p-ISSN: 2598-1218
e-ISSN: 2598-1226
Volume 8 Nomor 2 Tahun 2025
DOI : 10.31604/jpm.v8i2.575-580

OPTIMALISASI PERAN KELUARGA DALAM PENCEGAHAN WASTING MELALUI HEALTH EDUCATION TENTANG GIZI DAN TUMBUH KEMBANG ANAK

Risna Damayanti, Weny Anggraini Adhisty, Muh. Ishak, Sri Andini, Juita

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat
risnadamayantiharis86@gmail.com

Abstract

The growth and development of children is highly dependent on the fulfillment of nutritional intake, starting from pregnancy and even sinse adolescent mothers. To achieve this optimally, children need to get balanced nutrition in adequate quantity and quality, children's health and stimulation that is appropriate for their age stage also play an important role. It is important for mothers and families to understand and provide the best food, adjusted to the ability and availability of foodstuffs. One of the health problems regarding nutritional fulfillment in toddlers other than stunting is wasting. Wasting is known as a thin child who shows acute and severe weight loss so that the child is at risk of various diseases due to malnutrition, lack of immunity and even intellectual disorders even causing death. To avoid this happening to children, it is necessary to optimize the role of the family, one of which is by increasing and increasing family knowledge about nutrition and child growth and development through health education. This community service activity was carried out with community partners in Baurung Village, East Banggae District, which was attended by as many as 25 mothers, mothers' knowledge about nutrition, and wasting was measured using questionnaires before and after being given education. The average value of mothers' knowledge before the activity was 6.80, while the average value of mothers' knowledge after the activity was 7.92. In conclusion, educational activities have succeeded in creasing mothers' knowledge. It is hoped that providing an opurtunity to change unhealthy behaviors related to nutrition and diet. Educated parents will be more likely to make better food choices and practice parenting that supports the child's health to prevent wasting.

Keywords: Child Growth and Development, Family Role, Health Education, Nutrition.

Abstrak

Pertumbuhan dan perkembangan anak sangat tergantung pada pemenuhan asupan gizi, dimulai sejak masa kehamilan bahkan sejak ibu remaja. Untuk mencapai hal tersebut secara optimal, anak- anak perlu mendapatkan nutrisi seimbang dalam jumlah dan kualitas yang memadai, Kesehatan anak dan stimulasi yang sesuai dengan tahapan usianya juga berperan penting. Penting bagi ibu dan keluarga untuk memahami dan menyediakan makanan terbaik, disesuaikan dengan kemampuan dan ketersediaan bahan makanan. Salah satu permasalahan Kesehatan mengenai pemenuhan gizi pada balita selain stunting adalah wasting. Wasting dikenal dengan anak kurus yang menunjukkan penurunan berat badan akut dan parah sehingga anak beresiko terkena berbagai penyakit akibat kurang gizi, imun yang kurang bahkan juga gangguan kecerdasan dan intelektual bahkan menyebabkan kematian. Untuk menghindari hal tersebut terjadi pada anak maka perlu mengoptimalkan peran keluarga, salah satunya dengan menambah dan meningkatkan pengetahuan keluarga tentang gizi dan tumbuh kembang anak melalui Health Education. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan mitra Masyarakat kelurahan Baurung, Kecamatan Banggae Timur, yang dihadiri sebanyak 25 orang Ibu, pengetahuan ibu tentang gizi, dan wasting diukur dengan menggunakan kuisioner sebelum dan setelah diberikan edukasi. Rata-rata nilai pengetahuan ibu sebelum kegiatan adalah 6,80, sedangkan rata-rata nilai pengetahuan ibu setelah kegiatan adalah 7,92. Kesimpulannya kegiatan edukasi berhasil meningkatkan pengetahuan ibu. Diharapkan Pemberian edukasi kepada keluarga memberikan kesempatan untuk mengubah perilaku yang tidak sehat terkait gizi dan pola makan. Orang tua yang teredukasi akan lebih mungkin untuk membuat pilihan

makanan yang lebih baik dan mempraktikkan pola asuh yang mendukung Kesehatan anak untuk mencegah terjadinya wasting..

Keywords: Gizi, Health education, Peran Keluarga, Tumbuh Kembang Anak.

PENDAHULUAN

Kebutuhan nutrisi sangat penting dalam membantu proses pertumbuhan dan perkembangan pada bayi dan anak, zat gizi sangat diperlukan untuk memperoleh energi dalam melakukan aktivitas fisik sebagai zat tenaga, proses tumbuh kembang anak, serta mengatur semua fungsi tubuh dan melindungi tubuh dari penyakit (1). Kekurangan Gizi dapat menyebabkan masalah gangguan tumbuh kembang anak yang harus ditangani secara serius, selain stunting salah satu permasalahan gizi serius pada balita adalah Wasting.

Wasting merupakan salah satu permasalahan Kesehatan utama pada balita yang terjadi di Negara berkembang termasuk Indonesia (2).Wasting adalah kondisi berat badan anak yang menurun seiring dengan waktu hingga total berat badan jauh berkurang di bawah standar kurva pertumbuhan anak atau memiliki berat badan berdasarkan tinggi badan yang rendah yang disebabkan karena kurangnya asupan nutrisi balita bahkan dimulai semenjak masa kehamilan (3). Dampak wasting pada anak adalah berkurangnya kemampuan mereka untuk menjelajahi lingkungan sekitar, anak sering menangis, kurangnya interaksi dengan teman sebaya, kehilangan keceriaan dan kecenderungan untuk menjadi apatis. Efek jangka Panjang dari wasting adalah terjadinya gangguan kognitif, penurunan pencapaian dalam pembelajaran, gangguan perilaku bahkan peningkatan resiko kematian (4).

Dari perspektif global menurut UNICEF, separuh dari total kematian anak balita disebabkan oleh masalah kurang gizi. Pada tahun 2018, sekitar 50,8 juta anak mengalami wasting (5). Berdasarkan data Study Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021, prevalensi anak dengan wasting di Indonesia berjumlah 7,1% dan naik 17% pada tahun 2021 dibandingkan tahun 2019, hanya 16,3% (6). Pada tahun 2022 terjadi peningkatan 0,6% menjadi 7,7%. Prevalensi wasting di Sulawesi Barat sebanyak 6,6 %, Kabupaten Majene sebanyak 5,3% (3). Pada tahun 2023 terjadi peningkatan menjadi 9,5% di Sulawesi Barat, Kabupaten Mamuju Tengah sebesar 15, 6%, Kabupaten Pasangkayu sebesar 10,1%, Kabupaten Mamuju sebesar 9,9%, Kabupaten Majene sebesar 9,1%, Polewali Mandar sebesar 8,3% dan Mamasa 6,5% (7)

Salah satu hal yang dapat dilakukan untuk mencegah dan mengurangi resiko wasting adalah dengan mengoptimalkan peran keluarga melalui *health education* tentang gizi dan tumbuh kembang anak. Peran keluarga khususnya orang tua sangat penting dalam mengoptimalkan tumbuh kembang anak melalui pemenuhan kebutuhan gizi, awal kehidupan terutama dari masa kehamilan hingga usia 2 tahun, dianggap sebagai fase kritis dalam pertumbuhan dan perkembangan anak (*Golden periode*). Stimulasi yang sesuai akan mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan berbicara dan berbahasa,

interaksi sosial dan kemandirian pada anak secara optimal dengan tahap perkembangan mereka (8). keluarga merupakan lingkungan terdekat dimana anak-anak tumbuh dan berkembang. Orang tua dan anggota keluarga lainnya bertanggung jawab menyediakan makanan yang bergizi dan memastikan anak-anak mendapatkan nutrisi yang cukup. Mereka perlu diberi pengetahuan tentang gizi yang tepat agar dapat memilih dan memberikan makanan yang kaya nutrisi kepada anak-anak mereka.

Pemberian *health education* kepada keluarga memberikan kesempatan untuk mengubah perilaku yang tidak sehat terkait dengan gizi dan pola makan. Orang tua atau keluarga yang teredukasi akan lebih mungkin membuat pilihan makanan yang lebih baik dan mempraktikkan pola asuh yang mendukung Kesehatan anak. Investasi dalam Pendidikan Kesehatan kepada keluarga tentang gizi dan tumbuh kembang anak merupakan investasi jangka Panjang dalam Kesehatan Masyarakat, membantu keluarga untuk memahami pentingnya nutrisi yang seimbang dan memperhatikan pertumbuhan anak dapat mengurangi risiko berbagai penyakit kronis dikemudian hari.

Dengan permasalahan tersebut perlu mengoptimalkan peran keluarga dalam pencegahan wasting melalui *health education* tentang gizi dan tumbuh kembang anak di Kelurahan Baurung Kecamatan Banggae Timur.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Juli 2024 bertempat di Lingkungan Barane Dhua Kelurahan Baurung Kecamatan Banggae Timur Kabupaten Majene, Sulawesi Barat. Peserta kegiatan ini adalah Ibu hamil, Ibu yang memiliki anak usia 0-59 bulan sebanyak 25 orang. Metode yang digunakan adalah memberikan edukasi menggunakan media presentasi dan leaflet serta diskusi dua arah dengan peserta.

Kegiatan dilaksanakan dengan empat tahapan, yaitu: 1) tahap persiapan lapang, pada tahap ini, tim pengabdian Masyarakat berkoordinasi dengan Bapak Lurah Baurung, Kader Posyandu dan Kepala Lingkungan Barane Dhua tentang pelaksanaan kegiatan. Kepala lingkungan dan para kader membantu menyampaikan undangan kepada ibu hamil dan ibu yang memiliki balita di wilayah Lingkungan Barane Dhua. 2) tahap pembuatan media edukasi, tahap ini tim pengabdian Masyarakat Menyusun materi dalam bentuk power point, membuat dan mencetak leaflet berisi materi yang memudahkan peserta memahami edukasi yang diberikan. 3) tahap pelaksanaan edukasi, pada tahap ini sebelum dan setelah diberikan materi edukasi, para ibu diberikan kuisioner tentang gizi, tumbuh kembang anak dan Wasting sebanyak 10 pertanyaan . 4) Tahap evaluasi. Evaluasi keberhasilan kegiatan dilakukan dengan membandingkan hasil pengisian kuisioner pre-test dan postt-test oleh peserta kegiatan. Kuisioner pre dan post berisikan 10 pertanyaan yang sama, bentuk soal dengan tiga pilihan jawaban, peserta diminta memilih jawaban yang dianggap benar. Kegiatan ini dianggap berhasil jika hasil post-test lebih tinggi dari hasil pre-test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian Masyarakat yang dilaksanakan di Lingkungan Barane Dhua bertujuan untuk meningkatkan peran dan pengetahuan keluarga terutama orang

tua tentang Gizi dan tumbuh kembang anak dalam pencegahan wasting. Para ibu sangat antusias mengikuti kegiatan edukasi yang disampaikan oleh tim dosen dan dibantu oleh 3 mahasiswa dan diikuti sebanyak 25 responden. Peserta diberikan materi tentang peran keluarga dalam memenuhi kebutuhan gizi anak, Gizi anak, Tumbuh kembang anak dan juga tentang penyebab dan akibat dari Wasting. Peserta juga diajak berdiskusi dengan team dosen, kegiatan ini dihadiri oleh ibu hamil, ibu yang memiliki anak usia 0-59 bulan dan juga para kader posyandu. Kegiatan edukasi berlangsung selama 60 menit. Peserta sangat antusias dengan materi yang diberikan, karena para ibu sangat peduli mengenai Kesehatan balita terutama pemenuhan gizi balita, dan para ibu juga belum mengetahui tentang wasting, sehingga mereka menyimak dengan seksama materi yang diberikan.

Gambar 1. Pemberian Edukasi

Gambar 2. Foto bersama setelah kegiatan edukasi

Berdasarkan hasil test yang diberikan untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang pencegahan wasting dapat dilihat dari tabel.1

Tabel 1. Nilai *Pre-test* dan *Post-test* Pengetahuan Ibu

Nama	*Pre*	*Post*
Ny. K	5	8
Ny. N	7	5
Ny. R	6	8
Ny. H	8	10
Ny. A	8	10
Ny. S	7	10
Ny. W	3	3
Ny. Na	7	10
Ny. J	4	7
Ny. Nu	5	3
Ny. Se	8	7
Ny. Ns	7	10
Ny. F	8	10
Ny. D	6	4
Ny. ST	8	10
Ny. M	8	10
Ny. Nw	7	8
Ny. Da	9	10
Ny. SI	9	10
Ny. Ri	8	9
Ny. Sr	6	8
Ny. Sm	9	10
Ny. SU	5	6
Ny. Y	7	4
Ny. Ma	5	8

Berdasarkan tabel di atas, terdapat 19 ibu yang mengalami peningkatan pengetahuan, terdapat 4 ibu yang mengalami penurunan dan 2 orang yang tetap skor nilainya.

Tabel 2. Nilai rerata *pre-test* dan *Post-test* Pengetahuan Ibu

Pengetahuan	Mean	SE	SD
Pre-test	6,80	0,321	1,607
Post-test	7,92	0,486	2,431

Nilai rerata *pre-test* pengetahuan ibu terkait gizi dan tumbuh kembang anak dalam pencegahan wasting adalah 6,80, setelah dilakukan edukasi nilai *post-test* terkait gizi dan tumbuh kembang anak dalam pencegahan wasting mengalami peningkatan menjadi 7,92. Berdasarkan

hasil tersebut, terjadi peningkatan pengetahuan ibu tentang gizi dan tumbuh kembang anak dalam pencegahan wasting, hal ini sejalan dengan penelitian Sari dan Putri (2020) mengatakan bahwa semakin baik pengetahuan ibu maka akan semakin berkurang resiko terjadinya wasting dan semakin kurang pengetahuan ibu maka akan meningkatkan resiko terjadinya wasting pada anak, Pengetahuan ini akan mempengaruhi sikap ibu dalam memilih makanan untuk anaknya.(9). Ibu yang memiliki pengetahuan kurang akan menyebabkan pemilihan makanan yang salah, Dimana makanan tersebut bisa saja memiliki kandungan gizi yang kurang yang menyebabkan gizi anak menjadi kurang bahkan menjadi buruk.

Terbentuknya kesadaran dan perilaku yang baik berasal dari pengetahuan yang baik, pengetahuan memegang peranan penting dalam terjadinya perilaku yang terjadi secara spontan dari peserta (10). Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi dapat mempengaruhi pola komsumsi makanan balita, kurang nya pengetahuan ibu dapat mengakibatkan rendahnya status gizi balita, jika semakin baik praktik pemberian makanan yang diberikan oleh keluarga, maka akan semakin baik pula status gizi balita (11).

Secara keseluruhan hasil dari pengabdian Masyarakat yang dilaksanakan berjalan lancar, para ibu memahami tentang pentingnya peran keluarga dalam memenuhi kebutuhan gizi untuk pertumbuhan dan perkembangan anaknya dalam mencegah terjadinya wasting, para ibu sangat fokus pada saat pemberian materi, ini dibuktikan hasil dari post testnya terjadi peningkatan pengetahuan, kami juga menghimbau kepada para ibu untuk selalu rutin membawa anaknya ke posyandu tiap bulan untuk mengukur tinggi dan berat badan anaknya. Sebagai Upaya berkelanjutan dari kegiatan ini dilakukan monitoring kunjungan Ibu dan Anak ke Posyandu oleh kader Kesehatan apakah terdapat peningkatan baik tinggi badan maupun berat badan pada anak yang ibunya telah mendapatkan edukasi tentang optimalisasi peran keluarga dalam mencegah wasting tentang gizi dan tumbuh kembang anak. Untuk mencegah terjadinya permasalahan gizi pada anak diperlukan Kerjasama dan keterlibatan berbagai pihak terutama di Kelurahan Baurung.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian Masyarakat tentang optimalisasi peran keluarga dalam pencegahan wasting melalui health education tentang gizi dan tumbuh kembang anak efektif meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi, tumbuh kembang anak dan wasting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Sulawesi Barat yang telah menfasilitasi terselenggaranya kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini, ucapan terima kasih juga kepada pemerintah Kelurahan Baurung, kepala lingkungan dan Kader posyandu Barane Dhua yang bersedia membantu terselenggaranya kegiatan pengabdian Masyarakat ini serta Para Ibu yang telah meluangkan waktunya untuk mengikuti kegiatan pengabdian kepada Masyarakat di Lingkungan Barane Dhua.

DAFTAR PUSTAKA

Dayaningsih D, Suprapti E, Lestari LP, Ariani N, Suryani T. PARENTING CLASS: OPTIMALISASI PERAN KELUARGA DALAM PEMENUHAN NUTRISI PADA ANAK. J Pengabdi Kpd Masy SISTHANA. 2019;1(2):49–59.

Rizkia M, Sufriani S, Martina M, Agustina S, Septiana N. PEMBERDAYAAN VILLAGE STUNTING-GROUP COUNSELOR (VScC) SEBAGAI STRATEGI EFEKTIF PENCEGAHAN STUNTING DAN WASTING MELALUI PEMANFAATAN PANGAN LOKAL DI ACEH BESAR. J Pengabdi Kolaborasi dan Inov IPTEKS. 2024;2(1):7–15.

Kementrian Kesehatan RI. Indonesian Nutritional Status Survey (SSGI) 2022. Kementeri Kesehat RI. 2022;1–14.

Nurlianih A, Amir S. the Effect of Nutritional Education on Food Intake in Wasting Children 6-18 Month in Makassar City. SENTRI J Ris Ilm. 2023;2(7):2835–40.

Unicef, WHO W. Levels and trends in child malnutrition: key findings of the 2019 Edition of the Joint Child Malnutrition Estimates. Geneva World Heal Organ. 2020;

PERGIZI. Menu Bergizi Pangan Lokal bagi Ibu Hamil. Perhimpun Pakar Pangan dan Gizi (PERGIZI PANGAN) Indones. 2021;3.

Kemenkes B. Survey Kesehatan Indonesia (SKI) Dalam Angka Data Akurat Kebijakan Tepat. Kemenkes. 2023. 1–925 p.

Susilaningrum R, Utami S, Ginarsih Y. Optimalisasi Peran Keluarga Dalam Deteksi Tumbuh Kembang Anak dengan Buku KIA di Puskesmas Pacarkeling Surabaya. J Kreat Pengabdi Kpd Masy. 2023;6(1):16–31.

Sari FA, Putri DS. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Balita tentang Pemberian Makanan Tambahan dengan Kejadian Balita Resiko Wasting di Posyandu Desa Getasrabi. J Profesi Keperawatan. 2021;8(1).

Rotua M, Terati T, Rosiana R. Edukasi Gizi dan Peningkatan Keterampilan dalam Mempersiapkan Makanan Bergizi Seimbang bagi Ibu Balita Wasting. J Pustaka Mitra (Pusat Akses Kaji Mengabdi Terhadap Masyarakat). 2022;2(2):99–103.

Siregar A, Hartati Y, Meilina A, Friantini T. Edukasi Gizi Pada Peningkatan Berat Badan Balita Wasting: Nutrition Education on Increasing the Weight of Wasting Toddlers. J CENDIKIA ABDIMAS. 2024;1(1):18–22.