

**STUDI KASUS BINA KELUARGA PADA BALITA GIZI
KURANG DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS DAYA
KOTA MAKASSAR**
***CASE STUDY OF FAMILY DEVELOPMENT FOR MALNOURISHED
TODDLERS IN THE WORKING AREA OF DAYA HEALTH CENTER
MAKASSAR CITY***

Hasbiyah

Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar

Korespondensi: habiahbiah332@gmail.com / 083136069595

ABSTRACT

The Family Development Program is a strategic initiative by the government aimed at guiding parents to better understand the needs of their children's growth and development, including the fulfillment of balanced nutrition. Undernutrition in toddlers remains a serious issue that can have long-term effects on growth and development.

This study aims to assess the changes in nutritional status and dietary intake of undernourished toddlers before and after participating in the family development program. The method used is a descriptive case study involving two undernourished toddlers in the working area of Daya Health Center, Makassar City. Data were collected through anthropometric measurements and 24-hour food recall, both before and after a seven-day educational intervention.

The results showed an increase in body weight and nutrient intake after the intervention. Nutrition education for mothers proved effective in improving feeding practices and enhancing the nutritional status of toddlers.

Keywords : Undernutrition, Family Development, Nutritional Status, Dietary Intake

ABSTRAK

Bina keluarga merupakan program strategis pemerintah yang bertujuan membina orang tua agar memahami kebutuhan tumbuh kembang anak, termasuk dalam pemenuhan gizi seimbang. Gizi kurang pada balita merupakan masalah serius yang dapat berdampak jangka panjang terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perubahan status gizi dan asupan makan balita gizi kurang sebelum dan sesudah dilakukan bina keluarga. Metode yang digunakan adalah studi kasus deskriptif terhadap dua balita gizi kurang di wilayah kerja Puskesmas Daya, Kota Makassar. Data diperoleh melalui pengukuran

antropometri dan food recall 24 jam, sebelum dan sesudah intervensi edukatif selama tujuh hari.

Hasil menunjukkan peningkatan berat badan dan asupan zat gizi setelah intervensi. Edukasi kepada ibu terbukti efektif dalam meningkatkan praktik pemberian makan yang lebih tepat guna memperbaiki status gizi anak.

Kata kunci: Gizi kurang, Bina Keluarga, Status gizi, Asupan makan

PENDAHULUAN

Gizi pada balita merupakan salah satu indikator penting dalam menentukan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Balita yang mengalami kekurangan gizi akan cenderung memiliki pertumbuhan fisik yang terhambat, kemampuan belajar yang rendah, serta daya tahan tubuh yang lemah terhadap penyakit. Kondisi ini jika tidak segera ditangani, akan berdampak pada status kesehatan jangka panjang, termasuk risiko stunting dan wasting.

Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan bahwa angka prevalensi wasting di Sulawesi Selatan sebesar 8,3%, underweight sebesar 21,7%, dan stunting sebesar 27,2%. Data ini menunjukkan bahwa permasalahan gizi pada balita masih cukup tinggi dan menjadi tantangan serius dalam pembangunan kesehatan masyarakat.

Pemerintah Indonesia melalui Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) meluncurkan Program Bina Keluarga Balita (BKB) yang bertujuan untuk membina orang tua dalam hal pengasuhan anak, terutama pada 1000 hari pertama kehidupan. Program ini melibatkan edukasi kepada ibu balita mengenai kebutuhan gizi, pentingnya pemberian makanan bergizi, serta pemantauan tumbuh kembang anak.

Dalam konteks lokal, wilayah kerja Puskesmas Daya di Kota Makassar juga menjadi salah satu daerah yang masih memiliki angka gizi kurang cukup tinggi. Oleh karena itu, perlu dilakukan intervensi berupa kegiatan bina keluarga yang berfokus pada peningkatan pengetahuan dan keterampilan orang tua dalam pemberian makan anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain **deskriptif dengan pendekatan studi kasus**, yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Daya, Kota Makassar, pada bulan Januari 2025. Subjek penelitian adalah dua balita gizi kurang yang dipilih secara purposive berdasarkan hasil penimbangan berat badan menurut umur (BB/U).

Data dikumpulkan melalui **pengukuran antropometri** dan **food recall 24 jam** sebelum dan sesudah intervensi. Intervensi berupa **edukasi dan konseling gizi** kepada ibu balita menggunakan media poster yang dilakukan selama tujuh hari secara bertahap dan terstruktur.

Analisis dilakukan secara **deskriptif** dengan membandingkan perubahan berat badan, Z-score BB/U, dan asupan energi sebelum dan sesudah program bina keluarga.

HASIL

1. Perubahan Berat Badan dan Status Gizi Balita Sebelum dan Sesudah Intervensi

No	Kode Sampel	BB Sebelum (Kg)	BB Sesudah (Kg)	Z-Score BB/U Sebelum	Z-Score BB/U Sesudah
1	AZ	10.0	10.7	-2.13	-1.58
2	AB	10.0	10.5	-1.02	-0.61

2. Perubahan Asupan Energi dan Zat Gizi Makro Balita

No	Kode Sampel	Energi Sebelum (Kkal)	Energi Sesudah (Kkal)	Protein Sebelum (g)	Protein Sesudah (g)
1	AZ	64,67%	75,87%	82,30%	86,92%
2	AB	69,59%	71,42%	94,84%	96,80%

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perubahan status gizi dan asupan makan balita gizi kurang sebelum dan setelah dilakukan intervensi melalui program Bina Keluarga. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa kedua balita mengalami peningkatan berat badan dan perbaikan status gizi setelah dilakukan edukasi dan konseling gizi selama tujuh hari. Sebelum intervensi, kedua balita berada pada kategori gizi kurang berdasarkan Z-score BB/U. Setelah intervensi, nilai Z-score menunjukkan perbaikan, meskipun belum mencapai kategori normal. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi edukatif meskipun sederhana, mampu mendorong perbaikan status gizi balita dalam waktu singkat. Peningkatan berat badan merupakan indikator awal yang sensitif terhadap perubahan asupan energi. Edukasi yang diberikan membantu ibu balita lebih memahami pentingnya frekuensi makan, porsi, dan kualitas makanan yang diberikan. Asupan energi dan protein meningkat setelah dilakukan edukasi. Sebelumnya, pola makan anak cenderung monoton dan kurang bervariasi. Setelah mendapatkan edukasi, ibu balita mulai memberikan menu yang lebih beragam, termasuk makanan sumber protein hewani dan nabati, serta sayur dan buah. Edukasi dilakukan melalui pendekatan sederhana namun komunikatif, seperti

poster dan diskusi langsung. Cara ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi anak.

Program Bina Keluarga berperan penting sebagai wadah edukasi dan pendampingan keluarga, terutama dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Hasil penelitian ini sejalan dengan studi lain yang menunjukkan bahwa intervensi berbasis keluarga mampu memperbaiki pola asuh dan meningkatkan status gizi anak.

Meskipun waktu intervensi hanya berlangsung selama tujuh hari, hasilnya menunjukkan dampak positif yang signifikan, yang jika dilanjutkan secara konsisten, berpotensi meningkatkan status gizi secara berkelanjutan.

PENUTUP

Kesimpulan

1. Terdapat peningkatan berat badan dan status gizi balita setelah dilakukan bina keluarga.
2. Asupan energi kedua balita meningkat setelah diberikan edukasi gizi selama tujuh hari.
3. Edukasi gizi kepada ibu terbukti efektif memperbaiki praktik pemberian makan anak.

Saran

1. Dinas Kesehatan dan Puskesmas diharapkan terus melaksanakan kegiatan bina keluarga secara berkala.
2. Ibu balita disarankan mengikuti kelas gizi untuk meningkatkan pemahaman pola makan sehat.
3. Penelitian selanjutnya diharapkan mencakup sampel yang lebih banyak dan jangka waktu intervensi yang lebih panjang.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2020). *Modul Kader Bina Keluarga Balita (BKB)*. Jakarta: BKKBN.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022*. Jakarta: Kemenkes RI.
- UNICEF Indonesia. (2023). *Nutrition Brief: Wasting and Its Impact on Children*. Jakarta: UNICEF.
- Almatsier, S. (2019). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia.
- Supariasa, I.D.N., Bakri, B., & Fajar, I. (2016). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Damanik, M.R. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Perubahan Pola Pemberian Makan pada Ibu Balita. *Jurnal Gizi Indonesia*, 9(1), 45-52.