,5 SD<br>(Pendek) | -2,6 SD<br>(Gizi Kurang) |
| Sesudah | -3,5 SD<br>(BB Sangat Kurang) | -3,5 SD<br>(Pendek) | -2,8 SD<br>(Gizi Kurang) |

Tabel 2  
Asupan Zat Gizi Sebelum dan Setelah Intervensi

| Asupan Zat Gizi    | Sebelum Intervensi | Setelah Intervensi |
|--------------------|--------------------|--------------------|
| Energi (kkal)      | 1.510.3 (116,1%)   | 1.031.4 (79,3%)    |
| Protein (gram)     | 56,4 (115,7%)      | 40,7 (83,5%)       |
| Lemak (gram)       | 28,8 (79,9%)       | 25.79 (71,4%)      |
| Karbohidrat (gram) | 253,9 (129,7%)     | 160.6 (82,3%)      |
| Vit A (mcg)        | 73.2 (25.3%)       | 132.7 (46.7%)      |
| Vit B1 (mg)        | 0.99 (276.5%)      | 0.85 (243%)        |
| Vit C (mg)         | 12.6 (43.5%)       | 0                  |
| Fe (mg)            | 12.1 (240.2%)      | 6.26 (127.7%)      |
| Calsium (mg)       | 943.4 (200.7%)     | 519.9 (113.02%)    |