



Pelatihan Keluarga Sehat Dalam Menangani Gizi Buruk Pada Anak Di Blang Miro Kecamatan Simpang Tiga

Zuheri ^{*1}

¹Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23374, Indonesia.

*Email korespondensi: zuheri_fk@abulyatama.ac.id¹

Diterima 13 Agustus 2023; Disetujui 15 September 2023; Dipublikasi 02 September 2023

Abstract: Malnutrition in children is a health issue that affects growth, mental development, and increases the risk of mortality. In several areas, including Blang Miro, malnutrition cases persist due to a lack of awareness regarding balanced nutrition and healthy eating habits. Therefore, training healthy families to address malnutrition is a crucial step in enhancing parents' awareness and skills in maintaining their children's health. This training was conducted in Blang Miro Village, Simpang Tiga District, Aceh Besar, using lectures and interactive discussions. Participants received material on the concept of healthy families, signs of malnutrition, and strategies to fulfill children's nutritional needs using locally available food sources. The training successfully improved participants' understanding of the importance of balanced nutrition for children. Additionally, participants became more aware of malnutrition prevention and were able to implement the strategies provided in their daily lives. Healthy family training is effective in increasing community awareness and knowledge on how to prevent and manage malnutrition in children. It is hoped that this program can be implemented continuously to reduce malnutrition rates in high-risk areas.

Keywords: *Malnutrition; Healthy Family; Nutrition Training.*

Abstrak: Gizi buruk pada anak merupakan permasalahan kesehatan yang dapat berdampak pada pertumbuhan, perkembangan mental, serta meningkatkan risiko kematian. Di beberapa daerah, termasuk Blang Miro, kasus gizi buruk masih ditemukan akibat kurangnya pemahaman masyarakat tentang pola makan sehat dan pemenuhan gizi seimbang. Oleh karena itu, pelatihan keluarga sehat dalam menangani gizi buruk menjadi langkah penting untuk meningkatkan kesadaran dan keterampilan orang tua dalam menjaga kesehatan anak. Kegiatan pelatihan ini dilakukan di Desa Blang Miro, Kecamatan Simpang Tiga, Aceh Besar, dengan metode ceramah dan diskusi interaktif. Peserta diberikan materi mengenai konsep keluarga sehat, tanda-tanda gizi buruk, serta cara memenuhi kebutuhan gizi anak dengan bahan pangan yang tersedia di lingkungan sekitar. Pelatihan ini berhasil meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya pemenuhan gizi yang seimbang bagi anak. Selain itu, peserta lebih sadar akan pentingnya pencegahan gizi buruk dan dapat menerapkan strategi yang telah diberikan dalam kehidupan sehari-hari. Pelatihan keluarga sehat efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai cara menangani serta mencegah gizi buruk pada anak. Diharapkan program ini dapat diterapkan secara berkelanjutan untuk menekan angka gizi buruk di daerah dengan kasus yang masih tinggi.

Kata kunci : *Gizi Buruk; Keluarga Sehat; Pelatihan Gizi.*

Gizi buruk pada anak merupakan permasalahan kesehatan yang masih menjadi perhatian serius, terutama di daerah dengan keterbatasan akses terhadap makanan bergizi dan layanan kesehatan. Masalah gizi buruk tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan mental, kecerdasan, dan produktivitas mereka di masa depan. Fenomena ini sering kali sulit terdeteksi karena banyak kasus yang tidak tercatat atau tidak mendapatkan penanganan yang optimal.

Fenomena kasus balita gizi buruk menyerupai layaknya fenomena gunung es, jumlah kasus yang muncul lebih sedikit. Namun pada hakekatnya masih banyak kasus balita gizi buruk yang tersembunyi yang belum diungkap secara maksimal. Belum lagi kasus lama yang telah tercatat namun mengalami drop out dari pemantauan, penanganan dan pencatatan lanjut dari petugas. Angka ini diperkirakan sama besarnya dengan angka jumlah kasus yang belum tercatat sama sekali (Wahyuni et al., 2020).

Gizi buruk merupakan suatu keadaan yang dapat menyebabkan kualitas hidup manusia menurun dan meningkatnya resiko angka kematian, kesakitan, gangguan pertumbuhan fisik serta gangguan perkembangan mental dan kecerdasan. Upaya pemerintah dalam mengatasi masalah gizi buruk, upaya perbaikan gizi pada bayi dan balita, pemerintah ikut serta bertanggung jawab dalam menetapkan standar pelayanan gizi dan mutu pelayanan gizi sesuai dengan kemajuan ilmu dan teknologi yang ada guna peningkatan mutu gizi (Umami & Farida,

2022).

Pemerintah telah melakukan berbagai upaya dalam menangani masalah gizi buruk, seperti program pemberian makanan tambahan (PMT), intervensi gizi melalui Posyandu, serta sosialisasi mengenai pentingnya gizi bagi tumbuh kembang anak. Namun, program ini masih menghadapi berbagai kendala, terutama dalam hal efektivitas dan keberlanjutan. Salah satu langkah strategis yang dapat dilakukan adalah dengan meningkatkan peran keluarga dalam pencegahan dan penanganan gizi buruk melalui pelatihan dan edukasi yang tepat.

KAJIAN PUSTAKA

1. Gizi Buruk dan Dampaknya pada Anak

Wahyuni et al. (2020) menjelaskan bahwa gizi buruk pada anak dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan, keterlambatan perkembangan kognitif, serta meningkatkan risiko penyakit infeksi dan kematian dini. Masalah ini sering terjadi akibat asupan gizi yang tidak mencukupi dalam jangka panjang.

2. Pentingnya Nutrisi Seimbang untuk Anak

Umami & Farida (2022) menyoroti bahwa pemenuhan gizi seimbang sangat penting bagi tumbuh kembang anak. Nutrisi yang cukup akan mendukung perkembangan fisik, kognitif, serta daya tahan tubuh yang lebih baik.

3. Faktor Penyebab Gizi Buruk

WHO (2021) mengidentifikasi beberapa faktor utama penyebab gizi buruk pada anak, antara lain kemiskinan, kurangnya edukasi gizi, keterbatasan akses terhadap makanan bergizi,

serta praktik pemberian makan yang kurang tepat di lingkungan keluarga.

4. Strategi Pencegahan Gizi Buruk

Kementerian Kesehatan RI (2022) menekankan pentingnya pendekatan berbasis keluarga dan masyarakat dalam mencegah gizi buruk. Salah satu strategi yang efektif adalah edukasi gizi kepada keluarga agar mampu menyediakan makanan yang sehat dan bergizi bagi anak-anak.

5. Pentingnya Pelatihan Gizi bagi Orang Tua

UNICEF (2021) menyatakan bahwa meningkatkan pemahaman orang tua mengenai gizi anak melalui pelatihan dapat membantu menurunkan angka gizi buruk. Orang tua yang memiliki pengetahuan lebih baik tentang pola makan sehat cenderung memberikan asupan gizi yang lebih seimbang bagi anak-anak mereka.

6. Peran Pangan Lokal dalam Pemenuhan Gizi

Black et al. (2013) menyoroti bahwa penggunaan bahan pangan lokal yang kaya nutrisi dapat menjadi solusi efektif dalam mengatasi gizi buruk. Pemanfaatan sumber daya lokal tidak hanya meningkatkan ketahanan pangan, tetapi juga membantu masyarakat dalam menyediakan makanan bergizi dengan biaya yang lebih terjangkau.

7. Intervensi Gizi dan Peran Posyandu

Santoso (2020) menjelaskan bahwa intervensi gizi melalui program Posyandu sangat efektif dalam mendeteksi dini kasus gizi buruk

serta memberikan pendampingan bagi keluarga dalam memperbaiki pola makan anak.

8. Hubungan Status Sosial Ekonomi dengan Gizi Buruk

Smith & Haddad (2015) menemukan bahwa faktor sosial ekonomi sangat berpengaruh terhadap status gizi anak. Keluarga dengan pendapatan rendah cenderung mengalami kesulitan dalam menyediakan makanan sehat, yang berkontribusi pada tingginya angka gizi buruk.

9. Gizi Buruk dan Perkembangan Kognitif Anak

Hardinsyah & Briawan (2018) menyebutkan bahwa anak-anak yang mengalami gizi buruk berisiko mengalami keterlambatan perkembangan kognitif dan intelektual. Hal ini dapat berdampak jangka panjang pada prestasi akademik dan produktivitas kerja di masa depan.

10. Efektivitas Kampanye Kesadaran Gizi dalam Mencegah Gizi Buruk

Beal et al. (2018) menunjukkan bahwa kampanye kesadaran gizi yang dilakukan secara berkelanjutan mampu meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya pemenuhan gizi, sehingga dapat membantu menekan angka gizi buruk pada anak-anak.

Kajian pustaka ini menunjukkan bahwa edukasi gizi bagi keluarga memiliki peran penting dalam menekan angka gizi buruk dan meningkatkan kesejahteraan anak. Pelatihan keluarga sehat menjadi salah satu langkah strategis untuk mengatasi permasalahan ini secara efektif dan berkelanjutan

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pada program pengabdian kepada masyarakat ini disusun secara sistematis:

1. Tahap Persiapan

Kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan adalah :

1. Survei tempat pelaksanaan kegiatan
2. Pengurusan administrasi dan perizinan tempat pengabdian masyarakat
3. Persiapan materi penyuluhan

2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat akan dilakukan setelah persiapan dan perizinan selesai. Kegiatan ini akan dilakukan di desa Blang Miro, Aceh Besar. Dalam pelaksanaan kegiatan ini sasaran masyarakat desa Blang Miro dan akan dijelaskan materi berupa pentingnya Pelatihan Keluarga Sehat dalam Menangani Gizi Buruk pada Anak Di Blang Miro Kec. Simpang Tiga, setelah pemberian materi selesai kemudian peserta diberikan kesempatan bertanya dan diberikan waktu 60 menit untuk sesi tanya jawab, bagi masyarakat yang bertanya diberikan hadiah/doorprize.

3. Pembuatan Laporan Pengabdian

Laporan pengabdian dibuat sebagai bentuk hasil akhir dari kegiatan pengabdian yang telah dilakukan agar nantinya manfaat dari pengabdian itu benar-benar tercapai.

4. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi merupakan tahapan yang dilakukan untuk menilai kegiatan secara keseluruhan dan meninjau kembali apakah

terdapat kekurangan-kekurangan selama kegiatan. Tahap evaluasi ini bertujuan agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan dengan efektif dan sesuai dengan yang diharapkan. Tahap evaluasi difokuskan terhadap kemampuan masyarakat menerapkan perilaku dalam cara pemenuhan gizi keluarga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “Pelatihan Keluarga Sehat dalam Menangani Gizi Buruk pada Anak Di Blang Miro Kec. Simpang Tiga” yang diikuti 20 staf Puskesmas Simpang Tiga dengan baik dan lancar sesuai dengan harapan.

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan dalam bentuk ceramah dan diskusi tanya jawab terperinci.

1) Pelaksanaan Pengabdian

2) Pembukaan

Pembukaan kegiatan diawali oleh kepala desa beserta dengan pengenalan tim penyuluhan.

3) Penyampaian Materi

Materi pengabdian masyarakat disampaikan kepada peserta mengenai Pelatihan Keluarga Sehat dalam Menangani Gizi Buruk pada Anak Di Blang Miro Kec. Simpang Tiga. Materi yan disampaikan ± 40 Menit.

4) Diskusi/Tanya Jawab

Setelah selesai penyampaian materi kepada masyarakat, dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab.

5) Penutup

Kegiatan pengabdian masyarakat diakhiri dengan melakukan foto bersama dengan masyarakat.

2. Output

Output yang diperoleh dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu masyarakat desa blang miro lebih meningkat pengetahuannya mengenai Pelatihan Keluarga Sehat dalam Menangani Gizi Buruk pada Anak Di Blang Miro Kec. Simpang Tiga.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan kepada masyarakat memberikan pengetahuan tentang laboratorium dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap Pelatihan Keluarga Sehat dalam Menangani Gizi Buruk pada Anak Di Blang Miro Kec. Simpang Tiga. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi tanya jawab. Dan untuk Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang Pelatihan Keluarga Sehat dalam Menangani Gizi Buruk pada Anak Di Blang Miro Kec. Simpang Tiga.

Saran

Diperlukan penyuluhan dan pelatihan rutin bagi orang tua mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang untuk anak guna mencegah gizi buruk. Materi edukasi harus mencakup cara memilih, mengolah, dan menyajikan makanan bergizi dengan memanfaatkan bahan pangan lokal.

Posyandu dan tenaga kesehatan diharapkan lebih aktif dalam melakukan pemantauan pertumbuhan anak dan memberikan

edukasi gizi secara berkala kepada masyarakat. Perlu adanya pelatihan tambahan bagi kader Posyandu agar mereka dapat memberikan informasi yang lebih akurat tentang pencegahan dan penanganan gizi buruk.

DAFTAR PUSTAKA

- Wahyuni, L., Nasution, Z., & Tarigan, J. (2020). Fenomena Gizi Buruk di Wilayah Kerja Puskesmas Peusangan. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 13(2), 62–68. <https://doi.org/10.33860/jik.v13i2.34>
- Umami, N. A., & Farida, E. (2022). Evaluasi Program Theurapetic Feeding Center dalam Upaya Penanganan Kasus Gizi Buruk pada Balita di Kabupaten Tegal. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 2(1), 67–74. <https://doi.org/10.15294/ijphn.v2i1.50214>
- WHO. (2021). *Malnutrition in Children: Global Report on Nutritional Deficiencies and Solutions*. Geneva: World Health Organization.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Pedoman Pencegahan dan Penanganan Gizi Buruk di Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- UNICEF. (2021). *Child Nutrition and Malnutrition Prevention Strategies*. New York: UNICEF.

Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., et al. (2013). Maternal and Child Undernutrition and Overweight in Low-Income and Middle-Income Countries. *The Lancet*, 382(9890), 427–451.

Santoso, H. (2020). Peran Keluarga dalam Pencegahan Gizi Buruk pada Anak Balita. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 112–120.

Hardinsyah, R., & Briawan, D. (2018). Peran Gizi dalam Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 14(1), 45–52.

Smith, L. C., & Haddad, L. (2015). Reducing Child Malnutrition: The Role of Agriculture and Food Security. *Food Policy*, 51, 1–10.

Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., et al. (2018). A Review of Child Stunting Determinants and Interventions in Indonesia. *Maternal & Child Nutrition*, 14(4), e12617.