

***Pelatihan Penilaian Status Gizi Anak Sebagai Upaya Pencegahan Gangguan Gizi Pada Anak Disusun 3 Desa Srikuncoro***

***The training on assessing the nutritional status of children as an effort to prevent nutritional disorders in children was conducted in 3 villages in Srikuncoro.***

**Ida Samida<sup>1\*</sup>, Desi Lastari<sup>2</sup>, Echi Rianchi<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Prodi Kesehatan masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Bengkulu, Bengkulu Indonesia

\*Email Korespondensi : [idasamidah@yahoo.com](mailto:idasamidah@yahoo.com)

**Article History:**

Received: 24 August 2024

Revised: 13 September 2024

Accepted: 10 September 2024

**Keywords:** *Nutritional status, nutritional problem*

**Abstract**

*This training aims to describe the assessment of children's nutritional status as an effort to prevent nutritional disorders in parents of children under 12 years of age in hamlet 3 of Srikuncoro village, Central Bengkulu district. Based on observations, there are still parents who do not understand how to assess their child's nutritional status. In fact, assessing children's nutritional status is important for preventing nutritional disorders in their children in order to avoid nutritional problems so that children's health is always maintained. It is not only Hamlet 3, Srikuncoro village, Central Bengkulu district that does not understand this nutritional status assessment, in fact throughout Indonesia there are still many parents who do not understand the nutritional status assessment of their own children. There have been many cases of nutritional problems in children under 12 years of age, therefore training was held on assessing the nutritional status of children in Hamlet 3.*

**ata Kunci:** Status gizi, masalah gizi

**Abstrak**

Pelatihan ini bertujuan untuk mendeskripsikan tentang penilaian status gizi anak sebagai Upaya pencegahan gangguan gizi, pada orang tua anak di bawah umur 12 tahun di dusun 3 desa srikuncoro kabupaten Bengkulu Tengah. Berdasarkan pengamatan masih terdapat orang tua yang belum mengerti tentang bagaimana cara menilai status gizi anak mereka. Padahal penilaian status gizi anak itu adalah hal yang penting untuk pencegahan gangguan gizi pada anak mereka agar terhindar dari masalah gizi sehingga Kesehatan anak selalu terjaga. Bukan hanya Dusun 3 desa srikuncoro kabupaten Bengkulu Tengah saja yang belum mengerti tentang penilaian status gizi ini, bahkan di seluruh Indonesia pun masih banyak orang tua yang belum paham akan penilaian status gizi pada anak mereka sendiri. Sudah banyak sekali kasus-kasus tentang masalah gizi pada anak di bawah usia 12 tahun, maka dari itu diadakannya pelatihan tentang penilaian status gizi pada anak di dusun 3 ini.

**PENDAHULUAN**

Masalah gizi pada hakekatnya adalah masalah kesehatan masyarakat, dan penyebabnya dipengaruhi oleh berbagai faktor yang terkait satu dengan yang lainnya. Kualitas bangsa di masa

depan akan sangat dipengaruhi keadaan status gizi pada saat ini, salah satunya pada anak remaja. Akibat gizi buruk dan kurang bagi seseorang akan memengaruhi kualitas hidupnya kelak (Prasetyawati, 2012 dalam Manumbalang dkk., 2017). Gizi kurang dapat meningkatkan risiko terhadap penyakit infeksi dan gizi lebih dengan akumulasi lemak tubuh yang berlebih atau obesitas dapat meningkatkan risiko menderita penyakit degeneratif (Utami & Setyarini, 2017). Status gizi pada kelompok remaja sangat jarang terpantau dan hal tersebut merupakan salah satu penyebab penyelesaian masalah gizi pada kelompok usia remaja tidak optimal.

Data Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa di Indonesia 25,7% remaja usia 13-15 tahun dan 26,9% remaja usia 16-18 tahun dengan status gizi pendek dan sangat pendek, terdapat pula sekitar 8,7% remaja berusia 13-15 tahun dan 8,1% berusia 16-18 tahun mengalami status kurang yaitu kurus dan sangat kurus. Adapun remaja yang mengalami berat badan lebih dan obesitas adalah 16,0% pada remaja berusia 13-15 tahun dan 13,5% pada remaja berusia 16-18 tahun. Prevalensi gizi lebih di Jawa Barat pada remaja usia 16-18 tahun sebanyak 10,9%, lebih tinggi prevalensinya pada penduduk yang tinggal di perkotaan (10,7%) dibandingkan dengan pedesaan (8,1%) (Riskesdas, 2019). Berdasarkan Studi Status Gizi Indonesia (SSGI), Kota Sukabumi tercatat sebagai wilayah dengan kasus stunting pada angka 19,1%.

Status gizi seseorang tergantung dari asupan gizi dan kebutuhannya, jika antara asupan gizi dengan kebutuhan tubuhnya seimbang, maka akan menghasilkan status gizi baik. Kebutuhan asupan gizi setiap individu berbeda antarindividu, hal ini tergantung pada usia, jenis kelamin, aktivitas, berat badan, dan tinggi badan. Di dusun 3 desa srikuncooro masih ada orang tua yang belum tau Bagaimana cara mengetahui status gizi anak mereka. Bahkan mereka kurang menyadari akan status gizi anak tersebut dapat mempengaruhi masalah gizi suatu saat nanti. Untuk mengatasi ini, lebih baik mengadakan pelatihan kepada Masyarakat dusun 3 untuk menjaga status gizi anak mereka agar terhindar dari masalah gizi yang akan terjadi pada anak mereka suatu saat nanti.

Bahkan masalah gizi pada anak dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak, dengan faktor berat badan yang tidak normal seperti kelebihan berat badan dan kekurangan berat badan, dan tinggi badan yang tidak normal seperti tinggi dan berat badan tidak ideal. Status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau perwujudan nutrire dalam bentuk variabel tertentu, status gizi optimal adalah keseimbangan antara asupan dan kebutuhan zat gizi.

Tujuan penilaian status gizi karena masalah gizi adalah masalah kesehatan masyarakat, dan penyebabnya dipengaruhi oleh berbagai faktor yang terkait satu dengan yang lainnya. Kualitas bangsa di masa depan akan sangat dipengaruhi keadaan status gizi pada saat ini, salah satunya pada anak remaja. Akibat gizi buruk dan kurang bagi seseorang akan memengaruhi kualitas hidupnya kelak. Dengan adanya pelatihan ini pun diharapkan agar orang tua dapat mengerti betapa pentingnya penilaian status gizi pada anak mereka. Dan dapat membuat mereka lebih meningkatkan pengetahuan tentang status gizi anak mereka.

Tujuan utama dari dokumentasi penilaian status gizi pada anak adalah untuk memberikan pengetahuan kepada orang tua bagaimana cara mengetahui status gizi anak dan untuk melakukan penilaian status gizi pada anak sebagai Upaya pencegahan masalah gizi pada anak mereka sebelum anak mereka menderita gangguan gizi. Malnutrisi menjadi salah satu tantangan kesehatan global. Status gizi anak dipengaruhi oleh praktik pengasuhan, asupan makanan anak, dan lingkungan yang sehat. Pemberdayaan perempuan merupakan faktor penting dalam pengasuhan anak dan menentukan status kesehatan anak.

Kekurangan asupan makanan juga disebabkan oleh perilaku atau pola asuh orang tua pada anak yang kurang baik. Dalam rumah tangga sebetulnya tersedia cukup makanan, tetapi distribusi makanan tidak tepat atau pemanfaatan potensi dalam rumah tangga tidak tepat, misalnya orang tua lebih mementingkan memakai perhiasan dibandingkan untuk menyediakan makanan bergizi. Anak usia prasekolah mempunyai kebiasaan makan yang khas yang dipengaruhi oleh pengetahuan ibu. Status gizi anak dipengaruhi oleh pola makan, penyakit infeksi dan pengetahuan ibu tentang gizi.

Sedangkan tujuan khusus dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan orang tua dalam merawat anak mereka dengan cara menilai status gizi anak mereka tanpa harus di suruh atau dipaksa oleh petugas pelayanan Kesehatan. Serta mengatasi masalahh gizi anak yang sudah terjadi didusun 3, setelah pelatihan ini pun diharapkan dukungan dari pihak tokoh Masyarakat, puskesmas

dan Masyarakat lain untuk mengajak semua Masyarakat untuk melakukan penilaian status gizi anak sebagai Upaya pencegahan masalah gizi agar anak selalu tumbuh dan berkembang dengan baik.

## METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan pengabdian ini dilaksanakan di dusun 3 Desa Srikunoro Kabupaten Bengkulu Tengah, selama kurang lebih 1 bulan dari tanggal 3 juni sampai dengan tanggal 3 juli 2024. Pelaksanaan dilakukan dengan observasi dan sosialisasi. Dengan adanya bersosialisasi dengan Masyarakat di dusun 3 dapat memudahkan beradaptasi dengan lingkungan baru, melatih kemampuan sosialisasi, komunikasi serta mengajari sesama manusia dan cara ini sangat berguna bagi seluruh Masyarakat. Observasi salah satu metode yang terdapat di dalam pembelajaran dengan langsung datang ke Lokasi yang nantinya akan digunakan untuk diamati serta diteliti.

Media yang dapat digunakan dalam edukasi gizi yaitu dengan menggunakan alat peraga. Alat peraga adalah alat digunakan dalam pengajaran untuk menyampaikan sesuatu atau bahan ajar, karena pengetahuan setiap manusia diterima atau ditangkap melalui panca indera sehingga pengetahuan yang diperoleh lebih jelas.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam pengabdian ini dengan cara menyebarkan kuesioner kepada Masyarakat dusun 3 desa srikunoro kecamatan pondok kelapa Bengkulu Tengah , penyebaran kuesioner dilakukan dengan cara *door to door* ke rumah Masyarakat yang digunakan untuk mengetahui permasalahan yang ada dilapangan. Melakukan pelatihan penilaian status gizi.

Untuk dapat meningkatkan pengetahuan pada orang tua di dusun 3 desa srikunoro kabupaten Bengkulu Tengah kami menggunakan metode pengabdian : Metode pelatihan terhadap orang tua di dusun 3 dengan memberikan sedikit materi dan melakukan praktek mengukur tinggi badan dan menimbang berat badan sebagai salah satu cara untuk mengetahui status gizi anak sudah ideal atau belum dan mudah untuk di praktekan secara langsung.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilakukan oleh mahasiswa universitas Muhammadiyah Bengkulu yang berlokasi di dusun 3 desa srikunoro kecamatan pondok kelapa kabupaten Bengkulu Tengah . kegiatan pengabdian ini dilakukan karena ingin mewujudkan tumbuh kembang anak yang baik dan sehat yang dapat di lihat dengan cara penilaian status gizi anak untuk menumbuhkan kesadaran mengenai pentingnya penilaian status gizi terhadap tumbuh kembang anak di dusun 3 desa srikunoro kabupaten Bengkulu Tengah dan mengetahui pentingnya status gizi yang baik untuk anak di dusun 3.



Gambar 1. Kegiatan menimbang berat badan anak

### **Praktek menimbang berat badan anak untuk menilai status gizi anak**

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilakukan oleh mahasiswa universitas Muhammadiyah Bengkulu pada Masyarakat didusun 3 desa srikuncoro tentang penilaian status gizi anak di dusun 3 desa srikuncoro kecamatan pondok kelapa kabupaten Bengkulu Tengah secara umum penilaian status gizi sesudah pelatihan mencapai target sedang/cukup dikarenakan kurangnya pengetahuan orang tua tentang penilaian status gizi. Berdasarkan hasil penelitian peneliti mengamati bahwa ,masyarakat masih belum mengetahui penilaian status gizi pada anak. Masalah status gizi yang terjadi pada anak memperjelas bahwa pengetahuan orang tua sangat kurang dan diharapkan para orang tua lebih memperhatikan gizi pada anak mereka. Oleh karena itu perlu dilakukan kegiatan intervensi yang dapat meningkatkan pengetahuan tentang status gizi pada anak.

### **Praktek mengukur tinggi badan anak**



Gambar 2. Kegiatan mengukur tinggi badan anak

Hasil kegiatan diatas menunjukkan ada Sebagian anak yang menderita masalah gizi yang di sebabkan kurangnya pengetahuan orang tua tentang status gizi anak mereka dan kurangnya edukasi dan pemberian informasi tentang penilaian status gizi anak sebagai Upaya pencegahan masalah gizi. Zat gizi diperoleh dari makanan dan minuman yang dikonsumsi setiap hari. Zat gizi ini diperlukan oleh tubuh manusia untuk membangun sel tubuh, mempertahankan dan memperbaiki berbagai jaringan organ tubuh agar berfungsi secara optimal.

Masalah gizi memiliki konsekuensi antar-generasi. Tiga penyebab langsung yang mempengaruhi status gizi adalah kecukupan konsumsi pangan, aktivitas fisik, dan status kesehatan/kejadian infeksi yang saling mempengaruhi dan berinteraksi.

Dari kegiatan diatas dapat diketahui Sebagian besar Masyarakat memiliki kriteria cukup baik dalam memahami apa yang telah disampaikan oleh tim pelatihan dari anggota tim PBL. Usia dibawah 12 tahun adalah usia Dimana anak sangat membutuhkan asupan gizi yang baik untuk menunjang tumbuh kembang anak. Pemberian informasi tentang penilaian status gizi anak kepada para orang tua harus menggunakan Bahasa yang mudah mereka pahami dan mereka mengerti, mereka juga harus di berikan contoh bagaimana cara menilai status gizi anak dengan cara mengukur tinggi badan anak dan menimbang berat badan anak. Peran orang tua sangat penting terhadap tumbuh kembang anak untuk membimbing anak, mengontrol status gizi anak, memberikan makanan yang sehat



Sitompul, M. P., & Herdayati, M. (2024). Hubungan Pemberdayaan Perempuan dalam Rumah Tangga dengan Status Gizi Anak pada Beberapa Negara di Afrika dan Asia: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(1), 58-64.